Тематическое планирование внеурочной деятельности «Здоровье – твое главное богатство»

В 5 классе

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Название темы, раздела | Всего часов | Из них | | Формы контроля |
| аудиторные | внеаудиторные |
| 1 | Введение | 1 | 0 | 1 | Наблюдение, беседа |
| 2 | Здоровый образ жизни | 5 | 1 | 4 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 3 | Закаливание и его значение в укреплении здоровья | 3 | 1 | 2 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 4 | Рациональное питание | 6 | 2 | 4 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 5 | Движение - это жизнь | 7 | 1 | 6 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 6 | Виды травм и первая медицинская помощь | 5 | 2 | 3 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 7 | Профилактика заболеваний – необходимое условие сохранения здоровья | 2 | 0 | 2 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 8 | Чистота - залог здоровья | 3 | 1 | 2 | Наблюдение, беседа, тестирование |
| 9 | Живые организмы и их влияние на здоровье | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, беседа, тестирование |

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Здоровье – твое главное богатство» в 5 классе на 2013 – 2014 учебный год

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема | Всего часов | Из них | | УУД | Форма организации занятий | Форма контроля | Дата |
| Аудит. | Внеауд. |
| **1.Введение** | | | | | | | | |
| 1 | Что такое здоровье ,от чего оно зависит?Факторы ,влияющие на здоровье | 1 |  | 1 | Познавательные,  регулятивные, личностные | Презентация | Мониторинг |  |
| **2.Здоровый образ жизни** | | | | | | | | |
| 2 | Что такое здоровый образ жизни?(мониторинг “Можно ли назвать твой образ жизни здоровым?”) | 1 | 1 |  | Познавательные УУД: умение определять понятия, строить логические рассуждения, умозаключения, делать выводы.  Личностные УУД: умение соблюдать дисциплину, уважительно относиться у учителям и одноклассникам.  Регулятивные УУД: умение определять цели своего обучения, | Беседа | Мониторинг, наблюдение |  |
| 3 | Вредные привычки ,причины их формирования. | 1 |  | 1 | Диспут | Мониторинг, наблюдение |  |
| 4 | Курение и его вредное влияние на организм. | 1 |  | 1 | Газета (живая) | Мониторинг, наблюдение |  |
| 5 | Алкоголь не только разрушает твоё здоровье ,но и твою жизнь. | 1 |  | 1 | Встреча с врачом-наркологом | Мониторинг, наблюдение |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | Акция “Скажи наркотикам -НЕТ” | 1 |  | 1 | Формулировать новые задачи | | | Акция | Наблюдение |  |
| **3.Закаливание и его значение в укреплении здоровья** | | | | | | | | | | |
| 7 | Понятие закаливания и его роль. Закаливание воздухом. | 1 |  | 1 |  | | | Беседа, прогулка | Наблюдение |  |
| 8 | Закаливание водой и солнцем . | 1 |  | 1 | Посещение бассейна | Наблюдение |  |
| 9 | Значение систематичности и последовательности в закаливающих процедурах. | 1 | 1 |  | Беседа | Мониторинг, наблюдение |  |
| **4.Рациональное питание** | | | | | | | | | | |
| 10 | Понятие рационального питания и его значение . | 1 |  | 1 |  | | | Посещение столовой | Наблюдение |  |
| 11 | Режим питания. | 1 |  | 1 | Исследование «Почему нужен завтрак?» | Проектная деятельность |  |
| 12 | Составляем свое меню с учётом всех принципов рационального питания | 1 | 1 |  | Беседа | Наблюдение |  |
| 13 | Правильное приготовление пищи. | 1 |  | 1 | Беседа | Наблюдение, мониторинг |  |
| 14 | Гельминтоз - как результат не соблюдения гигиенических правил. | 1 | 1 |  |  | | | Мини-лекция | Наблюдение |  |
| 15 | Кулинарные посиделки. | 1 |  | 1 | Посиделки | Наблюдение |  |
| **5.Движение – это жизнь** | | | | | | | | |  | |
| 16 | Роль физических упражнений. | 1 |  | 1 |  | | | Исследовательский проект «Движение и здоровье» | Проектная деятельность |  |
| 17 | Утренняя зарядка. Разработка системы упражнений | 1 | 1 |  | Беседа | Наблюдение |  |
| 18 | Систематичность и последовательность –главные принципы в спорте. | 1 |  | 1 | Спортивный квест | Мониторинг, наблюдение |  |
| 19 | Физический труд не роскошь,а необходимое условие развития организма | 1 |  | 1 | Трудовой десант | Наблюдение |  |
| 20 | Составление правильного режима дня с учетом принципа “сочетай труд и отдых”. | 1 |  | 1 |  | | | Творческое задание «Планируем день» | Проектная деятельность |  |
| 21 | Туризм развивает твоё тело и душу. | 1 |  | 1 | Туриада | Наблюдение |  |
| 22 | Правила поведения в природе. | 1 |  | 1 | Презентация | Тестирование |  |
|  | | | | | | | | | | |
| 23 | Что такое первая доврачебная помощь,её роль | 1 | 1 |  |  | | | Беседа | Мониторинг, наблюдение |  |
| 24 | Ушибы , ожоги: твои действия. | 1 |  | 1 | Беседа | Мониторинг, наблюдение |  |
| 25 | .Первая помощь при тепловом и солнечной ударах , обморожении. | 1 | 1 |  | Мини-лекция | Наблюдение, тестирование |  |
| 26 | Виды кровотечений и первая помощь при них. | 1 |  | 1 | Встреча с врачом-терапевтом | Наблюдение |  |
| 27 | Переломы ,вывихи ,растяжения- сумей не навредить | 1 |  | 1 | Посещение поликлиники | Наблюдение |  |
| **7. Профилактика заболеваний – необходимое условие сохранения здоровья.** | | | | | | | | | | |
| 28 | Понятие профилактики . Грипп и его профилактика | 1 |  | 1 | |  | Презентация | | Тестирование |  |
| 29 | Желудочно-кишечные заболевания ,их предупреждение | 1 |  | 1 | | Встреча с санитарным врачом | | Мониторинг |  |
| **8.Чистота – залог здоровья** | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 30 | Соблюдай чистоту жилища | 1 | 1 |  |  | Беседа | Наблюдение |  |
| 31 | Гигиена одежды и обуви | 1 |  | 1 | Газета | Проектная  деятельность |  |
|  |
| 32 | В чистом теле -здоровый дух | 1 |  | 1 | Круглый стол | Проектная деятельность |  |
| **9. Живые организмы и их влияние на здоровье.** | | | | | | | | |
| 33 | Ядовитые грибы, растения ,животные | 1 | 1 |  |  | Беседа | Мониторинг, наблюдение |  |
| 34 | Лекарственные растения и их применение | 1 |  | 1 | Исследование | Проектная деятельность |  |