

Рассмотрено Утверждаю:

Педсовет № Директор школы:\_\_\_\_\_\_

от «\_\_22\_»\_\_08\_\_2022г /Арцыбашева Н.А./

Пр №40 от «\_22\_\_»\_08\_\_\_\_2022г

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

Чаузовская основная общеобразовательная школа

Топчихинского района Алтайского края

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**«Здоровый образ жизни»**

**в 5 ,7, 8 классах**

на 2022-2023 учебный год

Составила: Арцыбашева Н.А.

**Классы: 5,7,8**

**Количество часов: 34**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Форма проведения | Кол-во час | Дата | |
| План | Факт |
|  | **Здоровый образ жизни (7 часов)** | |  |  |  |
| 1 | Здоровье человека. Значение здорового образа жизни для человека | Беседа с элементами дискуссии | 1 |  |  |
| 2 | Рабочее место и время | Беседа с элементами дискуссии | 1 |  |  |
| 3 | Спорт в моей жизни | Сообщения обучающихся | 1 |  |  |
| 4 | Азбука безопасности | Беседа | 1 |  |  |
| 5 | Где чистота, там здоровье! | Беседа | 1 |  |  |
| 6 | Природа – источник духовного развития и восстановления сил человека | Беседа сэлементами дискуссии | 1 |  |  |
| 7 | Олимпионик | Игра-викторина | 1 |  |  |
|  | **Питание – основа жизни (11 часов)** | |  |  |  |
| 8 | Представление об основных пищевых веществах, их значении для здоровья. | Викторина | 1 |  |  |
| 9-10 | Режим питания. Традиции приема пищи в разных странах. Правила поведения за столом. | Презентация | 2 |  |  |
| 11 | Пищевые риски. Биодобавки. Продукты, опасные для здоровья. | Беседа с элементами дискуссии | 1 |  |  |
| 12-13 | Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд. | Ситуативный практикум | 2 |  |  |
| 14 | Про еду и не только. | Викторина | 1 |  |  |
| 15 | Умеем ли мы правильно питаться | Беседа | 1 |  |  |
| 16 | Растения в рационе человека | Беседа с элементами дискуссии | 1 |  |  |
| 17 | Продукты животноводства в рационе человека | Беседа с элементами дискуссии | 1 |  |  |
| 18 | Элементы жизни | Викторина | 1 |  |  |
|  | **Нравственное здоровье (10 часов)** | |  |  |  |
| 19 | О друзьях и дружбе | Беседа | 1 |  |  |
| 20 | «Нельзя» и «помни» | Беседа с элементами проектной деятельности | 1 |  |  |
| 21 | Шалость или проступок | Беседа с элементами дискуссии | 1 |  |  |
| 22 | Совесть – это категория нравственная | Беседа | 1 |  |  |
| 23 | Зависимость. Болезнь. Лекарства . | Беседа | 1 |  |  |
| 24 | Как сказать вредной привычке «нет». | Беседа -тренинг | 1 |  |  |
| 25 | В чем залог твоего успеха | Занятие –ролевая игра | 1 |  |  |
| 26 | Влияние моды на здоровье | Беседа -тренинг | 1 |  |  |
| 27 | Жизнь без наркотиков. | Беседа | 1 |  |  |
| 28 | Сигарета- твой враг. | Беседа | 1 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | **Психическое и социальное здоровье (7 часов)** | |  |  |  |
| 29 | Умеете ли вы слушать? | Беседа - Тестирование | 1 |  |  |
| 30 | Телевидение ваш друг? | Беседа -Тестирование | 1 |  |  |
| 31 | Компьютерные игры. | Беседа |  |  |  |
| 32 | Ваша компания? | Беседа -Тестирование | 1 |  |  |
| 33 | Внимание, каникулы. | Занятие –ролевая игра | 1 |  |  |
| 34 | Итоговое занятие. | Игровая программа | 1 |  |  |