Содержание программы по внеурочной деятельности.

**Раздел «Школа»**

Узнавание (различение) помещений школы. Знание назначения помещений школы. Нахождение помещений школы. Знание профессий людей, работающих в школе. Соотнесение работника школы с его профессией. Знание (соблюдение) правил поведения на территории школы. Узнавание (различение) зон класса. Знание назначения зон класса. Знание (соблюдение) распорядка школьного дня. Узнавание (различение) школьных принадлежностей: школьная доска, парта, мел, ранец, учебник, тетрадь, дневник, карандаш, точилка, резинка, фломастер, пенал, ручка, линейка, краски, пластилин, альбом для рисования. Знание назначения школьных принадлежностей. Представление о себе как члене коллектива класса. Знание положительных качеств человека. Знание способов проявления дружеских отношений (чувств). Умение выражать свой интерес к другому человеку.

**Раздел «Уроки бережного отношения к своему организму»**

Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колено, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены.

Познакомить с основными гигиеническими навыками людей. Практически выполнить умывание и чистку зубов. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта.

**Раздел «Спорт – это жизнь»**

Познакомить детей о различных видах спорта (хоккей, фигурное катание, лыжные гонки) о спортсменах, узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни. Знание назначения утренней зарядки, узнавание (различение) инвентаря для утренней зарядки.

**Раздел «Здоровое питание»**

Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Знание правил поведения за столом, приёма пищи. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту. Еда вилкой: захват вилки, накалывание кусочка пищи, поднесение вилки ко рту, снятие губами с вилки кусочка пищи, опускание вилки в тарелку. Использование ножа и вилки во время приема пищи. Использование салфетки во время приема пищи. Накладывание пищи в тарелку. Гигиена питания. Знание правил хранения продуктов. Вредные привычки. Представление о состоянии своего здоровья, важности соблюдения режима дня и правил личной гигиены перед едой. Знание значения фруктов в жизни человека. Знание способов переработки фруктов. Знание значения овощей в жизни человека. Узнавание (различение) овощей (лук, картофель, морковь, свекла, кабачок, перец) по внешнему виду. Различение съедобных и несъедобных частей овоща. Знание значения овощей в жизни человека. Знание способов переработки овощей.

**Раздел «Моя безопасность»**

Знакомство с понятием «безопасность». Соблюдение правил безопасности в жизни человека. Знание (соблюдение) правил безопасности и поведения во дворе. Соблюдение правил безопасности, поведения в местах общего пользования в доме: не заходить в лифт с незнакомым человеком, не залезать на чердак, не трогать провода и др. Знакомство с коммунальными удобствами в квартире - электроснабжение (розетка, свет, электричество). Знание (соблюдение) правил безопасности и поведения во время аварийной ситуации в доме.

 Узнавание (различение) животных, живущих в квартире (кошка, собака, декоративные птицы, аквариумные рыбки, черепахи, хомяки). Знание особенностей ухода (питание, содержание и др.).

Соблюдение правил поведения на реке. Соблюдение правил поведения на озере (пруду). Узнавание огня. Знание свойств огня (полезные свойства, отрицательное). Знание значения огня в жизни человека. Соблюдение правил обращения с огнем.

Знание значения насекомых в жизни человека, в природе. Соблюдение правил при укусе насекомых.

Узнавание (различение) наземного транспорта. Узнавание (различение) общественного транспорта. Знание (соблюдение) правил поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения.

**Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности «Азбука здоровья»**

**5 класс**

Программа «Азбука здоровья» рассчитана на 2 часа в неделю. Общее количество часов: 68 ч.

I четверть – 16 ч.

II четверть – 16 ч.

III четверть – 20 ч.

IV четверть – 16 ч.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности | Материалы, оборудование / ИКТ | Дата |
| По плану | Факт |
|  | **I четверть (16часов)** |  |  |
|  |  **Школа - 13 часов** |  |  |
| 1 | Правила поведения в школе. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 2 | Правила поведения в классе. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 3 | Мой класс – мой дом. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 4 | Я – дежурный. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 5 | Поведение в столовой. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 6 | Общешкольный праздник. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 7 | Я в спортивном зале. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 8 | Идём в туалет. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
|  |  **Уроки бережного отношения к своему организму -15 часов** |  |  |
| 9 | Путешествие в страну «Здоровье» | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 10 | Режим дня | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности | Материалы, оборудование / ИКТ | Дата |
| По плану | Факт |
|  | **II четверть (16часов)** |  |  |
| 1 | Если хочешь быть здоров – закаляйся. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 2 | Глаза – главные помощники человека. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 3 | Умывайся, если хочешь быть здоров. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 4 | Как ухаживать за волосами | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 5 | Наши зубки | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 6 | Что такое грипп? | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
|  | **Спорт – это жизнь - 12 часов** |  |  |
| 7 | Спорт в нашей жизни. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 8 | Папа, мама, я – спортивная семья. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности | Материалы, оборудование / ИКТ | Дата |
| По плану | Факт |
|  | **III четверть (20 часов)** |  |  |
| 1 | Виды спорта: хоккей. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 2 | Виды спорта: фигурное катание | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 3 | Виды спорта: лыжные гонки | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 4 | Утренняя зарядка | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
|  | **Здоровое питание - 20 часов** |  |  |
| 5 | Режим дня. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 6 | Здоровая пища. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 7 | Что такое витамины? | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 8 | Фрукты. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 9 | Овощи. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 10 | Вредные продукты. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности | Материалы, оборудование / ИКТ | Дата |
| По плану | Факт |
|  | **IVчетверть (16 часов)** |  |  |
| 1 | Правила приёма пищи. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 2 | Правила поведения за столом. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 3 | Гигиена питания. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 4 | Вредные привычки. | 2 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
|  | **Моя безопасность - 8 часов** |  |  |
| 5 | Что такое безопасность? | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 6 | Осторожно на прогулке. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 7 | Поведение у водоёма. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 8 | Осторожно! Электричество! | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 9 | Поведение с животными. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 10 | Поведение в лесу. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 11 | Если меня укусила пчела. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |
| 12 | Правила дорожного движения. | 1 | Просмотр презентации, рассматривание сюжетных картинок, просмотр обучающего мультфильма.  | Наглядно-демонстрационный материал, ноутбук, принтер. |  |  |