

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №25
Г.Сочи

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ СОШ №25
_____ Джикия Т.Г.
№ _____ от «___» _____ 2015г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса «Юный сочинец»

1-2 год обучения

Ступень обучения (класс): основное общее образование, 5,6 класс

Количество часов: 68

Составитель: Колыхалова Ю.Г.

Образовательная программа: «Юный сочинец», спортивно-оздоровительного направления, рассчитана на два года, составлена на основе авторской программы Н.Я.Дмитриевой, К.А.Семеновой (Программы внеурочной деятельности, Издательский дом Федоров, издательство «Учебная литература», 2012 г.), ориентирована на обозначенные новыми стандартами общего образования направления воспитательной работы в школе.

Г.Сочи

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета

от «____» _____ 2015 г., протокол № _____

Председатель _____
подпись

Ф.И.О.

**«Юный сочинец»
(5-6 классы)
Пояснительная записка**

Образовательная программа «Юный сочинец», спортивно- оздоровительного направления, рассчитана на два года, составлена на основе авторской программы Н.Я.Дмитриевой, К.А.Семеновой (Программы внеурочной деятельности, Издательский дом Федоров, издательство «Учебная литература», 2012 г.), ориентирована на обозначенные новыми стандартами начального общего образования направления воспитательной работы в школе.

Здоровье – важнейшая ценность человеческой жизни. И понимание этого должно приходить к человеку как можно раньше. Природа наделила нас колоссальным потенциалом физических и психологических возможностей. Вместе с тем уровень требований к человеку с развитием цивилизации повышается, усложняются и условия, в которых он живет. Как подготовить наших детей к здоровой продуктивной жизни? Как, развивая интеллектуально, приучить школьников к физической активности, здоровому образу жизни, правильной организации каждого дня?

По мнению ученых, среди факторов, обуславливающих здоровье, 20-25% всех воздействий приходится на долю экологических условий, 20% составляют наследственные факторы, 10% - развитие медицины и организация системы здравоохранения. Основным же фактором (его влияние составляет до 50-55%) является образ жизни человека. Поэтому так необходимо уже с детских лет сформировать у ребенка понимание необходимости соблюдения здорового образа жизни, желание заботиться о своем здоровье и его сохранении.

Решающую роль в этом может сыграть школа. Именно от подхода школы и педагогов к проблемам сохранения и укрепления здоровья детей зависит формирование у учащихся целостного представления о здоровье как о триединстве здоровья физического (соматического), психического и духовно-нравственного.

Стало очевидным, что здоровье будущего поколения и всего общества напрямую связано с сохранением экологии детства. Физические и психологические нагрузки, ведущие к переутомлению, малоподвижность современного ребенка на уроке, переменах и даже в свободное время, смещение приоритетов от собственно детской игровой культуры (ролевые, подвижные, командные игры) к виртуальной сфере стали такими распространенными явлениями, что многие смирились с ними как с неизбежным следствием особенностей современной жизни.

Спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности имеет множество аспектов и призвано повлиять на сложившуюся ситуацию. В предлагаемой программе курса «Юный сочинец» сделана попытка сформировать первоначальное представление детей об элементарных нормах здорового образа жизни, а также расширить рамки учебных курсов «Окружающий мир», «Физическая культура», «ОБЖ» в аспекте понимания экологии природы и человека.

Задачи курса:

- Сформировать здоровые взаимоотношения с окружающим миром, обществом и собой.
- Сформировать представления об основных факторах и «законах» здоровья, взаимовлиянии природы и человека друг на друга;
- Воспитывать бережное отношение к здоровью и понимание необходимости ведения здорового образа жизни;
- Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья ребенка.

- Сформировать компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.
- Воспитание патриотизма через осознание ребёнком сопричастности к истории района, города, края;
- Воспитание толерантности, уважения к ценностям народов, населяющих город Сочи, их культур, вероисповеданий, понимания неповторимости и уникальности каждого человека;
- Изучение природы родного края, её ресурсов, воспитание экологически грамотного поведения в природе.
- Сформировать психически здорового, социально – адаптивного, физически развитого выпускника.

Курс «Юный сочинец», рассчитанный на два года – 5 и 6 классы, может реализовываться в любой группе учащихся и не требует от них специальной предварительной подготовки. Представленная программа курса «Юный сочинец» для учащихся 5-6 классов включает два раздела: «В гармонии с окружающим миром»- для 5 классов и «Законы здоровья» - для 6 классов. В процессе изучения первого раздела дети расширяют свой кругозор, узнают о глобальных проблемах современности, таких как урбанизация, ухудшение экологической ситуации (на доступном для данного возраста уровне), учатся понимать связи между своими действиями и здоровьем – своим и окружающих, начинают осознавать ответственность за свой образ жизни.

Содержание второго раздела («Законы здоровья») нацелено на ознакомление детей с собственным организмом и оптимальными путями укрепления своего здоровья. На внеклассных занятиях учащиеся получают возможность расширить, систематизировать, а главное – практически применить свои знания о том, как сохранить и укрепить здоровье. Рациональному поведению в различных ситуациях школьники учатся, участвуя в имитационно-игровых ситуациях.

Предлагаемый курс выполняет не только просветительскую, воспитательную функции, но имеет и практическую направленность. Так, беседа о необходимости соблюдения режима дня подкрепляется практическими заданиями, повышающими самоорганизацию школьников. Дети в этом возрасте уже должны в соответствии с правилами дорожного движения переходить дорогу, знать как вести себя с незнакомыми людьми, уметь ориентироваться в разных, порой непростых ситуациях. Выполнение домашних заданий бывает связано с использованием современных технических средств, в первую очередь компьютера, что требует знания и соблюдения определенных санитарно-гигиенических требований.

В целом же изучение курса «Юный сочинец» в интересной и занимательной форме позволяет привлечь внимание ребенка на свое здоровье, научить его заботиться о своем организме, сформировать привычку к занятиям спортом, активному досугу, привить внимательное отношение к природе, окружающему миру, научить быстро и правильно принимать решения в возникающих в жизни ситуациях.

Резервные занятия распределены следующим образом:

4 часа добавлены в тему «Поход»

4 часа распределены в тему «Спортивные эстафеты»

Содержание курса

5 класс

«В гармонии с окружающим миром» (34 часа)

Что такое экология. Что такое экология? Что такое окружающая среда? Сезонные изменения в природе. Роль экологии в жизни человека. Влияние хозяйственной

деятельности человека на среду обитания растений и животных. «Хорошая» и «плохая» экология.

Мой любимый школьный двор. Экскурсия на пришкольной территории. Наблюдение за растительным и животным миром. Оценка экологического состояния пришкольного участка. Что мы можем сделать для нашего двора (уборка пришкольной территории, посадка деревьев).

Наша среда обитания. Прогресс и переселение в города. Что такое мегаполис? Современный город: преимущества и опасности. Ориентирование в городе: что делать, если ты заблудился? Карта города и план населённого пункта. Основы безопасности жизнедеятельности в городе. Как вести себя в чрезвычайной ситуации.

В городских джунглях. Выбираем безопасный маршрут. Предполагается осмотр окрестностей школы и выбор потенциально опасных мест и безопасного маршрута до дома. Тротуар, пешеходная дорожка, обочина. Наблюдение за дорожным движением возле школы.

Школа светофорных наук. Причины дорожно-транспортного травматизма детей. «Дирижёр» уличного движения. Правила перехода перекрёстка. Нерегулируемый перекрёсток. Правила дорожного движения. Что такое ГИБДД, и кто такой инспектор ДПС. Велосипед на улицах города.

Я пешеход и пассажир. Применение пройденного на практике. Изготовление схемы безопасного маршрута (графический рисунок, план-схема, компьютерная графика).

Если стихия разбушевалась. Что такое природные катаклизмы (наиболее характерные для данной местности погодные условия). Ураганный ветер. Смерч. Наводнение. Землетрясение. Правила поведения в экстремальной ситуации. Способы передачи информации на расстоянии.

Мой дом – моя крепость. Квартира и частный дом: преимущества и недостатки. Когда взрослых нет дома. Наши союзники: электричество и газ, водопровод и отопление. Правила безопасного использования электроприборов. Экономное использование ресурсов. Газовая плита и колонка. Что делать, если... (в доме пахнет газом; начался пожар; прорвало трубу и т.д.). Вызов экстренных оперативных служб.

Перед экраном телевизора. Сколько времени можно уделить телевизору без вреда для здоровья. «Хорошие» и «плохие» телезрители: что и как смотреть. СМИ. Место у телевизора. Как дать отдых глазам. Шум от телевизора: (шкала громкости).

Компьютер – не игрушка. Компьютер – великое изобретение человечества. Может ли компьютер «думать». Что такое искусственный интеллект. Где используются компьютеры (для математических вычислений; для создания базы данных; управления всевозможными устройствами). Первые ЭВМ и современные компьютеры. Компьютер в офисе и дома. Возможности, которые дают компьютер и Интернет.

Правила безопасной работы на компьютере: зрение, поза, расположение монитора. Компьютерные игры: как избежать зависимости.

Всемирная паутина: поиск информации в Интернете. Правила безопасности: вирусы и мошенники.

Наши домашние любимцы. Животные в доме – это радость, но и большая ответственность. Уход за питомцем. Гигиена домашних животных. Ветеринар. Заболевания, переносчиками которых могут стать животные.

Растения и человек. Комнатные растения. Значения растений в вашем доме. Путешествие с комнатными растениями. Уход за растениями. Полезные и опасные растения.

Лекарственные растения: дикорастущие и культурные. Что такое биологически активные вещества. Знакомство с лекарственными растениями и их применением.

Редкие и охраняемые растения вокруг нас.

Растения, которые мы едим. Овощи, фрукты. Санитарная обработка овощей и фруктов. Осторожно: пестициды!

Осторожно: ядовитые растения. Растения, опасные для человека. Характерные признаки. Меры предосторожности. Правила, которые необходимо соблюдать при встрече с ядовитыми растениями. Использование ядовитых растений в медицине.

Каким воздухом мы дышим. Что происходит с нашей атмосферой. Что мы можем сделать для сохранения воздуха. Леса - лёгкие нашей планеты. Сохранить живые насаждения.

Погода, климат и здоровье человека. Наблюдения за погодой (использование барометра, флюгера, термометра; создание метеорологической мини-площадки; ведение журнала наблюдений).

Определение климата своей местности на основе собственных наблюдений и данных о длительных наблюдениях за погодой. Болезни и недомогания, связанные с погодными условиями. Акклиматизация.

Что будет, если мы не будем беречь природу? Как выглядела Земля миллиарды лет назад. Понятие экологической катастрофы. Экологические катастрофы древности и современные проблемы: потепление мирового климата, озоновая дыра, эпидемии, бактериальное и ядерное оружие. Красная книга.

Подготовка к походу. Разработка маршрута. Список покупок. Что брать с собой в поход: продуктовый и неприкосновенный запас; аварийный комплект и аптечка; план местности. Как вязать узлы и упаковывать вещи. Палатка и спальный мешок. Правила безопасности в походе. Первая помощь при травмировании.

Спортивные эстафеты. Участие в спортивных эстафетах. Командные игры и конкурсы на свежем воздухе.

Тематическое планирование

5 класс 34 часа

№ темы п/п	Ко-во часов	Название темы	Возможные виды деятельности
1	1	Природа, как твоё здоровье?	Беседа «Что такое экология», викторина
2	1	Мой любимый школьный двор	Экскурсия, «субботник». Создание знака «Берегите природу»
3	1	Наша среда обитания	Обсуждение темы «Город как среда обитания»
4	1	В городских джунглях.	Экскурсия, обсуждение, нанесение собственного маршрута в школу на карту местности
5	2	Школа светофорных наук	Беседа, викторина «Правила движения достойны уважения». Урок-конференция
6	1	Я пешеход и пассажир	Игра, конкурс рисунков
7	2	Если стихия разбушевалась.	Беседа, доклады детей, игра-моделирование «Если стихия разбушевалась»
8	1	Мой дом – моя крепость	игры во дворе («Любимый мой дворик»)
9	1	Перед экраном телевизора	Беседа; презентация любимой передачи
10	2	Компьютер - не игрушка	Беседа: возможности, которые дают компьютер и Интернет. Всемирная

			паутина: правила безопасности. Правила безопасной работы на компьютере .
11	1	Компьютер наш помощник	Разработка памятки «Как работать за компьютером»
	1	Наши домашние любимцы	Урок-конференция «Наши домашние любимцы»
	1	Животные Кавказа	Урок-конференция
12	1	Растения и человек	Беседа, работа в группах: сбор сведений о лекарственных, комнатных, съедобных растениях
13	1	Осторожно: ядовитые растения	Беседа, работа с гербарным материалом, зарисовка ядовитых растений Сочи с выделением характерных признаков
14	1	Каким воздухом мы дышим	Воздух в городе и закрытом помещении. Способы очистки воздуха.
15	2	Погода, климат и здоровье человека	Лабораторная работа, обсуждение результатов наблюдений, исследовательская деятельность .
16	1	Что будет, если мы не будем беречь природу?	Круглый стол «SOS»
17	1	Подготовка к походу.	Занятие – игра «Собираемся в поход»; групповой выезд на природу (цель и длительность похода определяются исходя из особенностей региона, погодных условий, состава группы); оформление стенгазеты «путевой журнал»
18	4	Походы.	Кавказские тропы. Карта большого Сочи (на усмотрение учителя).
19	4	Спортивная эстафета, День здоровья (2), Веселые старты	Подвижные игры на свежем воздухе.

Приложение

Календарно-тематическое планирование 5 класс курса «Юный сочинец»

№ занятия по плану	Дата по календарю	Дата фактич. проведения	Тема занятия	Содержание деятельности (предметные и метапредметные УУД)		Воспитательная работа (планируемые личностные УУД)
				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации	

					деятельности	
1.			Природа, как твоё здоровье?	Беседа «Что такое экология», викторина	Создание паката «Берегите природу»	- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
2.			Мой любимый школьный двор	Круглый стол «Позаботимся о природе сами»	Создание знака «Берегите природу»	- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
3.			Наша среда обитания	Обсуждение темы «Город, село как среда обитания»		- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
4.			Спортивные игры на свежем воздухе			
5.			В городских джунглях		Экскурсия, обсуждение, нанесение собственного маршрута на карту местности	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
6.			Школа светофорных наук	Беседа, викторина «Правила движения достойны уважения».	К о л л а ж « В г о с т я х у светофора»	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
7.			Школа светофорных наук	Урок-конференция	Конкурс рисунков	- знание основных норм безопасности и ориентация на их выполнение
8.			Я пешеход и пассажир	Игра - викторина		
9.			Если стихия разбушевала	Беседа «Если стихия разбушевала»		- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений
10.			Если стихия разбушевала	Доклады детей «Если стихия		- знание основных норм безопасности и

				разбушевдалась». Климатические особенности г. Сочи.		ориентация на их выполнение;
11.			Спортивные игры на свежем воздухе			
12.			Подготовка к походу.	Инструктаж «Собираемся в поход» (правила безопасности)	Разработка маршрута.	основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и её совершенствовании в активной жизнедеятельности; приобщение к красоте родной природы;
13.			Поход.			На усмотрение учителя
14.			Мой дом – моя крепость	игры во дворе («Любимый мой дворик»)	Игры малой подвижности	- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
15.			Перед экраном телевизора	Беседа; презентация любимой передачи		- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
16.			Компьютер - не игрушка	Правила безопасности при работе за компьютером	Работа в текстовом редакторе	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
17.			Компьютер - не игрушка	Беседа, работа в кабинете информатики.	Разработка комплекса упражнений для тех, кто работает за компьютером	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
18.			Компьютер - наш помощник	Разработка памятки «Как работать за компьютером»	Работа в кабинете информатики	

19.			Спортивные игры на свежем воздухе			
20.			Наши домашние любимцы	Урок-конференция «Наши домашние любимцы»		- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение; установка на чувство ответственности за животных
21.			Животные Кавказа.	Урок-конференция	Презентация «Животные Кавказа».	Установка на чувство сопричастности к природе и животному миру Кавказа
22.			Растения и человек	Беседа, работа в группах: сбор сведений о лекарственных, комнатных, съедобных растениях		- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
23.			Осторожно: ядовитые растения	Беседа, работа в паре с гербарным материалом, зарисовка ядовитых растений с выделением характерных признаков		- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
24.			Поход			
25.			Каким воздухом мы дышим			- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
26.			Погода, климат и здоровье человека		Лабораторная работа, обсуждение результатов наблюдений.	- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
27.			Погода, климат и здоровье человека		Исследовательская деятельность	- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих

						ценностей человеческой жизни;
28.			Спортивные игры на свежем воздухе			
29.			Что будет, если мы не будем беречь природу?	Круглый стол «SOS»		- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
30.			Поход		Групповой в ы е з д н а природу.	
31.			Итоги похода		Оформление стенгазеты «Путевой журнал»	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
32.			Спортивная эстафета	Спортивные игры на свежем воздухе.		- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
33.			Подведем итоги		Создание журнала «Наши победы»	
34.			Подведем итоги		Создание презентации « М ы в 5 классе»	

6 класс

Законы здоровья(34 часа)

Бесценный дар природы. Что такое здоровье? Здоровье как одна из ценностей человеческой жизни. Необходимость укреплять своё здоровье, заботиться о нём, умение оказывать первую медицинскую помощь себе и окружающим, не навредить своему организму.

Факторы, которые влияют на здоровье:

Мой любимый школьный двор. Экскурсия на пришкольной территории. Наблюдение за растительным и животным миром. Оценка экологического состояния пришкольного участка. Что мы можем сделать для нашего двора (уборка пришкольной территории, изготовление скворечников, посадка деревьев).

Наша среда обитания. Город, село, деревня. Прогресс и переселение в города. Что такое мегаполис? Современный город: преимущества и опасности. Ориентирование в городе: что делать, если ты заблудился? Карта города и план населённого пункта. Основы безопасности жизнедеятельности в городе. Как вести себя в чрезвычайной ситуации.

В городских джунглях. Выбираем безопасный маршрут. Предполагается осмотр окрестностей школы и выбор потенциально опасных мест и безопасного маршрута до

дома. Тротуар, пешеходная дорожка, обочина. Наблюдение за дорожным движением возле школы. Экскурсия в центр города (если школа городская) или в город (для школьников села, посёлка и т.д.)

Школа световых наук. Причины дорожно-транспортного травматизма детей. «Дирижёр» уличного движения. Правила перехода перекрёстка. Нерегулируемый перекрёсток. Правила дорожного движения. Что такое ГИБДД и кто такой инспектор ДПС. Велосипед на улицах города.

Я пешеход и пассажир. Применение пройденного на практике. Наблюдение за дорожным движением города или села.

Если стихия разбушевалась. Что такое природные катаклизмы (наиболее характерные для данной местности погодные условия). Ураганный ветер. Смерч. Снежная буря. Наводнение. Цунами. Землетрясение. Правила поведения в экстремальной ситуации. Способы передачи информации на расстоянии. Игра: моделируем чрезвычайную ситуацию.

Мой дом – моя крепость. Квартира и частный дом: преимущества и недостатки. Когда взрослых нет дома. Наши свои помощники: электричество и газ, водопровод и отопление. Правила безопасного использования электроприборов. Экономное использование ресурсов. Газовая плита и колонка. Что делать, если... (в доме пахнет газом; начался пожар; прорвало трубу и т.д.). Вызов экстренных оперативных служб.

Перед экраном телевизора. Сколько времени можно уделить телевизору без вреда для здоровья. «Хорошие» и «плохие» телезрители: что и как смотреть. СМИ. Место у телевизора. Как дать отдых глазам. Шум от телевизора (магнитофона, плеера): шкала громкости.

Компьютер – не игрушка. Компьютер – великое изобретение человечества. Что было, когда не было компьютеров? Может ли компьютер «думать». Что такое искусственный интеллект. Где используются компьютеры (для математических вычислений; для создания базы данных; управления всевозможными устройствами). Первые ЭВМ и современные компьютеры. Компьютер в офисе и дома. Возможности, которые дают компьютер и Интернет. Правила безопасной работы на компьютере: зрение, поза, расположение монитора. Компьютерные игры: как избежать зависимости. Всемирная паутина: поиск информации в Интернете. Правила безопасности: вирусы и мошенники.

Наши домашние любимцы. Животные в доме – это радость, но и большая ответственность. Уход за питомцем. Гигиена домашних животных. Ветеринар. Заболевания, переносчиками которых могут стать животные.

Растения и человек. Комнатные растения. Значения растений в вашем доме. Путешествие с комнатными растениями. Уход за растениями. Полезные и опасные растения. Лекарственные растения: дикорастущие и культурные. Что такое биологически активные вещества. Знакомство с лекарственными растениями и их применением. Редкие и охраняемые растения вокруг нас. Растения, которые мы едим. Овощи, фрукты. Санитарная обработка овощей и фруктов. Осторожно: пестициды!

Осторожно: ядовитые растения. Растения, опасные для человека. Характерные признаки. Меры предосторожности. Правила, которые необходимо соблюдать при встрече с ядовитыми растениями. Использование ядовитых растений в медицине.

Каким воздухом мы дышим. Что происходит с нашей атмосферой. Что мы можем сделать для сохранения воздуха. Леса – лёгкие нашей планеты. Сохранить живые насаждения.

Погода, климат и здоровье человека. Наблюдения за погодой (использование барометра, флюгера, термометра; создание метеорологической мини-площадки; ведение журнала наблюдений).

Определение климата своей местности на основе собственных наблюдений и данных о длительных наблюдениях за погодой. Болезни и недомогания, связанные с погодными условиями. Акклиматизация.

Что будет, если мы не будем беречь природу? Как выглядела Земля миллиарды лет назад. Понятие экологической катастрофы. Экологические катастрофы древности и современные проблемы: потепление мирового климата, озоновая дыра, эпидемии, бактериальное и ядерное оружие. Красная книга.

Подготовка к походу. Разработка маршрута. Список покупок. Что брать с собой в поход: продуктовый и неприкосновенный запас; аварийный комплект и аптечка; план местности. Как вязать узлы и упаковывать вещи. Палатка и спальный мешок. Правила безопасности в походе.

Спортивные эстафеты. Участие в спортивных эстафетах. Командные игры и конкурсы на свежем воздухе.

Тематическое планирование 6 класс 34 часа

№ темы п/п	Ко-во часов	Название темы	Возможные виды деятельности
1	2	Бесценный дар природы. Что такое здоровье?	Пропедевтическая беседа по материалам курса. Коллективное творческое дело (создание словаря пословиц, поговорок, изречений о здоровье и возможностях человека).
2	1	Знаешь ли ты себя?	Беседа; упражнения для укрепления памяти, внимания, мышления; задания на определение типа темперамента и т.д.
3	4	Красивое и сильное тело.	Беседа, работа в группе: формулировка правил сохранения хорошей осанки, разработка комплекса упражнений, формирующих осанку; укрепление и тренировка мышц; подвижные игры
4	2	Режим дня. Зачем школьникам режим?	Обсуждение «Учение + увлечение»; работа в группе: составление индивидуальной тетради-памятки «Мой распорядок дня» (с учетом выявленных особенностей и интересов каждого)
5	2	Доброе утро! Спокойной ночи!	Подбор комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом индивидуальных потребностей (и правил ее выполнения); подвижные игры; творческое задание: сочинение песенки о трудолюбии или об отдыхе

6	1	Да здоровствует мыло душистое и полотенце пушистое!	Беседа, КТД: конкурс плакатов на тему занятия
7	1	...и зубной порошок!	По возможности беседа с приглашенным врачом- стоматологом; обсуждение правил гигиены
8	1	Кожа - зеркало здоровья	Исследование своего организма, подвижные игры; лабораторная работа. Игры по выбору
9	1	Дышим полной грудью	Беседа, подвижные игры, дыхательные упражнения; измерение объема легких
10	3	Какой должна быть наша пища	Доклады детей о здоровом питании, экскурсия в школьную столовую
11	1	По ту сторону микроскопа	Беседа, лабораторная работа
12	1	Берегите сердце	Беседа; измерение пульса, исследование изменения пульса; рассматривание капли крови через микроскоп; подвижные игры
13	1	Наши незаменимые помощники	Беседа, разработка упражнений для тренировки глазных мышц
14	3	Чище, краше, лучше!	Спартакиада. Викторина (история открытий в медицине). Юморина
15	1	Держи голову в холоде... а ноги в тепле	Беседа, работа в группе: измерение температуры тела, приготовление компресса и т.д.
16	1	Наш защитник иммунитет	Беседа, экскурсия в медицинский кабинет
17	1	Айболит спешит на помощь	Беседа, работа в группе: Имитационно-игровые ситуации. Измерение давления
18	2	Вот, ребята, йод и вата	Викторина: проверка знаний о заболеваниях и травмах; отработка навыков оказания первой помощи
19	2	Силачи и Геркулесы. Занятие - обобщение	Сообщения учащихся об Олимпийских играх; задания на самопроверку; КТД: наша копилка интересных фактов. Спортивный праздник
20	3	Спортивная эстафета	Спортивные игры на свежем воздухе.

Календарно-тематическое планирование 6 класс курса «Законы здоровья»

№ занятия по плану	Дата по календарю	Дата факт. проведения	Тема занятия	Содержание деятельности (предметные и метапредметные УУД)		Воспитательная работа (планируемые личностные УУД)
				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1			Бесценный дар природы. Что такое здоровье?	Пропедевтическая беседа по материалам курса.		- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
2			Бесценный дар природы. Что такое здоровье?		Коллективное творческое дело (создание словаря пословиц, поговорок, изречений о здоровье и возможностях человека).	- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
3			Знаешь ли ты себя?	Беседа; упражнения для укрепления памяти, внимания, мышления.	задания на определение типа темперамента и т.д.	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
4			Красивое и сильное тело.	Беседа.	Укрепление и тренировка мышц.	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
5			Красивое и сильное тело.		Работа в группе: формулировка правил сохранения хорошей осанки.	- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
6			Красивое и сильное тело.		Разработка комплекса упражнений, формирующих осанку.	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной

						оздоровительной деятельности;
7			Красивое и сильное тело.		Подвижные игры.	- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.
8			Режим дня. Зачем школьникам режим?	Обсуждение «Учение + увлечение».		- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
9			Режим дня. Зачем школьникам режим?		Работа в группе: составление индивидуальной тетради-памятки «Мой распорядок дня» (с учетом выявленных особенностей и интересов каждого)	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
10			Доброе утро! Спокойной ночи!	Творческое задание: сочинение песенки о трудолюбии или об отдыхе.		- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
11			Доброе утро! Спокойной ночи!		Подбор комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом индивидуальных потребностей (и правил ее выполнения); подвижные игры;	- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.
12			Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!	Беседа.	КТД: конкурс плакатов на тему занятия.	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
13			...и зубной порошок!	Беседа с приглашенным врачом-стоматологом; обсуждение		- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной

				правил гигиены		оздоровительной деятельности;
14			Кожа – зеркало здоровья.	Исследование своего организма, подвижные игры.	Лабораторная работа. Игры по выбору.	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
15			Дышим полной грудью	Беседа.	Подвижные игры, дыхательные упражнения; измерение объема легких	- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений
16			Какой должна быть наша пища	Доклады детей о здоровом питании,		- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
17			Какой должна быть наша пища.	Доклады детей о здоровом питании,		- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
18			Какой должна быть наша пища.		Экскурсия в школьную столовую	- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
19			По ту сторону микроскопа.	Беседа, лабораторная работа		- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
20			Берегите сердце.	Беседа	Измерение пульса, исследование изменения пульса; рассматривание капли крови через микроскоп; подвижные игры.	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
21			Наши незаменимые помощники.	Беседа.	Разработка упражнений для тренировки глазных мышц.	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;

22			Чище, краше, лучше!	Викторина (история открытий в медицине).		- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
23			Чище, краше, лучше!	Юморина		- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
24			Чище, краше, лучше!		Спартакиада.	- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
25			Держи голову в холоде... а ноги в тепле.	Беседа.	Работа в группе: измерение температуры тела, приготовление компресса и т.д.	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
26			Наш защитник иммунитет.	Беседа.	Экскурсия в медицинский кабинет.	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
27			Айболит спешит на помощь.	Беседа.	Работа в группе: имитационно-игровые ситуации. Измерение давления.	- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
28			Вот, ребята, йод и вата.	Викторина: проверка знаний о заболеваниях и травмах.		- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
29			Вот, ребята, йод и вата.		Отработка навыков оказания первой помощи.	- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и её совершенствовании в активной жизнедеятельности; приобщение к красоте родной природы;

30			Силачи и Геркулесы. Занятие – обобщение.	Сообщения учащихся об Олимпийских играх.	Задания на самопроверку; КТД: наша копилка интересных фактов	- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
31			Силачи и Геркулесы. Занятие – обобщение.		Спортивный праздник	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
32			Спортивная эстафета	Спортивные игры на свежем воздухе.	Подвижные игры	- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений
33			Спортивная эстафета	Спортивные игры на свежем воздухе.	Подвижные игры	- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
34			Спортивная эстафета	Спортивные игры на свежем воздухе.	Подвижные игры	- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;

Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса

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 её совершенствовании в активной жизнедеятельности; приобщение к красоте родной природы;

- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- интереса к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в познавательной и досугово-игровой деятельности;
- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;
- осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и поддержки партнерам по играм, общению;
- начальных представлений о ценности и уникальности природного мира.

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;
- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- во время подвижных игр учитывать реакцию партнера на игру, следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- вместе с учителем 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;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;

- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;
- точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий; задавать вопросы, необходимые для организации деятельности.

Рекомендации по учебно-методическому и материально-техническому обеспечению курса

Учебные и методические пособия:

1. Товпинец И.П. Уроки здоровья: книга для чтения в 3-4 классах. – Самара: Корпорация «Федоров» : Издательство «Учебная литература», 2007. - 176 с.
2. Смирнова Т.В. Живые картинки. Природа и мы: книга для чтения. – Самара: Издательский дом «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2005. – 144 с.
3. Смирнова Т.В. удивительные приключения Ани в стране Ознобышей: книга для чтения. – Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2003. - 40 с.
4. Шаулин В.Н. и др. Физическая культура: учебник (1-4 классы). – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2012. – 176 с.
5. Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Победители стихий: рабочая тетрадь для 4 класса: компетентностно-ориентированные задания. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2008. – 96 с.
6. Еремеева В.Д. Мальчики и девочки: учить по-разному, любить по-разному: нейропедагогика. – Самара: Издательство «Учебная литература», 2005. – 160 с.
7. Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Методические рекомендации по формированию ключевых компетенций учащихся начальной школы (с использованием рабочих тетрадей «Победители стихий» и «Символика класса»). – 2-е изд. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2008. – 128 с.

Познавательные журналы для детей младшего школьного возраста

1. В мире растений: научно-популярный журнал/гл.ред. С. Швелидзе. – М.: Центр Медиа Проектов. [URL:www.ver-foltxpo.ru](http://www.ver-foltxpo.ru).
2. ГЕОленок: познавательный журнал про все на свете/ гл.ред. О. Мареева. М.: ООО «Гунер + Яр Магазин». [URL:www/geo.ru](http://www/geo.ru)
3. Свирель: детский экологический журнал для чтения в кругу семьи и в школе для детей среднего школьного возраста/ гл.ред. Г. Турчин. – М.: Редакция альманаха «Лазурь».
4. Филя: журнал для детей о природе/ гл.ред. И. Антипенко. – М.: Издательский дом «Веселые картинки».
5. Девчонки – мальчишки. Школа ремёсел: познавательный журнал по декоративно-прикладному искусству/ О.Кудина. – М.: ООО «Формат-М».

Специально сопровождение (оборудование):

- компьютер; проекционное оборудование; доступ в Интернет;
- учебно-лабораторное оборудование (микроскоп, тонометр медицинский, весы, сантиметр);
- спортивный класс;
- плакаты (физиология человека, здоровый образ жизни, профилактика заболеваний, правила дорожного движения, экологические проблемы и т.д.);

- необходимый реквизит для практических работ (оказание первой помощи, сервировка стола и т.п.).

Познавательные журналы для детей младшего школьного возраста1:

В мире растений: научно-популярный журнал / гл. ред. С. Швелидзе. - М. : Центр Медиа Проектов. URL: www.verfoltxpo.ru

ГЕОленок: познавательный журнал про все на свете / гл.

ред. О. Мареева. - М.: ООО «Гунер + Яр Магазин». URL: www.geo.ru

Свирель: детский экологический журнал для чтения в кругу семьи и в школе для детей среднего школьного возраста / гл. ред. Г. Турчин. - М.: Редакция альманаха «Лазурь».

Филя: журнал для детей о природе / гл. ред. И. Антипенко. _ М.: Издательский дом «Веселые картинки».

Девчонки - мальчишки. Школа ремесел: познавательный журнал по декоративно-прикладному искусству / О. Кудина. - М.: ООО «Формат-М».