

Частное Общеобразовательное учреждение  
«Основная Общеобразовательная школа «Альма-матер»

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ЧОУ «ООШ «Альма-матер»  
*Ю.С.Гринвальд*  
«*Ю.С.Гринвальд*» *06.02.2015* г.



**Программа**  
**внеурочной деятельности**  
**«Школа докторов Природы»**

( спортивно-оздоровительное направление)  
для учащихся 1-4 классов

### **Пояснительная записка**

Рабочая образовательная программа по внеурочной деятельности «Школа докторов Природы » разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования к структуре программы воспитания и социализации учащихся, Концепцией духовно-нравственного воспитания российских школьников, на основе авторской программы Л.А.Обухова, Н.А. Лемяскина, О.Е. Жиренко «Планета здоровья».

Программа внеурочной деятельности «Школа докторов природы» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

#### **Формирование:**

- представлений о: факторах, оказывающих влияние на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
  - навыков гигиенического поведения, конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

#### **Обучение:**

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- правилам безопасного поведения на воде, обращении с огнем; поведения в школе, на улице, в доме;
- правилам пользования электрическими приборами;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

#### Личностные результаты:

##### **Обучающийся научится**

- ориентироваться на установку ведения здорового образа жизни;
- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога.

##### **Обучающийся получит возможность научиться**

- самостоятельно формировать установку ведения здорового образа жизни
- самостоятельно определять и высказывать общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

### Регулятивные УУД:

#### **Обучающийся научится**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- выполнять последовательность действий при выполнении простейших упражнений для укрепления здоровья;
- высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь работать по предложенному учителем плану;

#### **Обучающийся получит возможность научиться**

- осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;
- самостоятельно определять и формулировать цель деятельности;
- овладеть навыками самостоятельной организации безопасной деятельности;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;

### Познавательные УУД:

#### **Обучающийся научится:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

#### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;
- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

### Коммуникативные УУД:

#### **Обучающийся научится:**

- выполнять правила общения с окружающими;
- выполнять свои обязанности в семье; заботиться о здоровье своей семьи;
- соблюдать правила поведения в разных жизненных ситуациях;

#### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- донести свою позицию до других;
- жить со сверстниками и значимыми взрослыми в мире и согласии;
- выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;

### **Учебное и учебно-методическое обеспечение для учителя:**

1. Басок Н.Г. Основы здоровья: Планы – конспекты уроков.1 класс. – Ранок, 2009.
2. Валеология: Учебное пособие / Под ред. Соломина В.П., Варламова Ю.Л. - СПб., 1995.
3. Грецких В.Н. Основы здоровья: Планы – конспекты уроков.3 класс. - Ранок, 2008.
4. Ефимова Ю.В. Основы здоровья: Планы – конспекты уроков.2 класс. – Ранок, 2009.
5. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. - СПб., 1997.
6. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. СПб., 1996.
7. Зайцев Г.К. Твои первые уроки здоровья.- СПб., 1995.
8. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. – СПб., 1998.
9. Королёва Г.М. Слепительная улыбка на всю жизнь: Методическое пособие по гигиене полости рта для начальной школы. – М., 1996.
10. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья. СПб., 1998.
11. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. – СПб., 1997.
12. Лемяскина Н.А. «Культура общения в начальной школе.» Журнал «Начальная школа» № 6, 2002.
13. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников / Под ред. Безруких М.М., - СПб., 1999.
14. Малашенко М.П. «Педагогика здоровья в начальной школе.» Ранок, 2008.

15. Мир детства : Младший школьник. – М., 1998.
16. Николаева А.П. Колесов Д.В. Уроки профилактики наркомании в школе. – М., 2003.
17. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. «Школа докторов Природы».–М.:ВАКО, 2007.
18. Сизанова А.И., Быкова В.М., Тюхлова И.Н., Смирнова Е.С. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед с учащимися 1 - 11 классов о ВИЧ – инфекции и наркотической зависимости. Ч.1 – Мн.: «Тессей», 1998.
19. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе». М. Аркти, 2006.
20. Татарникова Л.Г., Захаревич Н.Б., Калинина Т.Н. Основы безопасности ребёнка. – СПб., 1997.
21. Фролова Е.И. Основы здоровья: Планы – конспекты уроков. 4 класс. – Ранок, 2008.

## Содержание программы «Школа докторов Природы»

### 1 класс

#### **Тема 1. Признаки здоровья.**

Беседа «Значение здоровья для человека», «Признаки здорового человека». Загадки. Пословицы о здоровье.

#### **Тема 2. Забота о здоровье.**

Беседа «Забота о здоровье». Работа по картинкам. Пословицы. Игра «Полезно – вредно».

#### **Тема 3. Здоровье и болезни.**

Беседа. Признаки больного человека. Работа по картинкам. Составление памятки «Как помочь организму защититься от инфекций».

#### **Тема 4. Ты растёшь.**

Беседа. Рассказ учителя. Работа по картинкам. Игра «Последовательность».

#### **Тема 5. Режим дня.**

Рассказ учителя. Работа по картинкам. Беседа.

Песня «Улыбка» муз. В. Шаинского, сл. М. Пляцковского. Загадка. Стихотворение К. Ладонщиков «Зазвонил будильник», Л. Воронкова «Маша – растеряша», С. Михалков «не спать». Беседа. Игра «Плохо – хорошо».

#### **Тема 6. Твоё рабочее место.**

Беседа. «Твое рабочее место». Работа по картинкам. Игра «Правильно – неправильно».

Советы «Твоё рабочее место».

#### **Тема 7. Твоя осанка.**

Беседа. «Правильная осанка». Комплекс упражнений для правильной осанки. Правила для поддержания правильной осанки.

#### **Тема 8. Будь чистым и аккуратным.**

Беседа. Загадки. Отрывок из сказки К. И. Чуковского «Мойдодыр». Советы Доктора Воды «Как надо правильно мыть руки». Стихотворение Г. Остера «Вредные советы». Работа по картинкам.

#### **Тема 9. Уход за телом и волосами.**

Беседа. Памятка «Как надо правильно мыть руки». Работа по картинкам. Стихотворение А. Барто «Нужно мыться непременно».

#### **Тема 10. Уход за зубами.**

Беседа «Что вредно для зубов», «Зачем человеку зубная щётка? Загадки. Стихотворение «Как поел, почисти зубки», В Степанов «Советы» зубного врача. Игра «Правильно – неправильно».

#### **Тема 11. Уход за глазами.**

Беседа. Загадки. Заучивание слов «Я здоровье сберегу, Сам себе я помогу». Проведение опыта. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению. Если вы носите очки.

#### **Тема 12. Уход за ушами и носом.**

Беседа. Проведение опыта. Памятка «Что надо делать, чтобы сберечь органы слуха». Работа по картинкам.

#### **Тема 13. Здоровье и питание.**

Беседа по теме. Загадки. Продолжи сказку. Работа по картинкам. Советы доктора Здоровой Пищи. Анализ ситуации (чтение и обсуждение стихотворения «С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала»). Правила поведения за столом. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?»

#### **Тема 14. Движение и здоровье.**

Беседа по теме. Работа по картинкам. Подвижные игры и забавы. Спортивные игры. **Тема 15.**

#### **Как закаляться.**

Беседа по теме. Составление рассказа по картинкам «Закаливание детей летом и зимой». Чтение и обсуждение стихотворения Т. Лысенко «Ой, болят у зайца уши».

#### **Тема 16. Цени жизнь и здоровье.**

Беседа «Окружающая среда». Работа по картинкам. Продолжи предложения. Рассказ детей «Мои любимые игрушки». Чтение и обсуждение стихотворения А. Л. Барто «Ссора». **Тема 17. Твои права. Кто может тебе помочь.**

Беседа по теме. Работа по картинкам. Игра «Разрешается – запрещается». **Тема 18. Семья и здоровье.**

Беседа по теме. Работа по картинке «Кто кому помогает», «Забота о здоровье в семье друг друга». Чтение стихотворения Я. Акима «Моя родня». Стихотворение Б. Белова «Весёлая работа».

**Тема 19. Твои друзья.**

Беседа по теме, по картинкам. Песня «Дружба».

**Тема 20. Один дома.**

Беседа «Безопасные места для игр». Стихотворение Б. Белова «Никого в квартире нет...» Рассказ учеников «Один дома». Работа по картинкам, обсуждение. Памятка «Правила пользования электрическими приборами».

**Тема 21. Опасность от огня, газа, воды, отравления.**

Беседа по теме, работа по рисункам, обсуждение. Правила обращения с огнём, газом, водой, с лекарствами. Вызов экстренных служб.

**Тема 22. Безопасность в лифте.**

Беседа по теме. Работа по рисункам. Правила поведения в лифте.

**Тема 23. Осторожно: незнакомые люди.**

Беседа по теме. Правила поведения с незнакомыми людьми. Сказка «Волк и семеро козлят». Работа по картинкам.

**Тема 24. Безопасность в школе.**

Беседа по теме. Работа по картинкам. Правила поведения в школе для учащихся. Игра «Знаешь ли ты правила?» Анализ ситуаций. Чтение и обсуждение стихотворения Б.Заходера «Перемена», отрывков из рассказов М. Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», в столовой».

**Тема 25. Если ты заблудился.**

Беседа по теме по картинкам, обсуждение. «К кому и как можно обратиться за помощью, если заблудился».

**Тема 26. Безопасность на улице. Дорога в школу.**

Беседа по теме. Стихотворения Н. Сорокин «Там, где шумный перекрёсток». С Михалков «Если свет зажёгся красный». Работа по картинкам, обсуждение. Памятка «Переход улицы». Рассказ учеников «Дорога в школу».

**Тема 27. Ты – пассажир.**

Рассказ учителя. Беседа по картинкам. Правила пользования общественным транспортом.

**Тема 28. Безопасный отдых.**

Рассказ учителя. Беседа по картинкам. Стихотворение «Как шофёр не тормозит». Правила «Безопасный отдых в лесу, на воде».

**Тема 29. Настроение и здоровье.**

**Загадки. Беседа «Хорошее настроение». Работа по картинкам. Стихотворение Б.Белова «С добрым утром!» Обсуждение. Работа в тетради.**

**Тема 30. Правила общения.**

Работа по картинкам. Правила общения. Стихотворение О.Дриз «Добрые слова не лень».

**Тема 31. Береги и укрепляй здоровье».**

Пословицы. Чтение и обсуждение сказки «Умей подождать». Советы на лето. **Обобщение.** Правила сохранения и укрепления своего здоровья (советы докторов Природы), правила поведения в разных жизненных ситуациях.

**Формы организаций и виды деятельности:**

-«Мозговой штурм»

-Проекты

- Беседа -
- Исследования --
- Конкурсы
- Игры (подвижные, ситуационные, ролевые)
- Проведение опытов
- Анализ ситуаций
- Обсуждение стихотворений, отрывков из художественных произведений

### **Перечень видов работ:**

#### **Проектная деятельность**

- Забота о здоровье
- Мое рабочее место
- Я здоровье сберегу
- Хорошее настроение

#### **Творческий продукт**

Квест «Полезно-вредно»

Памятки:

- Как помочь организму защититься от инфекции
- Как надо правильно мыть руки
- Дорога в школу
- Переход через улицу

### **Содержание программы «Школа докторов Природы».**

#### **2 класс**

#### ***Тема 1. Значение здоровья для человека.***

Значение здоровья для обучения, труда, общения с родными. Игра «Отгадай слово.» Работа в парах (группах) «Что нужно делать, чтобы быть здоровым». Загадки. Статья Значение здоровья». Игра «Город здоровья». Значение подвижных игр для здоровья. Объяснение смысла пословиц: «Всё можно купить, кроме здоровья», «Здоровье – всему голова».

#### ***Тема 2. Твоё тело.***

Общее понятие об организме человека, его органах. Практическая работа. Игра «Собери слово». Правила для формирования правильной осанки. Статья «Твоё тело». Кроссворд.

#### ***Тема 3. Здоровье и болезни.***

Понятие про инфекционные болезни. Работа в парах «Признаки заболевания». Практическая работа «Изготовление защитной маски». Статья Здоровье и болезни». Составление рассказа «Как уберечься от болезней». Тест.

#### ***Тема 4. Индивидуальные особенности роста и развития учеников: девочек и мальчиков.***

Представление о росте и развитии человека. Песня Е.Туманяна на слова С.Маршака «Из чего же, из чего же сделаны наши ребята?» Практическая работа «Определение роста и массы тела». Игра «Последовательность». Составление рассказа «На уроке физкультуры». Игра «Последовательность». Правила безопасности и гигиены во время занятия спортом. Тест.

#### ***Тема 5. Режим дня. Признаки утомления. Учимся и отдыхаем.***

Понятие о режиме дня. Работа в парах «Составление режима дня». Чтение советов и правил «Режим дня».

#### ***Тема 6. Предметы и средства гигиены тела. Уход за кожей, волосами, ногтями.***

Представление об особенностях кожи, о гигиене тела ( кожи, рук, ногтей, ушей, волос) Сказка про девочку Машу и бабушку Гигиену. Сказка о микробах. Пословицы: Чистота – залог здоровья. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Болезнь с грязью дружат. Вода всё очищает. Мыло серое, а моет бело. Стихотворение «Вредные советы». Беседа «Органы

слуха». Советы «Уход за органами слуха». Стихотворение «Как у нашей Любы». С.Я Маршак. Практическая работа «Чистка зубов».Разучивание стихотворения «Как поел, почисти зубки». Правила ухода за кожей. Практическая работа «Обработка раны, ожога». Статья «Уход за телом». Тест «Гигиена школьника».

**Тема 7. Пища, полезная для здоровья. Выбор полезной для здоровья пищи.**

Правила полноценного питания. Культурное поведение за столом. Сказка «Пища – наше тепло, энергия, рост и здоровье. Сказка «Зайчик – хвостун». Практическая работа: Игра «Повар», составление меню, обсуждение вариантов меню. Сказка «Чем дольше жуёшь, тем больше проживёшь». Правила «Выбор полезной для здоровья пищи». Игра «Страна Здоровячков». Статья «Здоровье и питание». Заучивание скороговорки: Мёд медведь в лесу нашёл, - Мало мёду, много пчёл. Работа в тетради. Кроссворд «Витамин».

**Тема 8. Физические упражнения и здоровье.**

Беседа Отрывок из рассказа «Приключения ёжика Колька Колючки и его верного друга Коси Ушани. Работа над поговорками: ходи больше – проживёшь дольше; много ходить – долго жить; где воздух – там и жизнь. Советы «Развитие мышц». Практическая работа «Подбор упражнений для утренней гимнастики».Игра Попасть в цель».

**Тема 9. Закаливание. Правила закаливания.**

Беседа «Закаливание организма». Творческое задание (рисунок «Мы дружим с физкультурой и спортом»). Работа в парах «Признаки здорового человека».

**Урок 10. Индивидуальность человека. Поведение с родными, друзьями, знакомыми, незнакомыми.**

Понятие о человеке как индивиде и личности. Работа в парах.» Чем ваш сосед отличается от вас». Рассказ «Ватя и Зося».Работа в парах «Правила поведения в коллективе, в школе».. Пословица: «Сабля ранит голову, а слово – душу».Творческое задание «Выбор качеств, которые вы хотели бы видеть в себе и своих друзьях,» Статья «Ты - особенный».

**Тема11. Выбор друзей, умение дружить и общаться в классе и в семье. Дружба мальчиков и девочек.**

Культура общения дома, в школе, общественных местах.

Беседа. Народная мудрость: «Относись к людям так, как хотел бы, чтобы они относились к тебе. Творческое задание. (мини – сочинение «Кто такой настоящий друг». Обсуждение сочинений. Инсценировка ситуаций. Работа в группах ( мальчики - составление правил поведения девочек с мальчиками, а девочки – мальчиков с девочками). Игра «Шифр». Текст «Твои друзья». Правила общения. Игра «Кто больше».

**Тема 12. Права и обязанности ребёнка дома и в школе. Забота о здоровье в семье. Забота о здоровье в школе.**

Права и обязанности дома и в школе. Забота о здоровье ребёнка дома и в школе.

Беседа. Декларация прав ребёнка. Статья «Твои права». Творческое задание (перечислите права, которые помогают вам сохранять и укреплять здоровье; примеры нарушения прав ребёнка).

**Тема 13. Роль эмоций в формировании здоровья человека. Умение распознавать эмоции у себя и других людей. Словесно их объяснять.**

Беседа об эмоциях как условии, способствующем укреплению здоровья. Работа над пословицами: горе делает человека чёрным, а беда – седым; ржавчина ест железо, а печаль – сердце. Работа в парах (составление рецепта поднятия настроения). Чтение текста «Твои эмоции», беседа.

**Тема 14. Правила межличностного общения: как себя представить, как приглашать, как отказывать.**

Культура общения дома, в школе, в библиотеке. Беседа. Тест «Как вы общаетесь?» Правила культуры общения., как нужно здороваться, правила знакомства., приглашение в гости, разговор по телефону, смех. Инсценировка ситуаций. Чтение теста «Ты общаешься». Составление рассказа по рисункам (как нужно обращаться к продавцу, к библиотекарю, к врачу).



**Тема 15. Полезные и вредные привычки и их влияние на здоровье в школе и в семье.**

Игра «Да – нет». Работа в парах (составление списка полезных привычек).

**Тема 16. Право ребёнка на здоровье. Музыка и здоровье. Здоровье и телевидение. Основы личной безопасности и профилактики травматизма.**

Декларация прав ребёнка, Аудиозапись (колыбельные песни). Влияние музыки и телевидения на здоровье человека. Статья «Твоя школа». Работа в парах (составление правил личной безопасности ребёнка).

**Тема 17. Безопасное поведение дома. Пользование бытовой техникой. Причины возникновения пожаров, аварий. Осторожное отношение к лекарствам.**

Беседа. Коллективная работа (составление правил работы с бытовой техникой (пользование электроприборами, бытовым газом, как избежать затопления в квартире, если вы обнаружили протекание, то..., ). Правила поведения при пожаре. Как избежать отравлений препаратами бытовой химии. Обращение с лекарствами. Чтение статьи «Безопасность дома». беседа по рисункам. Составление рассказов по сюжетным картинкам. Чтение статьи «Газ и безопасность», «Безопасность». Работа в тетрадах, в парах (составление диалога между «потерпевшим» и службой «01» или «04».)

**Тема 18. Развлечения дома. Пользование телевизором и компьютером. Игровая ситуация «Я дома».**

Беседа по теме. Игровые ситуации «Города», Игра «Отгадай сказку». Инсценирование сказки «Три поросёнка». Чтение статьи «Развлечения дома». Составление рассказа по рисункам. Составление правил безопасного поведения дома.

**Тема 19. Один дома. Непрошенные гости. Поведение в экстремальной ситуации с незнакомыми людьми.**

Загадка. Работа в парах (составление диалога по телефону с мамой, папой, друзьями). Беседа. Инсценировка разговора с незнакомцем.и обсуждение. Правила разговора по телефону с незнакомыми людьми. Составление памяток: «Незнакомый человек звонит в дверь», «Незнакомый человек в подъезде дома», «незнакомый человек в лифте». Работа в тетради. Обсуждение ситуаций. Творческая работа (Продолжите предложение: « Если кто – то пытается проникнуть в мой дом, я ...»).

**Тема 20. Безопасность на улице. Причины опасных ситуаций на улице.**

Беседа о городских улицах, дорожной разметке, дорожных знаках для пешеходов. Разгадывание загадок. Составление правил поведения в общественном транспорте. Работа в парах (причины опасных ситуаций на улице). Чтение текста «Безопасность на дороге». Составление рассказов по рисункам.

**Тема 21. Правила пешеходного движения: движение вдоль дорог, безопасное расстояние от транспорта.**

Беседа. Правила пешеходного движения, дорожная разметка, дорожные знаки для пешеходов. Чтение и обсуждение дорожных правил для пешеходов. Беседа по рисункам. Работа в тетрадах. Кроссворд.

**Тема 22. Перекрёсток. Виды перекрёстков. Особенности перехода на регулируемом и нерегулируемом перекрёстках.**

Виды переходов. Правила перехода дорог на регулируемом и нерегулированном перекрёстках. Беседа. Игра «Перекрёсток». Чтение статьи «Дорожная разметка». Беседа по рисункам. Чтение статьи «Перекрёсток.»

**Тема 23. Экскурсия «Мы – пешеходы».**

Переход дорог и перекрёстков, правила дорожного движения. Практическое занятие.

**Тема 24. Безопасность в школе. Ситуации возможной опасности для здоровья в школе: ступени, столовая, спортивный зал, туалет. Выбор места для игр на переменах и после уроков.**

Стихотворение «Перемена» Б.Заходера. Создание и решение проблемной ситуации. Игра «Какой я ученик». Беседа по рисункам. Составление правил поведения на перемене. Работа в тетрадах.

**Тема 25. Безопасное занятие спортом. Спортивный зал. Безопасное поведение в спортивном зале во время подвижных игр. Игры на переменах и после уроков.**

Правила безопасного занятия спортом (лёгкая атлетика, гимнастика, баскетбол и футбол, лыжный спорт, катание на коньках и санках). Разучивание игр «Лиса и заяц», «Кошка и мышка», «Платочек», «Ручеёк», «Совушка». Работа в тетрадях.

**Тема 26. Безопасность на отдыхе. Игра на улице. Элементарные правила безопасности во время катания на велосипеде, роликах, санках.**

Коллективная работа (составление правил безопасного отдыха, правил катания на велосипеде и роликах.) Беседа. Самостоятельная работа (Закончите предложения: Играть с мячом можно на..., ....)

**Тема 27. Первая помощь при поверхностных несложных травмах (царапины, удары). Аптечка первой медицинской помощи. Пользование предметами первой медицинской помощи.**

Оказание первой медицинской помощи, знакомство с аптечкой первой медицинской помощи, различение травм по степени сложности. Виды ран. Беседа. Практическая работа. «Изучение правил первой помощи при ушибах и ранениях. Правила накладывания жгута. Выполнение практических действий. Чтение статьи «Помоги себе сам.» Обсуждение. Беседа по рисункам.

**Тема 28. Опасные знакомства. Поведение в экстремальной ситуации на улице с незнакомыми людьми.**

Беседа. Правила поведения в экстремальных ситуациях с незнакомыми людьми на улице, случаи опасных знакомств; ориентирование в сложных ситуациях. Чтение статьи «Во дворе». Обсуждение. Составление рассказа «Чем может быть опасен незнакомый человек». Работа в тетрадях.

**Тема 29. Отдых на природе. Человек как частица природы.**

Беседа. Составление правил поведения во время отдыха на природе. Понятие, что человек – это часть живой природы. Что делать, если ты заблудился? Полезные сведения о грибах и ягодах. Симптомы отравления грибами. Чтение и обсуждение статьи «В лесу».

**Тема 30. Правила безопасного обращения с огнём во время отдыха на природе.**

Рассказ учителя. Составление правил безопасного обращения с огнём. Виды ожогов. Чтение текста «чтобы не произошло несчастья». Беседа по рисункам.

**Тема 31. Купание в водоёмах.**

Рассказ учителя. Правила поведения на воде. Если вы заметили, что кто – то тонет...А что делать, если тонешь ты? Первые признаки теплового удара. Чтение статьи «Солнце полезное и вредное». Беседа по прочитанному.

**Тема 32. Безопасность зимних развлечений.**

Коллективная работа ( Правила передвижения по льду. Что делать, если человек упал в прорубь? Как помочь пострадавшему?). Беседа. Признаки обморожения. Степени обморожения. Чтение текста «На льду и на воде». Составление рассказа по рисунку. Ответы на вопросы.

**Тема 33. Безопасность в общении с животными.**

Беседа о животных. Коллективная работа ( Правила поведения с собаками. Что же делать, если собака всё – таки напала? Беседа «Опасные животные и насекомые, встречающиеся в лесу»). Разгадывание загадок. Чтение правил поведения в лесу. Беседа.

**Тема 34. Тестирование, сюжетные игры, рисунки на тему «Как мы научились беречь и укреплять своё здоровье».**

Повторение изученного материала за год. Тест. Творческое задание Рисование рисунков на тему «Как мы научились беречь и укреплять своё здоровье».

**Формы организаций и виды деятельности:**

-«Мозговой штурм»

-Проекты

- Беседа
- Исследования
- Конкурсы
- Игры (подвижные, ситуационные, ролевые)
- Проведение опытов
- Анализ ситуаций
- Обсуждение стихотворений, отрывков из художественных произведений

**Перечень видов работ:**

**Проектная деятельность**

- Правила поведения в школе
- Правила культуры общения
- Безопасность в школе и доме

**Творческий продукт**

Выставка тематических рисунков «Здоровье всему голова»

Презентация рассказа «Как уберечься от болезней»

Сказка о микробах

Самопрезентация «Какой я ученик»

Буклет:

- Как уберечься от болезней
- Грибы съедобные и ядовитые

## Содержание программы «Школа докторов Природы»

### 3 класс

#### **Тема 1. Здоровье человека. Показатели здоровья.**

Кроссворд «Здоровье». Беседа с опорой на рисунки. Объяснение понятия «быть здоровым». Работа в группах. «Что помогает твоему здоровью?» Словарный диктант. Признаки здоровья. Слушание и обсуждение рассказа М. Богуславского «Лекарство от простуды», стихотворение Е. Благиной «Не мешайте мне трудиться». Составление рецепта здоровья. Ребусы.

#### **Тема 2. Здоровый образ жизни.**

Расшифровка записи (здоровье – здоровье). Работа над пословицами: Здоровье имеем – не бережём, потерявши – плачем. Зависть здоровью разъедает. Долго спать – здоровье терять. Здоровье дороже богатства. Конкурс «Кто больше?» Работа в тетради. Стихотворение О. Бедарева. «Вот такая я!», Р. Сефа и Э. Мошковской «Кто вечно хнычет и сучает». Слушание и обсуждение рассказа Е. Пермяка «Для чего руки нужны?» Игровое упражнение «Да или нет». Практическая работа по карточкам. Обсуждение ситуаций. Работа над пословицами.(составление пословиц из двух частей).

#### **Тема 3. Трудоспособность ученика. Активный отдых.**

Составление пословицы из представленных частей. Практический опыт («Какова зависимость между пульсом и здоровьем человека?») Работа в группах; по рисункам. Подвижная игра «Мяч – ведущему». Работа в тетради. Рассказ В.Сухомлинского «Ленивая подушка». Составление режима дня ( по карточке), беседа.

#### **Тема 4. Практическая работа. Составление правил отдыха на природе, возле школы, во дворе.**

Головоломка ( Двигайся больше – проживёшь дольше. Много ходить – долго жить). Беседа по рисункам (Движение - это жизнь, здоровье, сила, хорошее настроение). Решение проблемной ситуации. Практическая работа. Составление правил отдыха. Работа в паре по карточкам – в школе, возле школы, на природе); работа в группах. Конкурс «Кто больше?»

#### **Тема 5. Выбор пищи и блюд.**

Таблица «Питательные вещества». Слушание и обсуждение сказки «Белок, Жирок и Углеводик». Рассказ учителя «Ценности продуктов питания». Игра «Отгадай блюдо». Составление правил полноценного питания.

#### **Тема 6. Практическая работа. Изучение маркировки пищевых продуктов.**

Загадки. Игра «Юный кулинар». Работа с карточками «Выбери полезные продукты». Практическая работа. (Сюжетно – ролевая игра «Продуктовый магазин»), работа в парах с карточками (этикетками пищевых продуктов). Обсуждение ситуации. Игра «Кто больше?» Составление рецептов сказочных бутербродов, правил полноценного качественного питания. Работа в тетради.

#### **Тема 7. Полезные и вредные микробы. Профилактика инфекционных болезней.**

Тест (по карточкам). Обсуждение ситуации. Рассказ учителя о бактериях и вирусах. Работа в тетради, со словариком. Мини – тест. Стихотворение Я.Бензы «Комар». Работа в группах (составление правил предотвращения заболеваний). Игра «Туристы в походе».

#### **Тема 8. Практическая работа. Моделирование поведения во время эпидемии гриппа.**

Головоломка (пословица: здоровое - лгваеон габовтсто. Здоровье – главное богатство). Работа с карточкой: «Как вы проявляете заботу о своём здоровье?». Работа в группе (рисование плаката – «Вредные привычки»). Обсуждение ситуации. Работа с текстом Задержать «болезнетворный десант». Изготовление марлевой повязки.

Упражнения по правильному пользованию марлевыми повязками. Стихотворение С. Михалкова «Прививка». Ролевая игра «Врач – пациент».

#### **Тема 9. Естественные факторы здоровья.**

Загадки. Головоломка («Солнце, воздух и вода – твои лучшие друзья»). Рассказ учителя с элементами беседы. Стихотворение «Митенька» ( из народного). Факторы, способствующие

сохранению здоровья. Практическая работа ( в группах) составление правил закаливания. Работа по рисункам – кто ведёт здоровый образ жизни (курение, употребление алкоголя, спорт, работа, закаливание, употребление наркотиков.) Дидактическая игра «Какое растение лишнее?»

#### ***Тема 10. Семья как фактор здоровья.***

Кроссворд «Семья». Рисование своей семьи. Стихотворение М. Чаклайса «Дом». Собери предложение: Забота о здоровье – обязанность всех членов семьи. Рассказы учеников о заботе в их семьях. Составление пословиц и их толкование (пословицы из двух половинок). Сказка В. Сухомлинского «Седьмая дочь». Обсуждение. Мини – сочинение «Забота о своих родных». Рассказ В. Сухомлинского «Поздравляем». Составление диалогов ( работа в парах по темам: «Любимый праздник моей семьи»...) Работа по карточкам « Как вы относитесь к младшему брату (сестричке)?

#### ***Тема 11. Сюжетно – ролевая игра «Родители и дети».***

Ребусы (мама, отец, дети). Работа с карточками «Кто должен проявлять заботу о вашем здоровье?» Работа с предложением. Рассказ учителя о семье. Сюжетно – ролевая игра « Родители и дети». ( словарная работа, решение задачи, работа в группах - ролевая игра «Родители и дети»). Обсуждение стихотворений А. Старикова и Е. Благиной «Мама и Родина», «Вот такая мама». Составление пословицы (Добрый отец и нежная мать детям счастье могут дать.) Правила поведения ребёнка дома. Конкурс «Кто больше?»

#### ***Тема 12. Отношение к ВИЧ – положительным людям.***

Конкурс «Эрудит». Работа с карточками «Мероприятия, направленные на укрепление и охрану здоровья». Стихотворение Н. Василенко «Здоровье». Рассказ учителя о СПИДЕ. Работа в группах. Решение проблемных ситуаций. Составление мини – текста. Правила личной гигиены (в группах).

#### ***Тема 13. Практическая работа. Моделирование ситуаций общения с ВИЧ – положительными людьми.***

Головоломка (Здоровье, радость, жизнь и счастье – в ваших руках.) Игра «Кто больше?» обсуждение рекламного плаката: Блиц – интервью. «Что ощущает человек, который заболел СПИДом. Практическая работа. Моделирование ситуаций общения с ВИЧ – инфицированными людьми. Пресс – конференция, моделирование ситуаций (в группах); Рассказ «Шарик в окне». Правила поведения во время контакта с больными СПИДом (соблюдение личной гигиены, запрет на...). Рассказ учителя о СПИДе. Составление плакатов, обсуждение.

#### ***Тема 14.Полезные и вредные привычки. Влияние курения и употребления алкоголя на здоровье ребёнка.***

Работа по рисункам. Составление пословиц. Игра – эстафета «Кто больше?» Работа в тетради. Работа в группах.(Почему дети курят, употребляют алкоголь и наркотики? Что надо делать, чтобы предотвратить появление таких вредных привычек? Работа в парах по карточке. Работа в тетради. Самостоятельная работа с карточками. Игра «Вредные привычки, прочь!» Составление рецептов здоровья.

#### ***Тема 15. Права ребёнка на здоровье в семье и обществе.***

Стихотворение И.Билого «Украине». Работа по рисунку «Семья».Рассказы учеников: «Как в моей семье проявляют заботу о здоровье друг друга?» Работа над головоломкой (карточка). Рассказ учителя. Работа в группах («Права ребёнка»). Работа в тетради. Дидактическая игра «Права – обязанности». Обсуждение ситуации. Упражнение «Продолжи предложение», «Телефон».

#### ***Тема 16. Безопасность дома.***

Стихотворение «В небытие теперь уходит часто». Обсуждение ситуации. Игра «Кто больше?» Работа по карточкам (Подчеркнуть названия опасных веществ). Загадки. Работа в тетради. Составление правил безопасности дома. Рисование плакат, который поможет другим избежать несчастный случай (в группах). Кроссворд «Здоровье». Работа над рассказом «Лекарство – не игрушки». Инсценировка «Интересные игрушки».

**Тема 17. Правила безопасного пользования электроприборами и источниками открытого огня.**

Интервью «Безопасность дома». Загадки. Рассказ учителя «Огонь». Самостоятельная работа (нарисовать или написать о причинах возникновения пожара, случая неосторожного обращения с огнём). Работа в тетради. Игра «Умники и умницы». Работа по карточке «Что чем нужно гасить?» Правила оказания помощи поражённому электрическим током. Игра «Кто больше?» Обсуждение ситуации. Работа в тетради.

**Тема 18. Ролевая игра «Вызываем службы 01, 02, 03, 04»**

Слово учителя. Самостоятельная работа (Какие опасности таятся в закрытых помещениях). Дидактическая игра «Да – нет». Самостоятельная работа по карточкам. Обсуждение рисунков и сюжетов известных книжек с целью выявления типичных причин пожаров и их возможных последствий. Индивидуальная работа с карточками (Причины возникновения пожара). Обсуждение ситуации. Ролевая игра «Вызываем службы 01, 02, 03, 04.» Практическая работа. Загадки. Стихотворение С. Маршака «Пожар».

**Тема 19. Правила противопожарной безопасности. Ситуационная игра «Действия во время пожара».**

Ребус «Пожар», Рассказ учителя. Декрет «О государственных мероприятиях борьбы с огнём». Слушание рассказа П.Панча. Стихотворение К. Чуковского «Небылица». Обсуждение правил противопожарной безопасности. Кроссворд «Эвакуация». Практическая работа. Эвакуация из помещения. Работа в тетради. Ситуационная игра «действия во время пожара».

**Тема 20. Безопасность в школе. Правила поведения.**

Работа над головоломкой. Рассказ учителя с элементами беседы. Работа по сюжетным рисункам «Школа». Рассказ учителя «Школа». Работа в группах (правила поведения на перемене, в столовой, в спортивном зале). Дидактическая игра «Да – нет». Обсуждение и составление ситуаций. Работа в тетради. Блиц – турнир «Умники и умницы». Самостоятельная работа «Волшебный сундучок».

**Тема 21. Безопасность в школе. Что такое конфликт? Практическая работа. Предотвращение конфликтов и их разрешение.**

Работа в группах «В какие игры можно играть на переменах в классе, в коридоре. Ребус «Дружба». Работа с пословицами, Слушание и обсуждение рассказа «Два товарища». Обсуждение ситуации. Рассказ учителя с элементами беседы. Дидактическая игра «Преграда». Ролевая игра (придумывание, составление и инсценирование конфликтных ситуаций). Работа в тетради. Разрешение конфликтов. Работа с карточкой.

**Тема 22. Моделирование различных ситуаций в школе.**

Беседа. Работа с пословицами. Обсуждение ситуаций. Советы психолога. Чтение и обсуждение рассказа О. Буцены «Заботливые друзья». Игра «Кто больше?» Ситуативная задача. Игра «Мир миром».

**Тема 23. Безопасность пешеходов, пассажиров.**

Работа с пословицами. Упражнение «Автопортрет». Беседа. Работа по рисункам «Правила дорожного движения». Стихотворение «Азбука города» Я.Пишумов. Работа в тетради. Головоломка «Пешеход». Работа в парах (составление руководства «Что поможет безопасно перейти скользкую дорогу?...»), Работа в тетради. Загадки. Чтение стихотворения С. Михалкова «Скверная история». Работа в группах.

**Тема 24. Безопасность в населённом пункте, в природной среде, во время отдыха.**

Головоломка «Дорога». Дидактическая игра «Знатоки ПДД», чтение стихотворения Я. Пишумова «Светофор». Работа в группах («Опасные места в нашем населённом пункте»). Работа в тетради. Рассказ учителя. Чтение и обсуждение стихотворения Я Пишумова «Это еду я бегом». Самостоятельная работа по карточкам «Что нужно делать, чтобы избежать опасности во время отдыха?» Дидактическая игра «Исследователь» Рассмотрение и обсуждение ситуаций.

**Тема 25. Ознакомление с дорожными знаками (1.27, 1.28, 1.30, 3.9, 5.5, 5.6, 5.41, 5.43).**

Загадки. Работа со схемами – рисунками. Игра «пресс – конференция» Повторение ПДД). Работа с плакатами «Дорожные знаки». Дидактические игры «Кто больше?», «Что изменилось?», «Дополни предложения». Самостоятельная работа по карточкам. Чтение и обсуждение стихотворения В. Семернина «Если бы...» . Работа в тетради. Ролевая игра «Мы – пассажиры».

**Тема 26. Учимся безопасно переходить дорогу. Экскурсия по населённому пункту.**

Беседа «ПДД». Загадка (светофор). Игра «Красный, жёлтый, зелёный». Экскурсия (инструктаж, путь к регулируемому перекрёстку улицы, остановка возле пешеходного перехода, переход проезжей части по пешеходному переходу). Беседа во время ожидания автобуса (трамвая, троллейбуса) на посадочной площадке, поездка в транспорте, Возвращение в школу).

**Тема 27. Моделирование поведения с незнакомыми людьми.**

Загадка. Игра «Брейн – ринг». Составление рассказа «Путь к школе». Рассказ учителя. Инсценировка ситуаций. Работа в тетради. Самостоятельная работа по карточкам. Дидактическая игра «Кто больше?».

**Тема 28. Природные стихийные бедствия.**

Загадки. Блиц – турнир. Рассказ учителя. Чтение отрывков из рассказов и их обсуждение. Работа в тетради. Обсуждение ситуаций. Чтение сказки «Как мышка спаслась». Самостоятельная работа по карточкам.

**Тема 29. Практическая работа. Моделирование ситуации «Встреча с незнакомым животным».**

Загадки. Рассказ учеников о своём домашнем животном. Работа над пословицами и поговорками. Беседа. Работа в группах (Составление памятки для первоклассников «Осторожно: незнакомое животное!». Обсуждение и моделирование ситуаций. Работа в тетради. Работа в паре. (Встреча с незнакомой собакой). Ролевая игра «В медпункте».

**Тема 30. Внимание и память. Поведение, привычки и здоровье. Практическая работа «Тренировка внимания и памяти».**

Стихотворение «Мама, папа, дед, бабуля»... Рассказ учителя. Тренировочные задания. Игра «Кто больше?» Тренировочные упражнения для развития памяти. Работа в тетради . Работа по карточкам. Работа в группах. Ребусы. Тест.

**Тема 31. Общение в семье и с одноклассниками.**

Кроссворд «Общение». Рассказ учителя. Работа по карточкам. Пословицы. Составление рассказа «Дружба». Работа в группах (разработать плакат «Дружба»). Чтение и обсуждение рассказа Е. Пермяка «Самое страшное». Работа в группах. Работа в тетради. Игра «Кто скажет больше волшебных слов?»

**Тема 32. Правда и кривда. Творчество и здоровье.**

Чтение стихотворения А. Кушнера «Кто сказал, что мы подрались?». Работа с предложениями. Чтение и обсуждение стихотворения О. Дубравы «Как поступить?», П. Шепард «Не волнуйся!». Обсуждение ситуации. Работа с пословицами. Составление и обсуждение мини – сочинений «Маленькая правда все неправды перевесит». Работа в тетради. Рассказ учителя. Работа по карточкам. Составление рассказа. Знакомство с советами психолога.

**Тема 33. Народные традиции здорового образа жизни.**

Работа над головоломкой. Рассказ учителя с элементами беседы. Дидактическая игра «Пожелай здоровья». Работа над поговорками. Работа по карточке «Родословное дерево». Самостоятельная работа. Стихотворение А. Шанка «Родина моя».

**Тема 34. Практическая работа. Народные игры и забавы.**

Работа над загадками. Рисование русской избы. Рассказ учителя элементами беседы. Работа в группах. Чтение и разучивание веснянок.

**Формы организаций и виды деятельности:**

-«Мозговой штурм»

- Проекты
- Беседа
- Исследования
- Конкурсы
- Игры (подвижные, ситуационные, ролевые)
- Проведение опытов
- Анализ ситуаций
- Обсуждение стихотворений, отрывков из художественных произведений

#### **Перечень видов работ:**

##### **Проектная деятельность**

- Не мешайте мне трудиться!
- Мой режим дня
- Любимый праздник моей семьи
- Вредные привычки

##### **Творческий продукт**

Выставка тематических рисунков «Как избежать несчастных случаев»

Презентация мини-сочинений «Вот какая мама»

Проведение акции «Вредные привычки»

Блиц- турнир «Движенье жизнь»

#### **Содержание программы «Школа докторов Природы»**

##### **4 класс**

##### ***Тема 1. Возрастные изменения организма ребёнка.***

Стихотворение Т.Бойченко «Учат всему». Беседа о здоровье. Работа с таблицей «Периоды развития ребёнка». Чтение статьи «Растём и развиваемся». Работа с карточками. Работа в группах; в тетради.

##### ***Тема 2. Составные части здоровья. Гуманное отношение к людям, которые имеют проблемы со здоровьем.***

Практическая работа. Математическая пауза (решение задачи). Разгадывание загадок. Работа с таблицей «Здоровье». Рассказ учителя. Работа в тетради. Работа в группах «Как ты поступишь?». Статья «Из чего состоит здоровье человека».

##### ***Тема 3. Забота о здоровье. Физическая составляющая здоровья. Показатели физического развития человека.***

Беседа. Рассказ учителя. Практическая работа. Работа в тетради; с карточками; с таблицей. Чтение статьи «Забота о здоровье».

##### ***Тема 4. Физическая активность ученика. Влияние двигательной активности на развитие дыхательной системы, работоспособность и состояние здоровья.***

Беседа. Рассказ учителя. Практическая работа. Работа в тетради. Самостоятельная работа по индивидуальным карточкам.

##### ***Тема 5. Осанка и форма стопы. Их влияние на здоровье человека.***

Работа с пословицами. Мини – тест на правильную осанку. Рассказ учителя «Осанка». Работа в тетради. Игра «Правильно – неправильно». Тестирование.

##### ***Тема 6. Гигиена полости рта. Правила ухода за ротовой полостью.***

Самостоятельная работа. Обсуждение ситуации. Рассказ учителя о зубах. Знакомство с условиями формирования правильного прикуса. Беседа. Чтение и обсуждение рассказа «У меня ничего не болит». Работа в тетради.

##### ***Тема 7. Продукты питания.***



Рассказ учителя. Работа в тетради. Дидактическая игра «Шифровальщик», «Из какой группы продукт?» Решение грамматических примеров. Работа в группах. Работа по таблице «Минеральные вещества». Практическая работа.

**Тема 8. Закаливание.**

Тестирование. Пословицы и поговорки. Рассказ учителя. Чтение и обсуждение статьи «Закаливание». Работа в тетради. Игра «Шифровальщик», «Угадай – ка». Самостоятельная работа.

**Тема 9. Пути заражения ВИЧ.**

Работа с карточками. Рассказ учителя. Работа в тетради; в группах («Как помочь».)

Игра «выбери и запомни». Самостоятельная работа с карточками. Чтение статьи «Осторожно: ВИЧ!»

**Тема 10. Здоровье – главное богатство.**

Фронтальная работа. Творческая работа у доски. Работа с карточками. Рассказ учителя с элементами беседы о здоровье. Работа в группах. Игра «Путаница», «Отчего и почему?» Статья «Здоровье – самая большая ценность».

**Тема 11. Семья – ячейка сохранения и укрепления здоровья в обществе.**

Рассказ учителя. Статья «Здоровье – самая большая ценность». Дидактическая игра «Да или нет». Работа в тетради. Работа в группах (обсуждение ситуаций). Блиц – турнир.

**Тема 12. Отношения между людьми.**

Рассказ учителя. Чтение рассказа «День рождения» с дальнейшим обсуждением. Работа в группах. Решение ситуативных задач. Творческая работа (Составление правил друзей). Игра «Изобразим ситуацию». Беседа. Чтение статьи «Отношения между людьми».

**Тема 13. Поведение на улице и в общественных местах. Знакомство с людьми.**

Анализ ситуаций. Работа в тетради. Игра «Изобрази ситуацию». Работа со схемой. Статья «Поведение Ученика».

**Тема 14. Способы проявления эмоций.**

Работа в группах. Беседа. Рассказ учителя об эмоциях. Работа с таблицей. Игра «Изобрази ситуацию». Практическая работа.

**Тема 15. Человек и личность.**

Работа по карточкам. Памятка 1. «Помни, что ты личность, и цени это! Работа в парах. Тестирование. Памятка 2. Статья «Человек и личность».

**Тема 16. Положительные и отрицательные эмоции, их значение для сохранения и укрепления здоровья. Умение контролировать эмоции.**

«Театр пантомимы». Слово учителя с элементами беседы. Рассказ учителя. Решение ситуативных задач. Работа в группах. Игра «Подбери нужное слово». Статья «Умение контролировать свои эмоции».

**Тема 17. Влияние желания и поступков на ваше здоровье. Осознанный выбор между «хочу», «могу» и «должен». Воля человека.**

Рассказ учителя. Работа в тетради. Игра «Изобразим ситуацию». Работа в парах. Статья «Хочу, могу и должен».

**Тема 18. Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье. Умей сказать «нет!»**

Дидактическая игра «Дополните предложение». Фронтальный опрос. Рассказ учителя. Решение ситуативной задачи с дальнейшим обсуждением. Чтение статьи «Влияние курения, алкоголя и наркотиков. Работа в тетради.

**Тема 19. Ценность и неповторимость жизни.**

Работа с пословицами и поговорками. Психологический практикум. Работа в тетради (тест «Какой ты»). Психологический практикум «Моё внимание». Чтение статьи «Познай себя».

**Тема 20. Ты один дома. Безопасность дома.**

Беседа по рисунку. Ситуации для обсуждения. Игра «Изобразим ситуацию». Работа в группах (ситуации для обсуждения). Кросс – тест. Статьи «Избегай опасности», «Безопасность дома». Работа в тетради.

**Тема 21. Предупреждение бытового травматизма.**

Беседа. Рассказ учителя с использованием рисунков. Дидактическая игра «Можно – нельзя». Решение ситуативной задачи с дальнейшим обсуждением. Рассказ учителя. Самостоятельная работа «Дополните предложения». Статья «Безопасность в быту». Работа в тетради.

**Тема 22. Правила поведения во время пожара.**

Работа в группах. Рассказ учителя. Работа с карточками «Полезные советы». Чтение статьи «Если пожар у соседей» и выполнение заданий по вариантам. Таблица «Когда огонь бывает полезным, а когда – опасным». Решение ситуативной задачи. Работа с карточками «Опасные последствия пожара для человека». Памятка «Как предотвратить пожар». Работа в тетради.

**Тема 23. Безопасность во время массовых мероприятий.**

Игра «Щепочка». Дидактическая игра «Продолжи предложение», «Расшифруй фразу». Тестирование. Рассказ учителя. Работа в тетради. Решение ситуативной задачи. Чтение статьи «Твоя безопасность». Работа в тетради.

**Тема 24. Личная безопасность.**

Фронтальная работа. Решение ситуативных задач. С дальнейшим обсуждением. Составление правил личной безопасности. Работа в группах. Проведение тестирования. Чтение статьи «Твоя безопасность». Работа в тетради.

**Тема 25. Безопасный отдых зимой.**

Чтение стихотворения «На деревья и кусты...» Загадки. Составление правил для родителей «как надо одевать детей зимой». Рассказ учителя. Составление памятки «Оказание помощи пострадавшим при общем охлаждении организма». Работа в парах. Решение ситуативных задач (в группах). Работа в тетради (самостоятельная работа). Чтение статьи «Безопасный отдых зимой».

**Тема 26. Сигналы регулировщика. Транспортные светофоры.**

Разгадывание загадок. Работа в тетради. Рассказ учителя. Чтение статьи «Сигналы светофора и регулировщика». Практическая работа. Беседа. Дидактическая игра «Не ошибись».

**Тема 27. Виды перекрёстков.**

Работа в тетради. Беседа. Рассказ учителя. Викторина. Чтение статьи «Виды перекрёстков».

**Тема 28. Площадь. Переход дороги с домашними животными. Ремонт дороги. Дорожные знаки.**

Проведение тестирования. Работа в группах. Рассказ учителя. Работа в тетради. Дидактическая игра «Найди дорожный знак». Чтение статьи «Дорожные знаки».

**Тема 29. Тормозной путь автомобиля.**

. Дидактическая игра «Кто вернее и быстрее?» Рассказ учителя с элементами беседы. Решение ситуативных задач. Работа в тетради. Чтение статьи «Пешеход и машина».

**Тема 30. Водители предупреждают. Специальные машины.**

Решение ситуативной задачи. Рассказ учителя. Беседа. Работа в тетради. Практическая работа в тетради. Чтение статьи «Водители предупреждают», «Специальные машины».

**Тема 31. Безопасность велосипедиста.**

Беседа. Загадка. Рассказ учителя. Работа в тетради. Дидактическая игра «Можно – нельзя». Составление правил езды на велосипеде. Практическая работа с карточками. Решение ситуативных задач. Беседа. Чтение статьи «Безопасность велосипедиста».

**Тема 32. Аварии на предприятиях.**

Рассказ учителя. Практическая работа по карточкам. Работа в тетради. Беседа. Чтение статьи «Чрезвычайные ситуации».

**Тема 33. Чрезвычайные ситуации. Порядок действий в чрезвычайных ситуациях.**

Чтение стихотворения учителем «Знают взрослые и дети». Беседа. Рассказ учителя. Работа в группах. Работа с карточкой. Работа в тетради.

**Тема 34. Повторение материала, изученного за год.**

Повторение материала. Памятка с советами «Укрепление здоровья во время летних каникул».

**Формы организаций и виды деятельности:**

- «Мозговой штурм»
- Проекты
- Беседа
- Исследования
- Конкурсы
- Игры (подвижные, ситуационные, ролевые)
- Проведение опытов
- Анализ ситуаций
- Обсуждение стихотворений, отрывков из художественных произведений

**Перечень видов работ:****Проектная деятельность**

- Растем и развиваемся!
- Здоровье зубов
- Я-личность!
- Безопасный отдых летом

**Творческий продукт**

Театр пантомимы

Мини-энциклопедия «Минеральные вещества»

Буклеты:

- Безопасность в быту
- Как предотвратить пожар
- Безопасность велосипедиста

Тематическое планирование.

1 класс (33 часа)

№ п/п	Тема занятия
	<b>Признаки здоровья. (3ч.)</b>
1.	Признаки здоровья.
2.	Забота о здоровье.
3.	Здоровье и болезни.
	<b>Ты растёшь.(12ч.)</b>
4.	Ты растёшь.
5.	Режим дня.
6.	Твоё рабочее место.
7.	Твоя осанка.
8.	Будь чистым и аккуратным.
9.	Уход за телом и волосами.
10.	Уход за зубами.
11.	Уход за глазами.
12.	Уход за ушами и носом.
13.	Здоровье и питание.
14.	Движение и здоровье.
15.	Как закаляться.
	<b>Цени жизнь и здоровье.(4ч.)</b>
16.	Цени жизнь и здоровье.
17.	Твои права.
	Кто может тебе помочь.
18.	Семья и здоровье.
19.	Твои друзья...
	<b>Безопасность жизни. (9ч.)</b>
20.	Один дома.
21.	Опасность от огня, газа, воды, отравления.
22.	Безопасность в лифте.
23.	Осторожно: незнакомые люди.
24.	Безопасность в школе.
25.	Если ты заблудился.
26.	Безопасность на улице.
	Дорога в школу.
27.	Ты - пассажир.
28.	Безопасный отдых.
	<b>Настроение и здоровье.(2ч.)</b>
29.	Настроение и здоровье.
30.	Правила общения.
31.	<b>Береги и укрепляй здоровье.</b>
32.	<b>Обобщение.</b>

**Тематическое планирование  
2 класс (34 часа)**

№ п/п	Тема занятия
1.	<b>Значение здоровья для человека.</b>
2.	Твоё тело.
3.	Здоровье и болезни.
4	Индивидуальные особенности роста и развития учеников: девочек и мальчиков.
5.	Режим дня. Признаки утомления. Учимся и отдыхаем.
6.	Предметы и средства гигиены тела. Уход за кожей, волосами, ногтями.
7.	Пища, полезная для здоровья. Выбор полезной для здоровья пищи.
8.	Физические упражнения и здоровье.
9.	Закаливание. Правила закаливания.
10.	Индивидуальность человека. Поведение с родными, друзьями, знакомыми, незнакомыми.
11.	Выбор друзей, умение дружить и общаться в классе и семье. Дружба мальчиков и девочек.
12.	Права и обязанности ребёнка дома и в школе. Забота о здоровье в семье. Забота о здоровье в школе.
13.	Роль эмоций в формировании здоровья человека. Умение распознавать эмоции у себя и других людей, словесно их объяснять.
14.	Правила межличностного общения: как себя представить, как приглашать, как отказывать.
15.	Полезные и вредные привычки и их влияние на здоровье в школе и семье.
16.	Право ребёнка на здоровье. Музыка и здоровье. Здоровье и телевидение. Основы личной безопасности и профилактики травматизма.
17.	Безопасное поведение дома. Пользование бытовой техникой. Причины возникновения пожаров, аварий. Осторожное отношение к лекарствам.
18.	Развлечения дома. Пользование телевизором и компьютером. Игровая ситуация «Я дома».
19.	Один дома. Непрошенные гости. Поведение в экстремальной ситуации с незнакомыми людьми.
20.	Безопасность на улице. Причины опасных ситуаций на улице.
21.	Правила пешеходного движения: движение вдоль дорог, безопасное расстояние от транспорта.
22.	Перекрёсток. Виды перекрёстков. Особенности перехода на регулируемом и нерегулируемом

	перекрёстках.
23.	Экскурсия «Мы – пешеходы».
24.	Безопасность в школе. Ситуации возможной опасности для здоровья в школе: ступени, столовая, спортивный зал, туалет,. Выбор места для игр на переменах и после уроков.
25.	Безопасное занятие спортом. Спортивный зал. Безопасное поведение в спортивном зале во время подвижных игр. Игры на переменах и после уроков.
26.	Безопасность на отдыхе. Игра на улице. Элементарные правила безопасности во время катания на велосипеде, роликах, санках.
27.	Первая помощь при поверхностных, несложных травмах (царапины, удары). Аптечка первой медицинской помощи. Пользование предметами первой медицинской помощи.
28.	Опасные знакомства. Поведение в экстремальной ситуации на улице с незнакомыми людьми.
29.	Отдых на природе. Человек как частица природы.
30.	Правила безопасного обращения с огнём во время отдыха на природе.
31.	Купание в водоёмах.
32.	Безопасность зимних развлечений.
33.	Безопасность в общении с животными.
34.	Тестирование, сюжетные игры, рисунки на тему: «Как мы научились беречь и укреплять своё здоровье».

**Тематическое планирование  
3 класс (34 часа)**

№ п/п	Тема занятия
1.	Здоровье человека. Показатели здоровья.
2.	Здоровый образ жизни.
3.	Трудоспособность ученика. Активный отдых.
4.	Практическая работа. Составление правил отдыха на природе, возле школы, во дворе.
5.	Выбор пищи и блюд. Культура питания.
6.	Практическая работа. Изучение маркировки пищевых продуктов.
7.	Полезные и вредные микробы. Профилактика инфекционных болезней.
8.	Практическая работа. Моделирование поведения во время эпидемии гриппа.
9.	Естественные факторы здоровья.
10.	Семья как фактор здоровья.
11.	Сюжетно – ролевая игра «Родители и дети».
12.	Отношение к ВИЧ – положительным людям.
13.	Практическая работа. Моделирование ситуаций общения с ВИЧ – положительными людьми.
14.	Полезные и вредные привычки. Влияние курения и употребления алкоголя на здоровье ребёнка.
15.	Права ребёнка на здоровье в семье и обществе.
16.	Безопасность дома.
17.	Правила безопасного пользования электроприборами и источниками открытого огня.
18.	Ролевая игра «Вызываем службы 01, 02, 03, 04».
19.	Правила противопожарной безопасности. Ситуационная игра «Действия во время пожара».
20.	Безопасность в школе. Правила поведения.
21.	Безопасность в школе. Что такое конфликт?

	Практическая работа. Предотвращение конфликтов и их разрешение.
22.	Моделирование различных ситуаций в школе.
23.	Безопасность пешеходов, пассажиров.
24.	Безопасность в населённом пункте, в природной среде, во время отдыха.
25.	Ознакомление с дорожными знаками ( 1.27, 1.28, 1.30, 3.9, 5.5, 5.6, 5.41, 5.43).
26.	Учимся безопасно переходить дорогу. Экскурсия по населённому пункту.
27.	Моделирование поведения с незнакомыми людьми.
28.	Природные стихийные бедствия.
29.	Практическая работа. Моделирование ситуации «Встреча с незнакомым животным».
30.	Внимание и память. Поведение, привычки и здоровье. Практическая работа «Тренировка внимания и памяти».
31.	Общение в семье и с одноклассниками.
32.	Правда и кривда. Творчество и здоровье.
33.	Народные традиции здорового образа жизни.
34.	Практическая работа. Народные игры и забавы.



**Тематическое планирование  
4 класс (34 часа)**

№ п/п	Тема занятия
1.	Возрастные изменения организма ребёнка.
2.	Составные части здоровья. Гуманное отношение к людям, которые имеют проблемы со здоровьем.
3.	Забота о здоровье. Физическая составляющая здоровья. Показатели физического развития человека.
4.	Физическая активность ученика. Влияние двигательной активности на развитие дыхательной системы, работоспособность и состояние здоровья.
5.	Осанка и форма стопы. Их влияние на здоровье человека.
6.	Гигиена полости рта. Правила ухода за ротовой полостью.
7.	Продукты питания.
8.	Закаливание.
9.	Пути заражения ВИЧ.
10.	Здоровье – главное богатство.
11.	Семья – ячейка сохранения и укрепления здоровья в обществе.
12.	Отношения между людьми.
13.	Поведение на улице и в общественных местах. Знакомство с людьми.
14.	Способы проявления эмоций.
15.	Человек и личность.
16.	Положительные и отрицательные эмоции, их значение для сохранения и укрепления здоровья. Умение контролировать эмоции.
17.	Влияние желания и поступков на ваше здоровье. Осознанный выбор между «хочу», «могу» и «должен». Воля человека.
18.	Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье. Умей сказать «нет!»
19.	Ценность и неповторимость жизни.
20.	Ты один дома. Безопасность дома.
21.	Предупреждение бытового травматизма.
22.	Правила поведения во время пожара.
23.	Безопасность во время массовых мероприятий.
24.	Личная безопасность.
25.	Безопасный отдых зимой.
26.	Сигналы регулировщика. Транспортные светофоры.
27.	Виды перекрёстков.
28.	Площадь. Переход дороги с домашними животными. Ремонт дороги. Дорожные знаки.
29.	Тормозной путь автомобиля.

30.	Водители предупреждают. Специальные машины.
31.	Безопасность велосипедиста.
32.	Аварии на предприятиях.
33.	Чрезвычайные ситуации. Порядок действий в чрезвычайных ситуациях.
34.	Повторение материала, изученного за год.