



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС «АЛГОРИТМ УСПЕХА» БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

Протокол № 1
от «31» августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором ОГАОУ
ОК «Алгоритм Успеха»
Тяпугиной И.В.

Приказ от «31» августа 2022г. № 345-ОД

Приложения
к рабочей программе внеурочной деятельности
«Здоровый образ жизни»
для 7 «М» класса

Направление развития личности: спортивно- оздоровительное

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:
учитель биологии
высшей квалификационной категории
Ворновская Светлана Викторовна

2022 год

Пояснительная записка

Календарно-тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности «Здоровый образ жизни» составлено с учетом учебного плана и годового календарного графика ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха» на 2022/2023 учебный год, Трудового кодекса РФ (глава 18, статья 112), Постановления Правительства РФ от 16.09.2021г. № 1564 «О переносе выходных дней в 2022 году» и Постановления Правительства РФ «О переносе выходных дней в 2023 году» рабочей программы воспитания ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха».

На каждом занятии реализуется программа воспитания модуля «Курсы внеурочной деятельности и дополнительного образования». В рамках реализации проекта «Цифровая образовательная среда» используются цифровые образовательные ресурсы.

В календарно-тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности «Здоровый образ жизни» внесены изменения: количество часов учебного времени уплотнено на 1,5 часа, вследствие чего внесены изменения в раздел «Нравственное здоровье» - 1,5 часа.

№ урока п/п	№ урока по факту	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени	Планируемая дата
Нравственное здоровье				
63	63	Ваше поведение – это ваше всё!	0,5	02.05
64		Ваше поведение – это ваше всё!		
Нравственное здоровье				
65	64	Игры на свежем воздухе	0,5	15.05
66		Игры на свежем воздухе		
Нравственное здоровье				
67	65	Игра «Поезд здоровья»	0,5	16.05
68		Игра «Поезд здоровья»		

Календарно-тематическое планирование для 7 «М» класса

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов	Целевые приоритеты воспитания	Характеристика основной деятельности учащихся	Сроки прохождения		Примечание
					Планируемая дата	Фактическая дата	
Слагаемые здоровья (16 часов)							
1.	Рациональное питание, здоровая пища	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Создание режима дня, составление графика питания	05.09		
2.	Рациональное питание, здоровая пища	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Создание режима дня, составление графика питания	06.09		
3.	Роль витаминов	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление таблицы полезных витаминов для здоровья учащихся	12.09		
4.	Роль витаминов	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление таблицы полезных витаминов для здоровья учащихся	13.09		
5.	Активная деятельность.	0,5	формирование у подрастающего	Игровая деятельность на	19.09		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

	Положительные эмоции		поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	улице			
6.	Активная деятельность. Положительные эмоции	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Игровая деятельность на улице	20.09		
7.	Практические занятия по составлению комплекса упражнений для глаз, формирования осанки	0,5	создание для детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, условий для регулярных занятий физической культурой и спортом, развивающего отдыха и оздоровления, в том числе на основе развития спортивной инфраструктуры и повышения эффективности ее использования	Отработка умения выполнять упражнения для глаз, для осанки	26.09		
8.	Практические занятия по составлению комплекса упражнений для глаз, формирования осанки	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Отработка умения выполнять упражнения для глаз, для осанки	27.09		
9.	Практические занятия по составлению комплекса упражнений для глаз, формирования осанки	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Отработка умения выполнять упражнения для глаз	03.10		
10.	Практические занятия по составлению комплекса упражнений для глаз, формирования осанки	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Отработка умения выполнять упражнения для глаз	04.10		
11.	Подготовка комплекса упражнений для глаз, для	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в	Отработка комплекса упражнений для глаз	10.10		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

	формирования осанки		здоровом образе жизни				
12.	Подготовка комплекса упражнений для глаз, для формирования осанки	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Отработка комплекса упражнений для глаз	11.10		
13.	Подготовка комплекса упражнений для глаз, для формирования осанки	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Отработка комплекса упражнений для глаз	17.10		
14.	Подготовка комплекса упражнений для глаз, для формирования осанки	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Отработка комплекса упражнений для глаз	18.10		
15.	Викторина по теме «Слагаемые здоровья»	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Разработка вопросов для викторины	25.10		
16.	Викторина по теме «Слагаемые здоровья»	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Разработка вопросов для викторины	26.10		
Здоровый образ жизни (18 часов)							
17.	Тренинг «Приветствие солнцу»	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Проведение тренинга	31.10		
18.	Тренинг «Приветствие солнцу»	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Проведение тренинга	01.11		
19.	Зависимость. Болезнь. Лекарства	0,5	формирование у подрастающего	Составление теста	07.11		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

			поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни				
20.	Зависимость. Болезнь. Лекарства	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление теста	08.11		
21.	Беседа «Курить-здоровью вредить»	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Разработка буклета о вред курения	14.11		
22.	Беседа «Курить-здоровью вредить»	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Разработка буклета о вреде курения	15.11		
23.	«Я умею выбирать» – тренинг безопасного поведения	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Проведение тренинга	21.11		
24.	«Я умею выбирать» – тренинг безопасного поведения	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Проведение тренинга	22.11		
25.	Урок-презентация о пагубном влиянии вредных привычек	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление буклета о пагубном влиянии вредных привычках	28/11		
26.	Урок-презентация о пагубном влиянии вредных привычек	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к	Составление буклета о пагубном влиянии вредных привычках	29.11		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

			здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир				
27.	Проведение тренинга «Я умею быть свободным от вредных привычек»	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Проведение тренинга	05.12		
28.	Проведение тренинга «Я умею быть свободным от вредных привычек»	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Проведение тренинга	06.12		
29.	Беседа с врачом о здоровом образе жизни	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление вопросов для врача о здоровье	12.12		
30.	Беседа с врачом о здоровом образе жизни	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление вопросов для врача о здоровье	13.12		
31.	Распорядок дня и здоровье	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление своего распорядка дня	19.12		
32.	Распорядок дня и здоровье	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде	Составление своего распорядка дня	20.12		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

			всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир				
33.	КВН «Наше здоровье»	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление приветствия для команды, разработка программы	09.01		
34.	КВН «Наше здоровье»	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление приветствия для команды, разработка программы	10.01		
Социальное здоровье (14 часов)							
35.	Что такое экология?	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление презентации об экологии страны, человека	16.01		
36.	Что такое экология?	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление презентации об экологии страны, человека	17.01		
37.	Экология души	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Проведение тренинга	23.01		
38.	Экология души	0,5	создание благоприятных условий для	Проведение тренинга	24.01		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

			развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир				
39.	Природа – это наши корни, начало жизни	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Организация игр на свежем воздухе	30.01		
40.	Природа – это наши корни, начало жизни	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Организация игр на свежем воздухе	31.01		
41.	Мама – слово-то какое!	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Написание сочинения о маме	06.02		
42.	Мама – слово-то какое!	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Написание сочинения о маме	07.02		
43.	Моя семья	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Подбор стихотворений, семейных фотографий	13.02		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

44.	Моя семья	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Подбор стихотворений, семейных фотографий	14.02		
45.	Традиции моей семьи	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление семейного сборника традиций.	20.02		
46.	Традиции моей семьи	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Составление семейного сборника традиций.	21.02		
47.	Наедине с собой (тест на самооценку личности)	0,5	создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	Прохождение психологического теста на самооценку личности	27.02		
48.	Наедине с собой (тест на самооценку личности)	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Прохождение психологического теста на самооценку личности	28.02		
Нравственное здоровье (20 часов)							
49.	Жизнь без вредных привычек	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к	Распределение ролей для проведения семинара	06.03		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

			своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни				
50.	Жизнь без вредных привычек	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Распределение ролей для проведения семинара	07.03		
51.	Умейте дарить подарки	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Проведение ролевой игры	13.03		
52.	Умейте дарить подарки	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Проведение ролевой игры	14.03		
53.	Дружбой дорожить умеете	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Проведение теста «Умеешь ли ты дружить».	20.03		
54.	Дружбой дорожить умеете	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей.	Проведение теста «Умеешь ли ты дружить».	21.03		
55.	Законы нашей жизни	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей.	Составление правил классного коллектива, распределение обязанностей	03.04		
56.	Законы нашей жизни	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление правил классного коллектива, распределение обязанностей	04.04		
57.	Правила нашего коллектива	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление правил классного коллектива, распределение обязанностей	10.04		
58.	Правила нашего коллектива	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Составление правил классного коллектива, распределение обязанностей	11.04		
59.	Что такое конфликт?	0,5	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	Обсуждение проблемных ситуаций в классе	17.04		
60.	Что такое конфликт?	0,5	использование потенциала спортивной	Обсуждение проблемных	18.04		

ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

			деятельности для профилактики асоциального поведения	ситуаций в классе			
61.	Нужно ли говорить правду, или ложь во спасение?	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Обсуждение проблемных вопросов	24.04		
62.	Нужно ли говорить правду, или ложь во спасение?	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Обсуждение проблемных вопросов	25.04		
63.	Ваше поведение – это ваше всё!	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Проведение тренинга	02.05		
64.	Ваше поведение – это ваше всё!	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Проведение тренинга			
65.	Игры на свежем воздухе	0,5	использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения	Организация и проведение игр на свежем воздухе	15.05		
66.	Игры на свежем воздухе	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей.	Организация и проведение игр на свежем воздухе			
67.	Игра «Поезд здоровья»	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей.	Составление и разработка заданий для игры	16.05		
68.	Игра «Поезд здоровья»	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей	Проведение игры «Поезд здоровья»			
69.	Игра «Поезд здоровья»	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей	Проведение игры «Поезд здоровья»	22.05		
70.	Игра «Поезд здоровья»	0,5	содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей	Проведение игры «Поезд здоровья»	23.05		

Методические материалы

1. Физическая культура: рабочая программа: 5-9 классы; учебно-методическое пособие / Т. В. Петрова, Ю. А. Копылов, Н. В. Полянская, С. С. Петров. – М.: «Вентана – Граф», 2019.
2. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2015.