**Комитет администрации Заринского района по образованию и делам молодёжи**

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**МКОУ « Яновская основная общеобразовательная школа»**

**( филиал МКОУ « Хмелёвская средняя общеобразовательная школа»)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принято  МО учителей начальных классов:  Протокол № от «\_\_\_\_\_\_» августа 2018г. | Согласовано  Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.И.Маклакова  от «\_\_\_\_\_» августа 2018 г. | Утверждаю  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В.Сумина  Приказ № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» августа 2018 г. |

**Рабочая программа**

**курсавнеурочной деятельности**

**«**Школа докторов природы**»**

Начальное общее образование

(спортивно- оздоровительное направление)

(1-4 классы)

Сроки реализации программы : 4 года

разработана на основе авторской программы «135 уроков здоровья или Школа докторов природы» (1-4 классы начальной школы), авторы: Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. , М; ВАКО, 2013г 34ч – 1 час в неделю

Составитель: Ворошилов И.И..,

учитель физической культуры,

перваяквалификационная категория

Яново

2018

**Пояснительная записка**

**Пояснительная записка**

Программа курса «Школа докторов природы» разработана на основе авторской программы «135 уроков здоровья или Школа докторов природы» (1-4 классы начальной школы), авторы: Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. 2013г.; в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения.

**Актуальность и новизна программы.**

Многочисленные исследования последних лет показывают, что около 25-30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в со стоянии здоровья.

За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза, число близоруких детей увеличивается с 1 класса к выпускным с 3,9 до 12,3%, с нервно-психическими расстройствами — с 5,6 до 16,4%, нарушениями осанки — с 1,9 до 16,8%.

Наметившаяся во всем мире тенденция новых подходов в вопросах формировния здоровья способствует созданию новых образовательно-оздоровительных программ по валеологии («валео» - быть здоровым, «логос» - наука), начиная с дошкольного и младшего школьного возраста, поскольку именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни.

Программа по валеологии ориентирована на формирование у ребёнка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

**Цели программы:** создание благоприятных условий.,обеспечивающих возможность сохранения здоровья; формирование необходимых умений. Навыков, способствующих поддерживанию здорового и безопасного образа жизни; использование полученных знаний в практике с целью улучшения состояния собственного здороья;

**Задачи:**

* Формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;
* Сохранение и укрепления здоровья детей младшего школьного возраста;
* Воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье;

**Место курса внеурочной деятельности в учебном плане**

Программа курса «**Школа докторов природы**» рассчитана на 4 года, по 1 ч в неделю, 135 часов. В 1 классе – 33 часа, 2-4 классы по 34 часа.

**Отличительные особенности данной программы.**

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий. Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практически ми заданиями (тренинг, оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка.

Содержания занятий наполнены сказочными и игровыми сюжетами и персонажами.

Наряду с теоретическим материалом ученикам предлагаются практические рекомендации, игры и упражнения, тренинги. Один из разделов посвящен профилактике заболеваний у детей младшего школьного возраста и оказанию доврачебной помощи.

 Уроки по валеологии носят творческий характер. С детьми проводятся занятия разных видов: беседы, оздоровительные минутки, тренинги, деловые игры («Скорая помощь», «Доктора природы», «Вопросы-ответы»), комплекс упражнений, общение с природой и др.

Беседы  включают  вопросы  гигиены, питания, закаливания, строения человека, ведения индивидуальной программы, паспорта здоровья, вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье, и т.д.

В одной беседе может быть за тронуто одно или несколько направлений.

Оздоровительные минутки включают не только физические упражнения, но и «этюды для души» (например: «Сотвори солнце в себе»). Оздоровительные паузы комбинируются, включая физические упражнения для осанки и несколько упражнений для глаз, рук или стоп и т.д. Задача оздоровительных пауз - дать знания, вы работать умения и навыки, необходимые каждому ребёнку для укрепления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия усталости, обретения спокойствия и равновесия и т.д.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, — ученики 1-4 классов от 7 до 11 лет.

Сроки реализации программы — 4 года.

**Форма и режим занятий:**

- по количеству учащихся: фронтальная, групповая, парная, индивидуальная;

- по месту проведения: школьная (в классе, в библиотеке, в столовой, в спортивном зале, на площадке)

- внешкольная (домашняя самостоятельная работа, экскурсии).

 Режим занятий – 1 час в неделю/ 33-34 часоввгод.

***Контроль*** *:***наблюдение** непосредственное и целенаправленное за пове­дением детей в школе на уроках, переменах, уроках физкультуры, во время экскурсий, походов, **беседы** с детьми и их родителями о соблюдении вне школы навыков ЗОЖ, создание ситуации **эксперимента**, **опрос** на занятиях по­сле пройденной темы, **тести­рование** в конце года «Оцени себя сам».

**Личностные и метапредметные результаты**

**изучения курса внеурочной деятельности** «**Школа докторов природы**»

**Личностные результаты**:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты**:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха;
* организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные результаты**:

* планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
* характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
* расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Школа докторов природы»**

Одним из результатов преподавания программы «**Школа докторов природы**» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

*Ценность жизни* – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

*Ценность природы* основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мирачастью живой инеживой природы. Любовь к природе-это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувствакрасоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

*Ценность человека* как разумного существа, стремящегося кдобру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюденияздорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально–нравственного здоровья.

*Ценность добра* –направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшейчеловеческой способностилюбви.

*Ценность истины* –это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

*Ценность семьи* какпервой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

*Ценность свободы* как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами,правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

*Ценность гражданственности* –осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

В результате изучения курса «Уроки доктора Здоровье» обучающиеся познакомятся с такими разделами:

**Самопознание.** Части тела, их функциональное предназначение. Внутренние органы; предназначение. Рост и развитие человека. Периодизация развития. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.

Правила межличностного общения: предупредительность, представление себя, приглашение, отказ от нежелательного общения.

Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций. Поведение на улице и в общественных местах Правила поведения с незнакомыми людьми.

Родственные связи - семья. Правила семейного общения. Права ребёнка в семье. Правила групповой деятельности.

**Гигиена тела.** Кожа и её придатки (ногти, волосы). Функциональное предназначение. Уход за кожей, волосами и ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.

**Профилактика инфекционных заболеваний.** Микромир: микробы, простейшие, грибки, вирусы. Взаимодействие человека с микромиром. «Хорошие» и «Плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытьё рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д.- Представление об активной защите - иммунитете.

**Бытовой и уличный травматизм.** Опасные факторы современного жилища, школы игровой площадки. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма. Опасность при игре с острыми предметами. Падение с высоты. Опасность открытого окна. Катание на перилах, прыжков с крыш, гаражей и т.д., элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правила пользования роликами, экипировка. Опасность, которая подстерегает роллера на улице. Оказание первой помощи при простых

травмах(ссадинах, царапинах, поверхностных ранах). Укусы зверей, змей, насекомых.

**1 класса**

**Тема 1. Дружи с водой**Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко». Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Игра «Наоборот». Творческая работа.

**Тема 2. Забота о глазах.** Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению.

**Тема 3. Уход за ушами.**Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.

**Тема 4. Уход за зубами.** Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка?

Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест. Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.

**Тема 5. Уход за руками и ногами.** Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-

соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.

**Тема 6.Забота о коже** Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей. Беседа об органах чувств. Практическая работа. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест. Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»

**Тема 7. Как следует питаться.** Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку». Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.

**Тема 8.Как сделать сон полезным?**Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».

**Тема 9. Настроение в школе.** Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов. Тест.

**Тема 10. Настроение после школы.**Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».

**Тема 11. Поведение в школе.** Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».

**Тема 12. Вредные привычки**. Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.

**Тема 13. Мышцы, кости и суставы.** Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.

**Тема 14. Как закаляться. Обтирание и обливание.** Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это…»

**Тема 15. Как правильно вести себя на воде.** Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.

**Тема 16. Чтобы душа была здорова.** Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это…», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.

**Тема 17.Народные игры.** Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».

**Тема 18**. **Подвижные игры**. Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», «Раз, два,

три-беги!» Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч», «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая

эстафета», «Поезд».

**Тема 19**. **Доктора природы.** Весёлые старты. Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это…», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков.

**2 класса**

**Тема 1. Почему мы болеем.** Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?» Тест «Твоё здоровье». Практическая работа «Помоги себе сам».

**Тема 2.Кто и как предохраняет нас от болезней.** Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки». Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Мудрые слова доктора Свежий Воздух.

**Тема 3.Кто нас лечит.** Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.

**Тема4. Прививки от болезней.**Слово учителя. Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка.

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура…» Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка».

Игра «Полезно – вредно».

**Тема 5.Что нужно знать о лекарствах.** Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека…» Аптека дома. Это полезно знать!

**Тема 6. Как избежать отравлений.** Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа. Рассказ учителя. Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.

**Тема 7.Безопасность при любой погоде.** Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед…» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!» Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе.

**Тема 8. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.**Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы…» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.

**Тема 9. Правила безопасного поведения на воде.** Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.

**Тема 10.Правила общения с огнем.** Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».

**Тема 11. Как уберечься от поражения электрическим током.** Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя.

Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

**Тема 12.Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.** Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах). Оздоровительная минутка. Заучивание слов.

**Тема 13.Как защититься от насекомых.** Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь…» Признаки аллергии. Помоги себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.

**Тема 14. Предосторожности при обращении с животными.** Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!

**Тема 15.Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом.** Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях. Беседа по теме. Заучивание слов. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».

**Тема 16.Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.** Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».

**Тема 17. Первая помощь при травмах.** Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха

костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах. Виды переломов. Знакомство с правилами. Практическая работа в парах.

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик наколола…» Помоги себе сам! Словарная работа.

**Тема 18. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.** Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».

**Тема 19. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.** Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укуса змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.

**Тема 20. Сегодняшние заботы медицины.** Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач. Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

**3 класса**

**Тема 1.** **Чего не надо бояться*.***Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся». Практическое

занятие.

**Тема 2.** **Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.** Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».Игра «Продолжи сказку». Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».

**Тема 3.Почему мы говорим неправду.** Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.

**Тема 4**. **Почему мы не слушаемся родителей.** Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».

Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».

**Тема 5**. **Надо уметь сдерживать себя.** Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений. Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.

**Тема 6**. **Не грызи ногти, не ковыряй в носу.** Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятья…». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия. Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если ты пришел на елку…» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».

**Тема 7.** **Как относиться к подаркам.** Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э. Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворения Г. Остера «Если друг на день рожденья…». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».

**Тема 8.Как следует относиться к наказаниям.** Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.

**Тема 9.Как нужно одеваться.**Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди

правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э Мошковской «Смотрите, в каком я платьице!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.

**Тема 10.Как вести себя с незнакомыми людьми.** Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».

**Тема 11. Как вести себя, когда что-то болит.** Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился…». Игра «Закончите фразу».

**Тема 12.Как вести себя за столом.** Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка…» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г.Остера «От знакомых уходя…»

**Тема 13.Как вести себя в гостях.** Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходить…»

**Тема 14. Как вести себя в общественных местах.** Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ». Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».

**Тема 15. «Нехорошие слова». Недобрые шутки.** Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах. Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки

«Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».

**Тема 16.Что делать, если не хочется в школу.**Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г.Остера «Если друг твой самый лучший…» Игра «Закончи предложения».

**Тема 17. Чем заняться после школы.** Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).

**Тема 18. Как выбрать друзей.** Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья». Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил…»

**Тема 19. Как помочь родителям.** Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих…» Игра «Комплимент».

**Тема 20. Как помочь больным и беспомощным.** Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благининой «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек». Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.

**Тема 21. Повторение.** Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье. Игра- путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д. Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.

**4 класса**

**Тема 1. Наше здоровье.** Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это…» Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Игра «Твоё имя». Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради. Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Заучивание слов.

**Тема 2.Как помочь сохранить себе здоровье.** Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?» Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Игра «Назови возможные последствия». Анализ сказки. Игра «Комплимент».

**Тема 3. Что зависит от моего решения.** Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?» Анализ ситуации. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».

**Тема 4.Злой волшебник табак.** Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.

**Тема 5.Почему некоторые привычки называются вредными.** Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?». Беседа по теме. Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг. Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете…» Игра «Комплимент». Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа. Игра «Выбери правильный ответ». Творческая работа.

**Тема 6. Помоги себе сам.** Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.

**Тема 7. Злой волшебник алкоголь.** Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить! Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С. Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ».

Психологический тренинг. Беседа по теме. Игра «Список проблем». Творческая работа с деревом решений.

**Тема 8.Злой волшебник наркотик.** Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим». Игра «Пирамида». Повторение правил. Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг.

**Тема 9.Мы одна семья.** Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ

ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой…» Творческая работа.Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К. Д. Ушинского «Сила не право». Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».

**Тема 10.Повторение.** Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций. Открытие праздника здоровья. Игры и соревнования. Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом. Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку». Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения». Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный…», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением. Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Беседа по теме. Высказывания о доброте. Игра «Кто больше знает?» Это интересно! Чтении и анализ стихотворений. КВН «Наше здоровье»Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник) Посещение медицинского кабинета. Игра «Письма». Практическая работа «Выпуск стенной газеты».

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности** «**Школа докторов природы**»

**1 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** |
| 1. | Дружи с водой | 2 ч |
| 2. | Забота о глазах | 1 ч |
| 3. | Уход за ушами | 1 ч |
| 4. | Уход за зубами | 3 ч |
| 5. | Уход за руками и ногами | 1 ч |
| 6. | Забота о коже | 3 ч |
| 7. | Как следует питаться | 2 ч |
| 8 . | Как сделать сон полез­ным | 1 ч |
| 9. | Настроение в школе | 1 ч |
| 10. | Настроение после школы | 1 ч |
| 11. | Поведение в школе | 2 ч |
| 12. | Вредные привычки | 2 ч |
| 13. | Мышцы, кости и суставы | 2 ч |
| 14. | Как закаляться. Обтирание и обливание | 1 ч |
| 15. | Как правильно вести себя на воде | 1 ч |
| 16. | Чтобы душа была здо­рова | 1ч |
| 17. | Народные игры | 3 ч |
| 18. | Подвижные игры | 4 ч |
| 19. | Доктора природы (обобщающие) | 1ч |
|  | **Итого** | **33 ч** |

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности** «**Школа докторов природы**»

**2 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** |
| 1 | Почему мы болеем | 3 ч |
| 2 | Кто и как предохраняет нас от болезней | 2 ч |
| 3 | Кто нас лечит | 1 ч |
| 4 | Прививки от болезней | 2 ч |
| 5 | Что нужно знать о лекарствах | 2 ч |
| 6 | Как избежать отравле­ний | 2 ч |
| 7 | Безопасность при любой по­годе | 2 ч |
| 8 | Правила безопасного по­веде­ния в доме, на улице, в транс­порте | 2 ч |
| 9 | Правила безопасного по­веде­ния на воде | 1 ч |
| 10 | Правила общения с ог­нем | 1 ч |
| 11 | Как уберечься от пораже­ния электрическим током | 1 ч |
| 12 | Как уберечься от поре­зов, уши­бов, переломов | 1 ч |
| 13 | Как защититься от насе­комых | 1 ч |
| 14 | Предосторожности при обра­-  щении с животными | 1 ч |
|
| 15 | Первая помощь при от­равле­нии жидкостями, пищей, па­рами, га­зом | 2 ч |
| 16 | Первая помощь при перегре­ва­нии и тепловом ударе, при ожогах и обмо­рожении | 2 ч |
| 17 | Первая помощь при трав­мах | 3 ч |
| 18 | Первая помощь при попа­дании | 1 ч |
|  | инородных тел в глаз, ухо, нос |  |
| 19 | Первая помощь при уку­сах на­секомых, змей, собак и кошек | 1 ч |
| 20 | Сегодняшние заботы ме­ди­цины | 3 ч |
|  | **Итого** | 34 ч |

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности** «**Школа докторов природы**»

**3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** |
| 1. | Чего не надо бояться | 1 ч |
| 2. | Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным | 2 ч |
| 3. | Почему мы говорим неправду | 2 ч |
| 4. | Почему мы не слуша­емся родителей | 2 ч |
| 5. | Надо уметь сдерживать себя | 2 ч |
| 6. | Не грызи ногти, не ковы­ряй в носу | 2 ч |
| 7. | Как относиться к подар­кам | 2 ч |
| 8. | Как следует относиться к наказаниям | 1 ч |
| 9. | Как нужно одеваться | 1 ч |
| 10. | Как вести себя с незна­комыми людьми | 1 ч |
| 11. | Как вести себя, когда что-то бо­лит | 1 ч |
| 12. | Как вести себя за сто­лом | 2 ч |
| 13. | Как вести себя в гостях | 1 ч |
| 14. | Как вести себя в обще­ствен­ных местах | 2 ч |
| 15. | «Нехорошие слова». Не­доб­рые шутки | 2 ч |
| 16. | Что делать, если не хо­чется в школу | 1 ч |
| 17. | Чем заняться после школы | 1 ч |
| 18. | Как выбрать друзей | 2 ч |
| 19. | Как помочь родителям | 1 ч |
| 20. | Как помочь больным и беспо­ | 2 ч |
|  | мощным |  |
| 21. | Повторение | 3 ч |
|  | **Итого** | **34 ч** |

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности** «**Школа докторов природы**»

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** |
| 1. | Наше здоровье | 4 ч |
| 2. | Как помочь сохра­нить себе здо­ровье | 3 ч |
| 3. | Что зависит от моего решения | 2 ч |
| 4. | Злой волшебник та­бак | 1 ч |
| 5. | Почему некоторые при­вычки  называются вред­ными | 5 ч |
| 6. | Помоги себе сам | 1 ч |
| 7. | Злой волшебник ал­коголь | 3 ч |
| 8. | Злой волшебник нарко­тик | 2 ч |
| 9. | Мы одна семья | 2 ч |
| 10. | Повторение | 11 ч |
|  | **Итого** | **34 ч** |

**Календарно-тематическое планирование 1класс 33часа**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | № занятия | Тема урока | Всего |  |  | Дата занятия |
| 1 | **Дружи с водой** | | **2** |  |  |  |
|  | 1 | Советы Доктора Воды |  |  |  |  |
|  | 2 | Друзья Вода и мыло |  |  |  |  |
| 2 | **Забота о глазах** | | **1** |  |  |  |
|  | 3 | Глаза- главные помощники человека |  |  |  |  |
| 3 | **Уход за ушами** | | **1** |  |  |  |
|  | 4 | Чтобы уши слышали |  |  |  |  |
| 4 | **Уход за зубами** | | **3** |  |  |  |
|  | 5 | Почему болят зубы |  |  |  |  |
|  | 6 | Чтобы зубы были здоровыми |  |  |  |  |
|  | 7 | Как сохранить улыбку здоровой |  |  |  |  |
| 5 | **Уход за руками и ногами** | | **1** |  |  |  |
|  | 8 | « Рабочие инструменты» человека |  |  |  |  |
| 6 | **Забота о коже** | | **3** |  |  |  |
|  | 9 | Зачем человеку кожа |  |  |  |  |
|  | 10 | Надежная защита организма |  |  |  |  |
|  | 11 | Если кожа повреждена |  |  |  |  |
| 7 | **Как следует питаться** | | **2** |  |  |  |
|  | 12 | Питание – необходимое условие для жизни человека |  |  |  |  |
|  | 13 | Злоровая пища для всей семьи |  |  |  |  |
| 8 | **Как сделать сон полезным** | | **1** |  |  |  |
|  | 14 | Сон – лучшее лекарство |  |  |  |  |
| 9 | **Настроение в школе** | | **1** |  |  |  |
|  | 15 | Как настроение? |  |  |  |  |
| 10 | **Настроение после школы** | | **1** |  |  |  |
|  | 16 | Я пришел из школы |  |  |  |  |
| 11 | **Поведение в школе** | | **2** |  |  |  |
|  | 17 | Я - ученик |  |  |  |  |
|  | 18 | Я - ученик |  |  |  |  |
| 12 | **Вредные привычки** | | **2** |  |  |  |
|  | 19 | Вредные привычки |  |  |  |  |
|  | 20 | Вредные привычки |  |  |  |  |
| 13 | **Мышцы, кости и суставы** | | **2** |  |  |  |
|  | 21 | Скелет – наша опора |  |  |  |  |
|  | 22 | Осанка – стройная спина |  |  |  |  |
| 14 | **Как закаляться? Обтирание и обливание** | | **1** |  |  |  |
|  | 23 | Если хочешь быть здоров |  |  |  |  |
| 15 | **Как правильно себя вести на воде** | | **1** |  |  |  |
|  | 24 | Правила безопасности на воде |  |  |  |  |
| 16 | **Чтобы душа была здо­рова** | | **1** |  |  |  |
|  | 25 | Встреча с докторами здоровья |  |  |  |  |
| 17 |  | **Народные игры** | **3** |  |  |  |
|  | 26 | Народная игра « Городки» |  |  |  |  |
|  | 27 | Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня». |  |  |  |  |
|  | 28 | Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня». |  |  |  |  |
| 18 | **Подвижные игры** | | **4** |  |  |  |
|  | 29 | Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», «Раз, два, три-беги!» |  |  |  |  |
|  | 30 | Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч» |  |  |  |  |
|  | 31 | Разучивание игр «Весёлая эстафета», «Поезд». |  |  |  |  |
|  | 32 | Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками. |  |  |  |  |
| 19 | **Доктора природы (обобщающие)** | | **1** |  |  |  |
|  | 33 | Встреча с докторами здоровья |  |  |  |  |
|  |  |  | **33** |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование 2 класс 34часа**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | № занятия | Тема урока | Всего | теория | практика | Дата занятия |
| 1 | **Почему мы болеем** | | **3** |  |  |  |
|  | 1 | Причина болезни |  | 1 |  |  |
|  | 2 | Признаки болезни |  |  | 1 |  |
|  | 3 | Как здоровье? |  |  | 1 |  |
| 2 | **Кто и как предохраняет нас от болезней** | | **2** |  |  |  |
|  | 4 | Как организм помогает себе сам? |  | 1 |  |  |
|  | 5 | Здоровый образ жизни |  |  | 1 |  |
| 3 | **Кто нас лечит** | | **1** |  |  |  |
|  | 6 | Какие врачи нас лечат |  |  | 1 |  |
| 4 | **Прививки от болезней** | | **2** |  |  |  |
|  | 7 | Инфекционные болезни |  | 1 |  |  |
|  | 8 | Прививки от болезней |  |  | 1 |  |
| 5 | **Что нужно знать о лекарствах** | | **2** |  |  |  |
|  | 9 | Какие лекарства мы выбираем |  | 1 |  |  |
|  | 10 | Домашняя аптечка |  |  | 1 |  |
| 6 | **Как избежать отравлений** | | **2** |  |  |  |
|  | 11 | Отравление лекарствами |  | 1 |  |  |
|  | 12 | Пищевые отравления |  |  | 1 |  |
| 7 | **Безопасность при любой погоде** | | **2** |  |  |  |
|  | 13 | Если солнечно и жарко |  | 1 |  |  |
|  | 14 | Если на улице дождь и гроза |  |  | 1 |  |
| 8 | **Правила безопасного по ведения в доме, на улице, в транспорте** | | **2** |  |  |  |
|  | 15 | Опасность в нашем доме |  | 1 |  |  |
|  | 16 | Как вести себя на улице |  |  | 1 |  |
| 9 | **Правила безопасного поведения на воде** | | **1** |  |  |  |
|  | 17 | Вода - наш друг |  | 1 |  |  |
| 10 | **Правила общения с огнем** | | **1** |  |  |  |
|  | 18 | Чтобы огонь не причинил вреда |  | 1 |  |  |
| 11 | **Как уберечься от поражения электрическим током** | | **1** |  |  |  |
|  | 19 | Чем опасен электрический ток? |  |  | 1 |  |
| 12 | **Как уберечься от поре зов, ушибов, переломов** | | **2** |  |  |  |
|  | 20 | Травма |  | 1 | 1 |  |
| 13 | **Как защититься от насекомых** | | **1** |  |  |  |
|  | 21 | Укусы насекомых |  |  | 1 |  |
| 14 | **Предосторожности при обращении с животными** | | **1** |  |  |  |
|  | 22 | Что мы знаем  про собак и кошек |  |  | 1 |  |
| 15 | **Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом** | | **2** |  |  |  |
|  | 23 | Отравление ядовитыми веществами |  | 1 |  |  |
|  | 24 | Отравление угарным газом |  |  | 1 |  |
| 16 | **Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении** | | **2** |  |  |  |
|  | 25 | Как помочь себе при тепловом ударе |  | 1 |  |  |
|  | 26 | Как уберечься от мороза |  |  | 1 |  |
| 17 | **Первая помощь при травмах** | | **3** |  |  |  |
|  | 27 | Растяжение связок и вывих костей |  | 1 |  |  |
|  | 28 | Переломы |  |  | 1 |  |
|  | 29 | Если ты ушибся или порезался |  |  | 1 |  |
| 18 | **Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос** | | **1** |  |  |  |
|  | 30 | Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело |  |  | 1 |  |
| 19 | **Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек** | | **1** |  |  |  |
|  | 31 | Укус змеи |  |  | 1 |  |
| 20 | **Сегодняшние заботы медицины** | | **3** |  |  |  |
|  | 32 | Расти здоровым |  | 1 |  |  |
|  | 33 | Воспитай себя |  | 1 |  |  |
|  | 34 | Я выбираю движение |  | 1 |  |  |
|  |  | Итого | **34** | 17 | 17 |  |

**2 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Темы | Форма за­ня­тий | Методические приёмы | Дидактический ма­териал | Форма подве­де­ния итогов |
| 1 | Почему мы бо­леем | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * рассказ * беседа * игра-соревно­вание * тест | Словесные: рас­сказ, беседа по теме  Наглядные:  Практические: уп­ражнения по теме, игра-соревно­ва­ние, тест, оздорови­тельная минутка | * Карточки с тес­том «Твоё здо­ровье» | * + Игра-сорев­но­вание «Кто больше?»   + Тест «Твоё здо­ровье»   + Беседа «Как надо забо­титься о своём здо­ро­вье»   + Вывод |
| 2 | Кто и как предо­хра­няет нас от бо­лез­ней | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * тест * работа со сти­хотворением | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: плакат «Режим дня школьника», стихотворение С. Ми­халкова «Разве что-то есть на свете…»  Практические: уп­ражнения по теме, тест, оздорови­тельная минутка | * Плакат «Режим дня школьника» * Памятка «Как правильно го­то­вить уроки» * Стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете…» | * + Составление памятки «Как правильно го­то­вить уроки»   + Беседа по прой­денной теме   + Вывод |
| 3 | Кто нас лечит | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * работа со сти­хотворением * самоанализ | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение С. Ми­халкова «Разве что-то есть на свете…»  Практические:ва­леологический са­моанализ, оздоро­вительная минутка | * Вопросы валео­логического са­моанализа * Стихотворение Э. Успенского «Всем извест­ный матема­тик…» | * + Валеологиче­ский самоана­лиз   + Беседа по прой­денной теме   + Вывод |
| 4 | Прививки от бо­лез­ней | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * рассказ * беседа * игра-соревно­вание * работа со сти­хотворением * дидактиче­ская игра | Словесные: рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: запись слов «инфекция» и «иммунитет», сти­хотворение С. Ми­халкова «Подня­лась температура…»  Практические: игра, оздорови­тельная минутка | * Стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура…» * Стихотворение С. Михалкова «Прививка» | * Игра-сорев­но­вание «Кто больше?» * Игра «По­лезно-вредно» * Беседа по прой­денной теме * Вывод |
| 5 | Что нужно знать о лекарст­вах | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * самоанализ * беседа * работа со сти­хотворением * игра | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: запись слов «аллергия» и «антибиотики», ле­карственные пре­параты  Практические:ва­леологический са­моанализ, анализ ситуации, оздоро­вительная минутка | * Пиши и говори правильно: «ал­лер­гия» и «антибиотики» * Памятка «Без­вредных ле­карств не бы­вает» | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Беседа по прой­ден­ной теме «Что должно быть в до­маш­ней ап­течке» * Вывод |
| 6 | Как избе­жать от­равле­ний | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * игра-соревно­вание * практикум | Словесные: беседа по теме  Наглядные: сказка К. Чу­ковского «Ай­болит»  Практические: про­верка пульса, оздо­ровитель­ная ми­нутка | * Сказка К. Чу­ковского «Ай­болит» * Памятка «При­знаки лекарст­венного отрав­ления» * Памятка «При­знаки пище­вого отравле­ния» * Памятка «По­моги себе сам» | * Игра-сорев­но­вание «Кто больше?» * Игра-сорев­но­вание «Кто от­ветит пра­вильно?» (ко­мандная) * Беседа по прой­ден­ной теме * Вывод |
| 7 | Безопас­ность при любой по­годе | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * работа со сти­хотворением * практикум | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая…», картина К. Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы»  Практические:«Помоги себе сам», оздорови­тельная минутка | * Памятка «При­знаки солнеч­ного ожога» * Памятка «Пра­вила поведения при грозе» * Стихотворение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая…» * Картина К. Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы» | * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы * Памятки |
| 8 | Правила безопас­ного по­веде­ния в доме, на улице, в транс­порте | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * работа со сти­хотворением * дидактиче­ская игра * игра-соревно­вание * заучивание слов | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение Э. Ус­пен­ского «Мама при­ходит с ра­боты», стихотво­рение С. Михал­кова «Возле пло­щади затор…»  Практические: игра, оздорови­тельная минутка | * Стихотворение Э. Успенского «Мама прихо­дит с работы» * Стихотворение С. Михалкова «Возле пло­щади затор…» * Памятка «Пра­вила безопас­ного поведения в доме» * Правила пере­хода улицы * Правила пове­дения в транс­порте | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Игра-сорев­но­вание «Кто больше?» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы * Правила, па­мятки |
| 9 | Правила безопас­ного по­веде­ния на воде | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * работа со сти­хотворением * игра * практикум | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение С. Ми­халкова «У моста стоит Авось…»  Практические: игра, оздорови­тельная минутка | * Стихотворение С. Михалкова «У моста стоит Авось…» * Памятка «Когда опасность ря­дом» | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Выводы * Памятка |
| 10 | Правила общения с ог­нем | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * игра * практикум | Словесные: беседа по теме  Наглядные: план эвакуации школы  Практические: раз­бор ситуаций, игра, оздорови­тельная минутка | * «План эвакуа­ции школы при пожаре» | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы * Памятка |
| 11 | Как убе­речься от пораже­ния элек­триче­ским то­ком | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * игра * практикум | Словесные: беседа по теме  Наглядные: па­мятка  Практические: игра, оздорови­тельная минутка | * Памятка «Пер­вая помощь по­страдавшему» | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы * Памятка |
| 12 | Как убе­речься от поре­зов, ушибов, перело­мов | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * практикум * работа со сти­хотворением * заучивание слов | Словесные: беседа по теме, заучива­ние слов  Наглядные: стихо­творение  Практические: пер­вая помощь при травме, оздо­рови­тельная ми­нутка | * Стихотворение «Если я буду осторожен» | * Практикум по оказанию пер­вой помощи при травме * Беседа по прой­ден­ной теме   Выводы |
| 13 | Как защи­титься от насе­ко­мых | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * работа со сти­хотворением * практикум | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: запись слова «пинцет», стихотворение С. Михалкова Вдруг какой-то страш­ный зверь…»  Практические: при­знаки аллер­гии, оздоровитель­ная минутка | * Стихотворение С. Михалкова «Вдруг какой-то страшный зверь…» * Памятка «Когда опасность ря­дом» * Пиши и говори правильно: «пинцет» | * Практикум «По­моги себе сам» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы |
| 14 | Предос­торожно­сти при обра­ще­нии с жи­вотными | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * работа со сти­хотворением * практикум | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение «Не зря собака тех ку­сает…»  Практические: пра­вила обраще­ния с животными, «По­моги себе сам», оздорови­тельная минутка | * Стихотворение «Не зря собака тех кусает…» * Правила обра­щения с живот­ными | * Практикум «По­моги себе сам» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы |
| 15 | Первая помощь при от­равле­нии жидко­стями, пи­щей, па­рами, га­зом | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * повторение * игра-соревно­вание * беседа * дидактиче­ская игра * заучивание слов | Словесные: беседа по теме, заучива­ние слов  Наглядные: стихо­творение «Если в доме появился дым…», С. Мар­шака «Заклубился дым угарный...»  Практические: пра­вила обраще­ния с животными, «По­моги себе сам», оздорови­тельная минутка | * Пиши и говори правильно: «де­зинфекция», «дезодорант» * Признаки от­равления угар­ным газом * Стихотворение С. Маршака «Заклубился дым угарный...» * Стихотворение «Если в доме появился дым…» | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Практикум «По­моги себе сам» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы |
| 16 | Первая помощь при пере­гре­ва­нии и те­пловом ударе, при ожогах и обмо­ро­жении | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * дидактиче­ская игра * работа со сти­хотворением | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение С. Ми­халкова «Мороз и Морозец»  Практические: «Признаки тепло­вого удара», «При­знаки обмороже­ния», «Помоги себе сам», оздоро­ви­тельная минутка | * Признаки теп­лового удара * Признаки обмо­рожения * Стихотворение С. Михалкова «Мороз и Мо­ро­зец» | * Игра «Ва­леоло­гиче­ский све­то­фор» * Практикум «По­моги себе сам» * Игра «По­лезно-вредно» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы |
| 17 | Первая помощь при трав­мах | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * практикум * работа со сти­хотворением | Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения  Наглядные: стихо­творение С. Ми­халкова «Таня пальчик нако­лола…»  Практические: «Помоги себе сам», оздорови­тельная минутка | * Стихотворение С. Михалкова «Таня пальчик наколола…» * Пиши и говори правильно: «марганцовка» * Признаки рас­тяжения связок | * Практикум «По­моги себе сам» * Беседа по прой­ден­ной теме * Выводы |
| 18 | Первая помощь при попа­дании инород­ных тел в глаз, ухо, нос | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * практикум * опрос | Словесные: беседа по теме  Наглядные: пла­каты по теме  Практические: уп­ражнения по теме, опрос, оздорови­тельная минутка | * Плакаты по теме (глаз, ухо, нос) | * Практикум «По­моги себе сам» * Беседа по прой­ден­ной теме * Опрос * Выводы |
| 19 | Первая помощь при уку­сах на­се­комых, змей, со­бак и ко­шек | Комбинирован­ные за­ня­тия:   * беседа * практикум * опрос | Словесные: беседа по теме  Наглядные: пла­каты по теме  Практические: оз­доровительная ми­нутка | * Признаки укуса змеи * Первая помощь при укусе змеи | * Практикум «Признаки укуса змеи» * Практикум «Первая по­мощь при укусе змеи» * Беседа по прой­ден­ной теме * Опрос * Выводы |
| 20 | Сего­дняшние за­боты ме­ди­цины | Урок-конферен­ция | Словесные: рас­сказы, беседа по пройденным те­мам, заучивание слов  Наглядные: ри­сунки животных  Практические: пра­вила ЗОЖ, тест «Оцени себя», «Оз­доровительная ми­нутка», под­вижные игры | * Правила здоро­вого образа жизни * Тест «Оцени себя сам» | * Практикум «Правила здо­рового образа жизни» * Тест «Оцени себя сам» * Беседа по прой­ден­ным темам * Выводы * Задание на лето |

Ожидаемые результаты:

***Познавательные УУД****:* заботиться о своём здоровье; составлять и выполнять режим дня; вести здоровый образ жизни; выполнять рекомендации врача во время болезни; своевременно делать прививки; следить за содержанием до­машней аптечки; оказать себе первую помощь при лекарственных и пищевых отравлениях, при солнечных ожо­гах, если промокли под дождём; соблюдать правила безопасного по­ведения в доме, на улице в транспорте, на воде, пожаре в доме; оказать первую помощь пострадав­шему от электрического тока; оказать первую помощь при поре­зах, ушибах, перело­мах; оказать первую по­мощь при укусах насе­комых; оказать себе первую помощь, если укусила со­бака; помочь себе при отравлении жидкостями, пищей; помочь себе при тепловом ударе; при ожогах и обмо­рожении; оказать первую помощь при травмах; оказать первую помощь при укусе змеи; заниматься самовоспита­нием.

**Личностные УУД**: осознавать себя ценной частью большого разнообразного мира (природы и общества); формулировать самому простые правила поведения в природе; искать свою позицию в многообразии общественных и мировоззренческих позиций; уважать иное мнение; вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения.

**Регулятивные УУД**: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления; учиться обнаруживать и формулировать учебную проблем; понимать причины своего неуспеха и находить способы выхода из этой ситуации.

**Коммуникативные УУД**: организовывать взаимодействие в группе; оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных речевых ситуаций; при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументировать её; учиться подтверждать аргументы фактами; слушать других, пытаться принимать другую точку зрения, быть готовым изменить свою точку зрения.

**Список Литературы для педагога**

1. Ветрова В. В. Уроки психологического здоровья. – М.: Педа­гогиче­ское общество России, 2001.

2. Волков Б. С. Психология младшего школьника: Учебное посо­бие. – М.: Педагогическое общество Рос­сии, 2002.

3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоро­вья. 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2004.

4. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. - М.: «ВАКО», 2004.

4. Лях В. И. Мой друг – физкультура: учеб. для учащихся 1-4 кл. нач. шк. – М.: Просвещение, 2007.

5. Обухова Л. А., Лемяскина Н. А. Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья: 1-4 класс. - М.: «ВАКО», 2013.

6. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе. – М.: ТЦ «Сфера», 1996.

7. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педа­гогических колледжей/ под ред. П. И. Пидкасистого. – М.: Педа­гогиче­ское общество России, 1998.

8. Подласый И. П. Педагогика. Новый курс: Учебник для студ. пед. вузов: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 1: Общие основы. Процесс обучения.

9. Сартан Г. Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.: ТЦ «Сфера», 2000.

10.Сиротюк А. А. Обучение детей с учётом психофизиологии: Практи­ческое руководство для учителей и родителей. – М.: ТЦ «Сфера», 2001.

**Список Литературы для ДЕТЕЙ**

1. Гостюшин А. В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 1-4 кл. общеобразоват. учреждений. – М.: Просвещение, 2001.

2. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоро­вья. 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2004.

3. Лях В. И. Мой друг – физкультура: учеб. для учащихся 1-4 кл. нач. шк. – М.: Просвещение, 2015.

4. Обухова Л. А., Лемяскина Н. А. Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья: 1-4 класс. - М.: «ВАКО», 2013.

5. Шмаков С. А. Игры-потехи. Забавы-утехи. – Липецк: «Ориус», 1994.

**Лист изменений и дополнений**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | класс | дата | Характеристика изменения | Реквизиты документа, которым закреплено изменение | Подпись сотрудника, внёсшего изменения |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |