

## **I Результаты освоения курса внеурочной деятельности "Планета здоровья»**

### **Личностные результаты:**

- осознание важности здорового образа жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;
- соблюдение правил безопасности в быту, в лицее, на прогулках;
- способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

**Метапредметные результаты** обучения представлены универсальными учебными действиями:

- анализ ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнение примеров опасного и безопасного поведения;
- планирование и организация своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
- обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций,

### **Предметные результаты**

Шестиклассник научится:

- опознавать опасные ситуации в природе и их причины;
- правилам безопасного поведения ;
- обеспечению питанием и водой, поиску и приготовлению пищи;
- рациональному питанию;
- правилам личной гигиены;

***Шестиклассник получит возможность научиться:***

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- оказывать первую помощь
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

**II Содержание курса внеурочной деятельности «Планета здоровья» с указанием форм организации и видов деятельности**

Содержание	Формы организации	Виды деятельности
Введение .Если хочешь быть здоров.	Игра – соревнование	осознают важность здорового образа жизни;
Поговорим о пище. Из чего состоит пища. Исследование (виды круп, макаронных изделий)	Игра – соревнование	соблюдают правила здорового образа жизни;
Как правильно составить свой рацион питания. Индивидуальное составление рациона питания.	Практическое занятие	соблюдают правила здорового образа жизни;безопасности в быту, в лицее, на прогулках;
Как готовят пищу.	Экскурсия в школьную столовую	Соблюдают правила здорового питания, культуру приема пищи;
Из чего варят и как сделать кашу полезной.	Практическое занятие	Соблюдают правила здорового питания, культуру приема пищи; осознают важность здорового образа жизни;
Хлеб - всему голова!	Работа в группах	Соблюдают правила здорового питания, культуру приема пищи; осознают важность здорового образа жизни;
Питание – необходимое условие для жизни человека.	Игра – соревнование	соблюдают правила здорового образа жизни;
Здоровая пища для всей семьи.	Практическое занятие	соблюдают правила здорового образа жизни;безопасности в быту,готовы к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.
Зачем человеку кожа.	Проведение опытов. Рассказ учителя.	готовы к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности. Соблюдают правила личной гигиены,
Надёжная защита организма.	Проведение опытов. Рассказ учителя.	готовы к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности. Соблюдают правила личной гигиены,
Если кожа повреждена.	Практическое занятие	оценивают своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
Сон – лучшее лекарство.	Игра – соревнование	Называют факторы, укрепляющие и

		разрушающие здоровье; оценивают своё поведение в разных жизненных ситуациях
Как настроение?	Инсценировки	Используют основы культуры общения: приветствие, благодарность, извинение, прощание; разыгрывают различные жизненные ситуации
Я пришёл из школы.	Инсценировки	Анализируют ситуацию; разыгрывают различные жизненные ситуации
Я – ученик.	Инсценировки	Используют основы культуры общения: приветствие, благодарность, извинение, прощание; разыгрывают различные жизненные ситуации
Вредные привычки.	Беседа. анализ ситуации	правильно оценивают собственные поступки и корректируют свои действия;
Скелет – наша опора	Проведение опытов. Рассказ учителя.	Учатся формулировать собственное мнение и позицию. Получают установку на здоровый образ жизни.
Осанка – стройная спина!	Беседа. анализ ситуации	Познакомится с факторами укрепления здоровья
Если хочешь быть здоров.	Беседа. анализ ситуации	Познакомится с факторами укрепления здоровья
Правила безопасности на воде.	Рассказ учителя. Работа в группах	оценивают своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
Обобщающие занятия	Игра-рассуждение викторина	Отвечают на вопросы викторины. Знают основные правила безопасного поведения

**III. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы**

№		Количество часов	Дата план	Дата факт
1	Введение .Если хочешь быть здоров.	1	06.09.16	

2	Поговорим о пище. Из чего состоит пища.	1	13.09.16	
3	Полезные и вредные привычки. Как правильно составить свой рацион питания.	1	20.09.16	
4	Самые полезные продукты. Как готовят пищу.	1	27.09.16	
5	Как правильно составить свой рацион питания. Из чего варят и как сделать кашу полезной.	1	04.10.16	
6	Как готовят пищу. Хлеб - всему голова!	1	11.10.16	
7	Из чего варят и как сделать кашу полезной. Питание – необходимое условие для жизни человека.	1	18.10.16	
8	Хлеб - всему голова! Питание – необходимое условие для жизни человека.	1	25.10.16	
9	Здоровая пища для всей семьи.	1	01.11.16	
10	Здоровая пища для всей семьи.	1	15.11.16	
11	Зачем человеку кожа.	1	22.11.16	
12	Зачем человеку кожа.	1	29.11.16	
13	Надёжная защита организма.	1	06.12.16	
14	Если кожа повреждена.	1	13.12.16	
15	Если кожа повреждена.	1	20.12.16	
16	Сон – лучшее лекарство.	1	27.12.16	
17	Сон – лучшее лекарство.	1	17.01.16	
18	Как настроение?	1	24.01.16	
19	Как настроение?	1	31.01.16	
20	Я пришёл из школы.	1	07.02.16	
21	Я – ученик.	1	14.02.16	
22	Вредные привычки.	1	21.02.16	
23	Вредные привычки.	1	28.02.16	
24	Вредные привычки.	1	07.03.16	
25	Скелет – наша опора	1	14.03.16	
26	Скелет – наша опора	1	21.03.16	
27	Осанка – стройная спина!	1	04.04.16	
28	Осанка – стройная спина!	1	11.04.16	
29	Если хочешь быть здоров.	1	18.04.16	

30	Если хочешь быть здоров.	1	25.04.16	
31	Правила безопасности на воде.	1	02.05.16	
32	Правила безопасности на воде.	1	16.05.16	
33	Обобщающие занятия	1	23.05.16	
34	Обобщающие занятия	1	24.05.16	