МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
МУ «Отдел образования Администрации Константиновского района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2»

УТВЕЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №2
_____Е.В. Некоз
(приказ от 31.08.2026 № 354)

Рабочая программа
(ID 10817509)

курса внеурочной деятельности
«Школа – территория здоровья»
направление «спортивно-оздоровительное»
для обучающихся 8 «А, Б» классов
основного общего образования
на 2026 – 2027 учебный год

г. Константиновск, 2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Необходимость создания и ведения курса обусловлена огромным образовательным значением, так как проблема здоровья подростков, старших школьников актуальна и имеет острую социальную значимость. Родителей, педагогов тревожит проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения: распространение среди подростков вредных привычек, а “болезни поведения” стали проблемой современности. Важно, чтобы просвещение подростков было своевременным, необходимо вовремя сформировать положительное отношение к здоровому образу жизни, научить понимать ответственность за своѐ поведение и здоровье. Курс внеурочной деятельности для предпрофильной подготовки воспитанников седьмого и восьмого классов посвящѐн одной из главных проблем – сохранение здоровья у подрастающего поколения. Курс предметно – ориентированный, рассчитан на 17 часов. Программа курса внеурочной деятельности предусматривает теоретические знания, решение практических задач, связанных с сохранением здоровья подростков и с исследовательской деятельностью воспитанников в области сохранения и укрепления своего здоровья. Умение вести здоровый образ жизни – признак высокой культуры человека, именно в школе должны решаться задачи формирования ответственного отношения к здоровью подростков.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Основная цель курса – воспитание у воспитанников: культуры отношения к своему здоровью (культуры психологической – способность управления своими чувствами и эмоциями; культуры интеллектуальной – способность управлять своими мыслями и контролировать их; культуры поведения – способность понимать своѐ предназначение).

Программа курса внеурочной деятельности предлагает решение следующих учебно-познавательных задач:

• расширение теоретических знаний школьников в образовательной области “Мое здоровье в моих руках;

• создать условия для формирования у подростков навыков общей культуры, включая культуру тела, основы санитарии и гигиены;

• обеспечить профилактику и отказ от вредных привычек;

• способствовать формированию положительной мотивации выработки своего индивидуального способа поведения, позволяющего сохранить свое здоровье в современных условиях жизни.

Рекомендуемые формы организации занятий:

• составление проектов по темам исследований;

• проведение исследований и составление презентаций по темам исследования;

• умение добывать биологическую информацию с помощью ИКТ;

• оформление и защита исследовательских работ учащихся;

• проведение научно-практической конференции по теме элективного курса, с использованием стендовых проектов.

При проведении занятий возможны различные формы индивидуальной и групповой деятельности (работа в парах, выполнение проекта, презентации, работа в мини – группах, фронтальная работа). В процессе изучения данного курса школьники получат теоретическую и практическую подготовку в сохранении своего здоровья. По итогам внеурочного курса учащиеся должны знать:

- понятия: здоровье, здоровый образ жизни;
- факторы, разрушающие и укрепляющие здоровье;
- химический состав табака и его воздействие на организм подростка;
- вредные привычки и их профилактика.

По итогам внеурочного курса учащиеся должны уметь:

- объяснять роль и значение здорового образа жизни в развитии общества и человека;
- объяснять роль физической культуры и спорта в укреплении здоровья человека, в профилактике вредных привычек.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Общее число часов, рекомендованных для освоения курса «Школа – территория здоровья» в 8 классе – 34 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

Раздел 1. Введение. Гигиена
Проведение первичной диагностики «Вредные привычки и здоровье», с целью сбора имеющейся информации о знаниях в области социально –негативных явлений.
Раздел II. Вредные привычки
Основная цель раздела научить обучающихся способам сопротивления давлению со стороны окружающих. Вместе с детьми выработать эффективные способы отказа сопротивления давлению. В раздел входит практическое задание, где дети, разделившись на группы, разыгрывают ситуации, как сопротивляться давлению и как сказать «нет». Какой вред алкоголь приносит здоровью, почему подростки начинают употреблять алкоголь и его негативные последствия для организма. Творческая работа в группах по созданию рисунков на тему «Мы за здоровый образ жизни!» предполагает формирование у детей активной жизненной позиции. Активизация и повышение качества работы по профилактике алкоголизма и других ПАВ.
Раздел III. Бич XXI века
Знакомство учеников с понятием психоактивное вещество (ПАВ), последствия употребления ПАВ на человеческий организм. В раздел входят выполнение практического задания, например, создание коллажа на тему «Я и мое будущее» с целью формирования у детей активной жизненной позиции.
Раздел IV. Научные основы труда и отдыха
Цель раздела способствовать постановке учениками личной цели – быть здоровыми, добиться понимания детьми, что здоровье – это не просто отсутствие болезней, а высокое качество жизни. Подведение итогов, обсуждение.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
У обучающихся будут сформированы:
- ценностное отношение к своему здоровью;
- способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за их результаты;
- целеустремленность и настойчивость в достижении поставленных целей;
- активная жизненная позиции и мотивации в отношении ведения здорового образа жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
Познавательные универсальные учебные действия
Обучающиеся научатся:
- узнавать изученные объекты, касающиеся вопросов здоровья;
- использовать различные справочные материалы (словарь, определитель растений и животных на основе иллюстраций, в том числе и компьютерные издания) для поиска необходимой информации;
- обнаруживать простейшие взаимосвязи окружающих условий и влияния их на здоровье;
умение использовать их для объяснения необходимости ЗОЖ.
Коммуникативные универсальные учебные действия:
Обучающиеся научатся:
- планировать в сотрудничестве с педагогом и одноклассниками свою деятельность;
- грамотно и четко формулировать собственное мнение и позицию;
- строить простейшие монологические высказывания, правильно ставить и задавать вопросы;

- контролировать действия партнёров при работе в группах и парах, оказывать необходимую взаимопомощь;
- осознанному выбору поступков, стиля поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Регулятивные универсальные учебные действия:

Обучающиеся научатся:
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- адекватно оценивать правильность выполнения действия (под руководством педагога) и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагогов, товарищей, родителей и других людей;
- обучиться элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

№	Название разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Введение. Гигиена	6	https://моиуроки.рф/pages/possibilities/#student
2.	Вредные привычки	18	https://моиуроки.рф/pages/possibilities/#student
3.	Бич XXI века	6	https://моиуроки.рф/pages/possibilities/#student
4.	Научные основы труда и отдыха	4	https://моиуроки.рф/pages/possibilities/#student
Итого количество часов за учебный год - 34			

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

№	Темы уроков	Кол-во часов	Дата изучения			
			8А		8Б	
			план	факт	план	факт
1.	Введение. Здоровье как одна из главных ценностей человека.	1	04.09		02.09	
2.	Задачи современной гигиены.	2	11.09 18.09		09.09 16.09	
3.	Значение физкультуры и её влияние на здоровье.	1	25.09		23.09	
4.	Спорт – самое сильное оружие 21 века	2	02.10 09.10		30.09 07.10	
5.	Природа возникновения и виды	1	16.10		14.10	

	вредных привычек.					
6.	Вред и польза жевательной резинки.	1	23.10		21.10	
7.	Табакокурение и его последствия.	1	06.11		11.11	
8.	Модный табак: вейп, кальян, соли.	2	13.11 20.11		18.11 25.11	
9.	Почему человек курит?	1	27.11		02.12	
10.	Алкоголь и общество.	2	04.12 11.12		09.12 16.12	
11.	Детский и подростковый алкоголизм.	2	18.12 25.12		23.12 30.12	
12.	Наркомания и еѐ виды.	2	15.01 22.01		13.01 20.01	
13.	Наркотическая зависимость. Пути решения проблем.	3	29.01 05.02 12.02		27.01 03.02 10.02	
14.	Токсикомания, еѐ опасность.	2	19.02 26.02		17.02 24.02	
15.	Семинар «Отказ от вредных привычек»	1	05.03		03.03	
16.	Опасные гаджеты.	1	12.03		10.03	
17.	Компьютер – друг или враг.	1	19.03		17.03	
18.	В мире информации. Учимся правильно «фильтровать» информацию в сети Интернет	1	26.03		24.03	
19.	Виртуальная реальность – симулятор жизни.	1	09.04		07.04	
20.	Асоциальное поведение	2	16.04		14.04	

	подростков.		23.04		21.04	
21.	Режим труда и отдыха. Работоспособность	1	30.04		28.04	
22.	Тест: Волевой ли вы человек?	1	07.05		05.05	
23.	Тренинг здорового образа жизни	2	14.05 21.05		12.05 19.05	

Лист внесения изменений
в программу внеурочной деятельности
«Искусственный интеллект и информационная безопасность»
в разделе «Календарно-тематическое планирование»
на 2026 – 2027 учебный год

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора

_____Н.В. Задорожняя

протокол от ___.___.2026 год

СОГЛАСОВАНО

Председатель МС

_____Л.Е. Линкина

протокол от ___.___.2026 год