

Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности

Рабочая программа по Здоровым быть здорово на уровне среднего общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, а также на основе требований к результатам освоения федеральной образовательной программы среднего общего образования (ФОП СОО),

Рабочая программа включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы, тематическое планирование.

В учебном плане среднего общего образования предмет «Здоровым быть здорово» входит в состав области «Внеурочной деятельности».

Существенное место в организации курса внеурочной деятельности

«Здорово быть здоровым» должны занять метапредметные результаты, благодаря чему по окончании данного курса у обучающихся будут сформированы навыки, направленные на анализ своей деятельности и управление ею.

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 отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков профилактики вредных привычек;
- 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.

Общее число часов, отведённых для изучения курса Здоровым быть здорово, на уровне среднего общего образования, составляет 68 часов: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Основные разделы. 10 класс – Понятие о культуре здорового образа жизни, Физическое здоровье: ресурсы здоровья сбережения, Психическое здоровье. Роль эмоциональной сферы в сохранении и укреплении здоровья, Нравственное здоровье личности, Социальное здоровье. Зависимое поведение и его влияние на здоровье

11 класс – Юность - время золотое, Занятого человека и грусть-тоска не берет, Режим труда и отдыха: культура жизнедеятельности обучающегося, Режим труда и отдыха: культура жизнедеятельности обучающегося, Социальное здоровье, В здоровом теле – здоровый дух.