

Приложение к АООП образования обучающихся  
с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
(Вариант 1)

Государственное бюджетное учреждение Калининградской области  
общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья  
«Школа – интернат №7 пос. Большое Исаково»

Рассмотрена и принята на заседании  
Педагогического совета Организации  
Протокол № 07 от 17.06.2022 года.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор  
ГБУ КО «Школа-интернат №7»  
А.Ю. Быстрова  
*Приказ № 104 от 17.06.2022 года*

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

#### «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»

#### СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЛЕГКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)  
(ВАРИАНТ 1)

8 класс

Срок освоения рабочей программы -1 учебный год

2022 год

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» (спортивно – оздоровительное направление) 8 класс направлена на создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы «Азбука здоровья» (8 класс) адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. №1599);
- Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22.03.2021 №115;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования (в ред. 11.12.2015 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 № 28;
- Устав ГБУ КО «Школа-интернат №7»;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГБУ КО «Школа-интернат №7»;
- Календарный учебный график ГБУ КО «Школа-интернат №7» на учебный год и др.

Данная программа реализуется в образовательной организации. Основное преимущество реализации внеурочной деятельности непосредственно в образовательной организации заключается в том, что в ней созданы все условия для полноценного пребывания обучающихся с умственной отсталостью в течение дня, содержательном единстве учебного, воспитательного и коррекционно-развивающего процессов.

**Цели программы внеурочной деятельности** спортивно - оздоровительного направления «Азбука здоровья» (8 класс):

- Формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни.

- Формирование у детей представления о необходимости заботы о своем здоровье, о значении важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.
- Развитие познавательной активности, творческих способностей, любознательности, расширение кругозора учащихся; развитие умения сравнивать, анализировать жизненные ситуации; развитие умения проводить самостоятельные наблюдения.
- Воспитание потребностей к здоровому образу жизни при решении задач обучения, развития и воспитания обучающихся с умственной отсталостью акцент делается на задаче развития: знания и умения являются не самоцелью, а средством развития интеллектуальной и эмоциональной сферы, творческих способностей учащихся, личности ребёнка.

### **Задачи программы:**

*Оздоровительные задачи* направлены на:

- охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников;
- гармоничному психосоматическому развитию;
- совершенствованию защитных функций организма, повышению устойчивости к различным заболеваниям, увеличению работоспособности;

*Образовательные задачи* предполагают:

- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья;
- развитие способности правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- развитие познавательной активности, творческих способностей, любознательности, расширение кругозора учащихся; развитие умения сравнивать, анализировать жизненные ситуации; развитие умения проводить самостоятельные наблюдения.
- формирование теоретических знаний об основах рационального правильного питания;
- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности выполнять эти правила;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа.

*Воспитательные задачи* направлены на формирование творческой, разноплановой и гармонично развитой личности:

- выработка потребности в соблюдении санитарно-гигиенических норм;

- воспитание воли и настойчивости, аккуратности в организации правильного питания и соблюдении режима дня, стремление к активной практической деятельности по реализации знаний о здоровом образе жизни;
- развитие представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа;
- развитие представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- самоорганизация, стремление к взаимопомощи.

*Коррекционно-развивающие задачи* направлены на:

- помощь в развитии познавательных, творческих и других способностей обучающихся с ОВЗ;
- вовлечение учащихся в разнообразные социализирующие отношения, способствующие их сплочению и положительному взаимовлиянию друг на друга;
- диагностика, регулирование и коррекция личностного развития учащихся, а также создание условий для развития у учащихся способностей к самоанализу, самооценке и саморазвитию;
- воспитание у учащихся адекватного отношения к жизни, умения находить в ней радость и желания творить добро;
- совершенствование ученического самоуправления, развитие и упрочнение детской организации.

**Формы организации:**

- Организация деятельности по охране здоровья и профилактике заболеваний.
- Беседы, интерактивные игры, конкурсы газет и рисунков о правильном питании, акции по ЗОЖ.
- Тренинги, занятия, консультации, презентации.

**Принципы**, лежащие в основе программы:

- доступности;
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов, презентации, видеофильмы);
- демократичности и гуманизма;
- научности.

Данная программа рассчитана на один год обучения детей с умственной отсталостью. Всего 34 часа (1 час в неделю во внеурочное время). Продолжительность занятия – 40 минут.

## 2. КРАТКАЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.

В 8 классе обучаются дети с легкой умственной отсталостью. Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития детей с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и *эмоции, воля*, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден.

У этой категории обучающихся нарушена первая ступень познания – ощущения и восприятие. Нарушены процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация, логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне.

Особенности нервной системы школьников с умственной отсталостью проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения.

Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности.

У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности. Психологические особенности умственно отсталых школьников проявляются в нарушении эмоциональной сферы, проявляющиеся в отсутствии оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью.

Волевая сфера учащихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми.

### **3. ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ (БУД)**

Современные подходы к повышению эффективности обучения предполагают формирование у школьника положительной мотивации к учению, умению учиться, получать и использовать знания в процессе жизни и деятельности.

В 8-ом классе формирование базовых учебных действий у школьников, обеспечивает, с одной стороны, успешное обучение и осознанное отношение к обучению, с другой — составляет основу формирования в старших классах более сложных действий, которые содействуют дальнейшему становлению ученика как субъекта осознанной активной учебной деятельности на доступном для него уровне.

Во внеурочной деятельности спортивно – оздоровительного направления «Азбука здоровья» формируются следующие базовые учебные действия:

*Личностные учебные действия* обеспечивают готовность ребенка к принятию новой роли ученика, понимание им на доступном уровне ролевых функций и включение в процесс обучения на основе интереса к его содержанию и организации.

*Коммуникативные учебные действия:* вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс, использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем, слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту, сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми, договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.

*Регулятивные учебные действия:* входить и выходить из учебного помещения со звонком. Ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью, адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку), работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем). Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников, соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов, передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения).

*Познавательные учебные действия* дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями.

Умение использовать все группы действий в различных образовательных ситуациях является показателем их сформированности.

#### **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

В результате реализации программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» (спортивно - оздоровительное направление, 8 класс) должно обеспечиваться достижение обучающимися с умственной отсталостью:

##### ***Воспитательные результаты:***

*первый уровень результатов* - приобретение обучающимися с умственной отсталостью социальных знаний о ближайшем окружении и о себе, об общественных нормах, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.;

*второй уровень результатов* - получение опыта переживания и позитивного отношения к результатам своего труда, позитивное отношение к результатам других детей, первое практическое подтверждение приобретённых знаний;

*третий уровень результатов* - получение обучающимися с умственной отсталостью начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование социально приемлемых моделей поведения, эффекта - последствия результата, того, к чему привело достижение результата (развитие обучающегося как личности, формирование его социальной компетентности, чувства патриотизма и т. д.).

##### ***Основные личностные результаты внеурочной деятельности по программе «Азбука здоровья»:***

- ценностное отношение и любовь к близким,
- готовность следовать здоровому образу жизни;
- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных игровых ситуациях;
- умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;
- владение основными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- способность элементарно организовывать свою деятельность.

##### ***Результативность внеурочной деятельности предполагает:***

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием;
- понимать роль и значение правильного питания для укрепления здоровья;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия;
- понимать значение режима дня и правильного питания для здоровья человека.

##### ***К концу года учащиеся научатся:***

- понимать роль правильного питания для здоровья человека,
- соблюдать правила питания,

- выполнять санитарно-гигиенические требования питания,
- соблюдать правила культуры поведения за столом,
- составлять меню приёма пищи,
- соблюдать режим питания.

*В результате обучения учащиеся овладеют:*

- знаниями о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- навыками укрепления здоровья;
- знаниями о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья и готовности выполнять эти правила;
- навыками правильного питания как составной части здорового образа жизни.

*К концу изучения курса учащиеся получают возможность научиться:*

- правильно питаться,
- отличать полезные продукты от вредных для здоровья,
- соблюдать правила этикета за столом,
- вести здоровый образ жизни.



**5.УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Примечания
1.	Введение.	2	
2.	Антропогенная среда и здоровье человека	10	
3.	Среда жизнедеятельности человека	16	
4.	Здоровый образ жизни	4	
5.	Заключение.	2	
Итого		34 часа	

## 6. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### **I. Введение.**

Естественная среда и здоровье человека. Связь между природными условиями и здоровьем человека. Качество воды, воздуха, почв, климатические условия, то, от чего зависит здоровье, трудоспособность и долголетие человека. Экологический туризм. Климат, характеристика климатических факторов. Микроклимат. Влияние на организм климатических факторов. Экстремальные условия.

### **II. Антропогенная среда и здоровье человека.**

Современное состояние природной среды. Атмосфера как часть природной среды. Загрязнение атмосферы. Последствия загрязнения атмосферы. Кислотные дожди. Накопление вредных для здоровья веществ в пресной воде, почве, растениях, человеке. Охрана вод, почв. Радиация в биосфере. Экологические проблемы и как с ними бороться. Растения и здоровье человека. Загрязнение пестицидами продуктов питания. Их классификация.

### **III. Среда жизнедеятельности человека.**

Образ природы в культуре России. Ландшафт как фактор здоровья. Природа биологических ритмов. «Совы» и «Жаворонки». Погода и самочувствие. Здоровье и болезнь. Здоровье и факторы риска болезни. Жизнедеятельность здорового человека. Определение влияния образа жизни на состояние здоровья. Экскурсия в лес. Как получить заряд энергии от дерева. Найди свое дерево. Лечение плашками деревьев. Легенда о друидах. Природная среда – источник инфекционных заболеваний. Не инфекционные эндемические заболевания. Лихорадка Западного Нила. Ядовитые лекарственные растения и их применение. Поселение как среда жизни. Среда жилого помещения. Конференция на тему: «Мой дом – моя крепость». Факторы жилой среды. Экологический паспорт нашей квартиры. Опасность химического отравления. Влияние звуков на здоровье человека. Шум и здоровье человека. Профилактика «шумовых» болезней.

### **IV. Здоровый образ жизни.**

Труд, профессия и здоровье. Профессиональные заболевания. Их профилактика. Семья и здоровье. Забота о подрастающем поколении. Закаливание. Культура питания. Основы рационального питания. Нормы питания. Витамины – БАВ. Их роль в питании и рационе человека. СПИД – коварная болезнь. «Пути переноса ВИЧ (ролевая игра)». Алкоголизм и наркомания – болезнь химической зависимости. Профилактика. Табакокурение и последствия табакокурения.

### **V. Заключение.**

Культура движения. Сколько жить человеку. Старение организма. Биотехнология. Лекарства. Медицина будущего. Профессия - врач. Заботы эколога.

### 7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование раздела программы и тем	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся (результат) (знать/уметь)	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
<b>I. Введение.</b>					
1.	Естественная среда и здоровье человека	1	Естественная среда и здоровье человека. Связь между природными условиями и здоровьем человека. Качество воды, воздуха, почв, климатические условия, то, от чего зависит здоровье, трудоспособность и долголетие человека. Экологический туризм.	Знать основные понятия и термины. Уметь составить своими словами рассказ.	Видеофильм.
2.	Влияние на организм климатических факторов.	1	Климат, характеристика климатических факторов. Микроклимат. Влияние на организм климатических факторов. Экстремальные условия.	Знать виды климатических факторов. Уметь рассказать о стихийных природных явлениях и их влияние на здоровье человека.	Презентация.
<b>II. Антропогенная среда и здоровье человека.</b>					
3.	Современное состояние природной среды.	1	Рассказ учителя с использованием наглядности. Выставка рисунков учащихся. Современное состояние природной среды. Атмосфера как часть природной среды.	Знать основные термины и понятия. Уметь рассказать своими словами об атмосфере.	Презентация
4.	Последствия загрязнения атмосферы. Кислотные	1	Рассказ учителя с использованием наглядности.	Знать последствия загрязнения атмосферы.	Видеофильм

	дожди.		Выставка рисунков учащихся. Последствия загрязнения атмосферы. Кислотные дожди.	Уметь составить рассказ своими словами.	
5.	Опасность загрязнения почв.	1	Работа в группах по регионам страны, своей местности. Рассказ учителя. Накопление вредных для здоровья веществ в почве.	Знать последствия загрязнения почв. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
6.	Удобрения, ядохимикаты и сельском хозяйстве.	1	Виды удобрений и ядохимикатов. Их польза и вред для почвы и здоровья человека.	Знать виды удобрение и ядохимикатов. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
7.	Вода – основа жизни.	1	Работа в группах по регионам страны, своей местности. Рассказ учителя. Роль воды в жизни человека и окружающей среды.	Знать значение воды в окружающем мире. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм
8.	Причины загрязнения воды.	1	Накопление вредных для здоровья веществ в пресной воде.	Знать причины загрязнения воды. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
9.	Растения и здоровье человека.	1	Работа в группах по регионам страны, своей местности. Рассказ учителя. Накопление вредных для здоровья веществ растениях. Загрязнение пестицидами продуктов питания. Их классификация.	Знать роль растений для здоровья человека. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация.
10.	Ядовитые лекарственные растения и их	1	Рассказ учителя. Сообщения учащихся о лекарственных	Знать ядовитые лекарственные растения.	Презентация

	применение.		растениях. Загрязнение пестицидами продуктов питания. Их классификация.	Уметь составить рассказ своими словами.	
11.	Генномодифицированные продукты питания.	1	Рассказ учителя. Работа учащихся с дополнительной литературой. Виды генномодифицированных продуктов питания.	Знать, что такое генномодифицированные продукты питания. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм
12.	Экологические проблемы и как с ними бороться.	1	Рассказ учителя. Виды экологических проблем. Пути их решения.	Знать экологические проблемы современного мира. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм
<b>III. Среда жизнедеятельности человека.</b>					
13.	Образ природы в культуре России.	1	Картины и пейзажи великий русских художников, стихи о природе. Рассказ учителя. Работа с текстом, с дополнительной литературой.	Знать русских художников и поэтов, писавших о природе. Уметь описать своими словами картину.	Презентация
14.	Ландшафт как фактор здоровья.	1	Рассказ учителя. Виды ландшафта. Его влияние на здоровье человека.	Знать виды ландшафта. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
15.	Природа биологических ритмов. Совы и Жаворонки.	1	Природа биологических ритмов. «Совы» и «Жаворонки». Погода и самочувствие.	Знать погодные условия, влияющие на самочувствие и здоровье человека. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
16.	Здоровье и болезнь. Здоровье и факторы	1	Рассказ учителя. Здоровье и болезнь. Здоровье и	Знать основные факторы риска заболевания человека.	Презентация

	риска болезни.		факторы риска болезни.	Уметь составить рассказ своими словами.	
17.	Жизнедеятельность здорового человека.	1	Просмотр видеофильма. Обсуждение возможностей здорового человека.	Уметь обосновывать свою точку зрения.	Видеофильм
18.	Влияние образа жизни на состояние здоровья.	1	Рассказ учителя. Определение влияния образа жизни на состояние здоровья.	Знать виды образа жизни. Уметь рассказать своими словами о своём образе жизни.	Презентация
19.	Легенда о друидах. Подзарядка сил от деревьев.	1	Экскурсия в лесопарковую зону.	Знать название деревьев. Уметь определить дерево по внешнему виду.	
20.	Легенда о друидах. Подзарядка сил от деревьев.	1	Как получить заряд энергии от дерева. Найди свое дерево. Лечение плашками деревьев. Легенда о друидах.	Уметь рассказать своими словами о роли деревьев для здорового образа жизни человека.	Презентация
21.	Природная среда – источник инфекционных заболеваний.	1	Рассказ учителя. Виды инфекционных заболеваний. Не инфекционные эндемические заболевания. Лихорадка Западного Нила.	Знать основные виды инфекционных заболеваний. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
22.	Природно-очаговые болезни.	1	Рассказ учителя. Сообщения учащихся. Виды природно-очаговых заболеваний. Их профилактика.	Знать виды природно-очаговых заболеваний. Уметь рассказать своими словами об их профилактике.	Презентация
23.	Поселение как среда жизни.	1	Рассказ учителя. Поселение как среда жизни. Виды поселений.	Знать виды поселений. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
24.	Среда жилого и рабочего помещения.	1	Среда жилого помещения. Конференция на тему: «Мой дом – моя крепость». Факторы	Знать факторы жилой среды. Уметь составить рассказ своими словами, обосновать свою точку	Презентация

			жилой среды. Экологический паспорт нашей квартиры.	зрения.	
25.	Опасность химического отравления.	1	Просмотр видеофильма. Рассказ учителя. Опасность химического отравления. Виды химических отравлений.	Знать виды химических отравлений. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм
26.	Опасность химического отравления.	1	Рассказ учителя. Оказание первой помощи при химическом отравлении.	Знать алгоритм действий при химическом отравлении. Уметь обосновать свою точку зрения.	Презентация
27.	Шум и здоровье человека.	1	Просмотр видеофильма. Влияние звуков на здоровье человека. Шум и здоровье человека.	Знать, каким образом шум влияет на здоровье человека. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм.
28.	Профилактика шумовых болезней.	1	Рассказ учителя. Влияние звуков на здоровье человека. Шум и здоровье человека. Профилактика «шумовых» болезней.	Знать профилактику «шумовых» заболеваний. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
<b>IV. Здоровый образ жизни.</b>					
29.	Труд, профессия, здоровье.	1	Рассказ учителя. Профессиональные заболевания. Их профилактика. Семья и здоровье. Забота о подрастающем поколении. Закаливание.	Знать виды профессиональных заболеваний. Уметь объяснить своими словами профилактику профессиональных заболеваний.	Презентация
30.	Основы рационального питания.	1	Культура питания. Основы рационального питания. Нормы питания. Витамины – БАВ. Их	Знать правила здорового питания. Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация

			роль в питании и рационе человека.		
31.	СПИД – коварная болезнь.	1	Симптомы заболевания. Профилактика ВИЧ. «Пути переноса ВИЧ (ролевая игра)».	Знать принципы профилактики ВИЧ. Уметь обосновать свою точку зрения.	Презентация
32.	Табакокурение, алкоголизм и наркомания – болезни химической зависимости.	1	Алкоголизм и наркомания – болезнь химической зависимости. Профилактика. Табакокурение и последствия табакокурения.	Знать последствия вредных пристрастий. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм
<b>V. Заключение.</b>					
33.	Культура движения. Старение организма.	1	Культура движения. Сколько жить человеку. Старение организма. Биотехнология.	Знать возрастные особенности здоровья человека. Уметь составить рассказ своими словами.	Видеофильм
34.	Медицина будущего.	1	Лекарства. Медицина будущего. Профессия - врач. Заботы эколога.	Уметь составить рассказ своими словами.	Презентация
<b>Итого за год: 34 часа</b>					



### 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

**Наглядно-демонстрационный материал:** папки с иллюстративным материалом по темам, презентации, видеофильмы и др.

**Наглядные и раздаточные пособия:** карточки по темам, детские игрушки.

**Оборудование:** комплект звуковоспроизводящей аппаратуры, персональный компьютер, колонки.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Издательский дом «Первое сентября», «Здоровье детей» № 13, 2018.
2. Издательский дом «Первое сентября» «Здоровье детей» № 15, 2019.
3. Издательский дом «Первое сентября» «Здоровье детей» № 15, 2020.
4. Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 2019
5. Методическое пособие по воспитательной работе образовательной программы «Мой выбор». М., Ижица, 2019.
6. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Школа докторов природы. - М.: ВАКО, 2018
7. Программа «Разговор о правильном питании» М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2016.
8. Программа «Две недели в лагере здоровья» М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2017.
9. Программа «Формула правильного питания» М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева М.ОЛМА Медиа Групп 2017
10. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании. / Методическое пособие. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2016.

#### ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:

1. [https://xn--j1ahfl.xn--plai/library/programma\\_vneurochnoj\\_deyatelnosti\\_azbuka\\_zdorovya\\_182908.html](https://xn--j1ahfl.xn--plai/library/programma_vneurochnoj_deyatelnosti_azbuka_zdorovya_182908.html)
2. <https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2017/01/24/rabochaya-programma-vneurochnoy-deyatelnosti-v-5>
3. <https://nsportal.ru/shkola/biologiya/library/2016/09/21/vneurochnaya-deyatelnost-rabochaya-programma-azbuka-zdorovya>
4. <https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnoy-deyatelnosti-azbuka-zdorovya-klass-493463.html>
5. <http://www.prav-pit.ru/>
6. <http://www.sipkro.ru/>



