****

1. **Планируемые результаты**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся, формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

         Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

 -умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения еѐ цели;

-умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

 -умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

 Результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию,

сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;  сформированность  основ российской, гражданской идентичности.

***Личностными результатами***   программы внеурочной деятельности по общекультурному  направлению «Азбука здоровья»  является формирование следующих умений:

* *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, как поступить.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

      ***Метапредметными результатами*** программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

    ***1. РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:***

* *Определять и формулировать* цель деятельности на уроке с помощью учителя.
* *Проговаривать* последовательность действий на уроке.
* Учить *высказывать* своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить *работать*по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

* Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

***2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД:***

* Делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
* Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
* Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса.
* Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
* Находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

        Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

***3. КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:***

* Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
* *Слушать*и*понимать* речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

* Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
* Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
* Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

***ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:***

* осознание  обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

       **Первостепенным результатом** реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**1 КЛАСС**

На первом году обучения учащиеся ***узнают***, как  заботиться об органах чувств, правильно ухаживать за зубами, руками и ногами; ***учатся*** правильному  питанию, узнают, как сон сделать полезным, знакомятся с правилами поведения в школе, обучаются искоренять свои вредные привычки не только на теоретических занятиях, но и в играх.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Личностные** | **Регулятивные** | **Познавательные** | **Коммуникативные** |
| **Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков.  Формулировать самому простые правила поведения в природе.****Испытывать любовь  к красоте родной природы.** | **Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.** | **Предполагать, какая информация необходима.** | **При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.****Учиться подтверждать аргументы фактами.** |

**2 КЛАСС**

       На втором году обучения  учащиеся ***знакомятся***  с правилами безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, на воде;  ***обучаются*** правилам обращения с огнём;  как уберечься от поражения электрическим током; уберечься от порезов, ушибов, переломов. ***Обучаются***правилам оказания  первой медицинской помощи.

**К концу 2 класса**учащиеся ***должны знать:***

***В результате усвоения программы  учащиеся должны уметь:***

* выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
* осуществлять активную оздоровительную деятельность;
* формировать своё здоровье.

***Учащиеся должны знать:***

* факторы, влияющие на здоровье человека;
* причины некоторых заболеваний;
* причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
* виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
* о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
* основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

**3 КЛАСС**

    В третьем классе учатся уважительному отношению к родителям, близким; учатся выбирать друзей; воспитывают в себе чувство сострадания к беспомощным и больным; усваивают правила  поведения в общественных местах.

**Ожидаемые результаты**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Личностные** | **Регулятивные** | **Познавательные** | **Коммуникативные** |
|  Осознавать себя гражданином России и частью многоликого изменяющегося мира, в том числе объяснять, что связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.Формулировать самому простые правила поведения в природе.Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.Вырабатывать в  противоречивых жизненных ситуациях  правила поведения. |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.Составлять план выполнения задач.Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью учителя.Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |  Предполагать, какая информация необходима.Самостоятельно отбирать для решения   учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии.Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |  Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.Учиться подтверждать аргументы фактами.Организовывать учебное взаимодействие в группе. |

**4 КЛАСС**

    Учащиеся воспитывают в себе нравственные и этические качества; уверенность и бесстрашие; сдержанность;  умение преодолевать вредные привычки. Учатся заботиться о себе и своей семье.

**Ожидаемые результаты.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Личностные** | **Регулятивные** | **Познавательные** | **Коммуникативные** |
|  Осознавать себя гражданином России и частью многоликого изменяющегося мира, в том числе объяснять, что связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.Формулировать самому простые правила поведения в природе.Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.Вырабатывать в  противоречивых жизненных ситуациях  правила поведения. |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.Составлять план выполнения задач.Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью учителя.Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |  Предполагать, какая информация необходима.Самостоятельно отбирать для решения   учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии.Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |  Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.Учиться подтверждать аргументы фактами.Организовывать учебное взаимодействие в группе. |

**2.  СОДЕРЖАНИЕ**

**1 класс (33 часа)**

**Дружи с водой (2ч)**  Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.

**Забота об органах чувств (5 ч)**  Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа.  Надёжная защита организма. Если кожа повреждена.

**Уход за зубами (3 ч)**  Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой.

**Уход за руками и ногами (1 ч)**  «Рабочие инструменты» человека.

**Как следует питаться (2 ч)**  Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая Пища для всей семьи.

**Как сделать сон полезным (1 ч)**Сон – лучшее лекарство.

**Настроение в школе (2 ч)**  Как настроение?

**Настроение после школы(1 ч)**  Я пришёл из школы.

**Поведение в школе (2 ч)**  Я – ученик.

**Вредные привычки (2 ч)**

**Мышцы, кости и суставы (2 ч)**  Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина.

**Как закаляться (2 ч)**  Если хочешь быть здоров.

**Как правильно вести себя на воде (1 ч)**  Правила безопасности на воде.

**Народные игры.(2 ч)**

**Подвижные игры (3ч)**

**Доктора природы(2 ч)**

                                                          **2 класс – 34 часа**

**Почему мы болеем(3ч)**  Причины болезни.  Признаки болезни.  Как здоровье?

**Кто и как предохраняет нас от болезней(2ч)**  Как организм помогает себе сам.   Здоровый образ жизни

**Кто нас лечит(1ч)**  Какие врачи нас лечат

**Прививки от болезней(2ч)**  Инфекционные болезни. Прививки от болезней

**Что нужно знать о лекарствах(2)**Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка

**Как избежать отравлений(2ч)**  Отравление лекарствам Пищевые отравления

**Безопасность при любой погоде(2ч)**  Если солнечно и жарко  Если на улице дождь и гроза

**Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте(2ч)**Опасность в нашем доме Как вести себя на улице

**Правила безопасного поведения на воде(1ч)**  Вода – наш друг

**Правила общения с огнём(1ч)**  Чтобы огонь не причинил вреда

**Как уберечься от поражения электрическим током(1ч)**  Чем опасен электрический ток

**Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.(1ч)**  Травмы

**Как защититься от насекомых(1ч)**

Укусы насекомых

**Предосторожности при обращении с животными(1ч)**

Что мы знаем про кошек и собак

**Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом(2ч)**

Отравление ядовитыми веществами

Отравление угарным газом

**Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожениях(2ч)**

Как помочь себе при тепловом ударе

Как уберечься от мороза

**Первая помощь при травмах(3ч)**

Растяжение связок и вывих костей

Переломы

Если ты ушибся и порезался

**Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос(1ч)**

Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее

**Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек(1ч)**

Укусы змей

**Сегодняшние заботы медицины(3ч)**

Расти здоровым

Воспитай себя

Я выбираю движение

                                                            **3 класс – 34 часа**

**Чего не надо бояться(1ч)**Как воспитывать уверенность и бесстрашие

**Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным(2ч)**  Учимся думать. Спеши делать добро.

**Почему мы говорим неправду(2ч)**  Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках

**Почему мы не слушаемся родителей(2ч)**   Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга

**Надо ли уметь сдерживать себя(2ч)**   Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность

**Не грызи ногти, не ковыряй в носу(2ч)**    Как отучить себя от вредных привычек. Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)

**Как относиться к подаркам(2ч)**     Я принимаю подарок. Я дарю подарок

**Как следует относиться к наказаниям(1ч)**  Наказание

**Как нужно одеваться(1ч)**  Одежда

**Как вести себя с незнакомыми людьми(1ч)**  Ответственное поведение

**Как вести себя, когда что – то болит(1ч)**  Боль

**Как вести себя за столом(2ч)**  Сервировка стола. Правила поведения за столом

**Как вести себя в гостях(1ч)**  Ты идёшь в гости

**Как вести себя в общественных местах(2ч)**  Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, в кино, школе

**«Нехорошие слова». Недобрые шутки(2ч)**  Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону

**Что делать. Если не хочется в школу(1ч)**  Помоги себе сам

**Чем заняться после школы(1ч)**  Умей организовать свой досуг

**Как выбрать друзей(2ч)**  Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом

**Как помочь родителям(1ч)**    Как доставить родителям радость

**Как помочь больным и беспомощным(2ч)**Если кому – нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро

**Повторение(3ч)**    Огонёк здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни

**4 КЛАСС – 34 часа**

**Наше здоровье(4ч)**  Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс

**Как помочь сохранить себе здоровье(3ч)**  Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

**Что зависит от моего решения(2ч)**  Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

**Злой волшебник – табак(1ч)**  Что мы знаем о курении

**Почему некоторые привычки называются вредными(5ч)**  Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

**Помоги себе сам(1ч)**  Волевое поведение.

**Злой волшебник – алкоголь(3ч)**  Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор

 **Злой волшебник – наркотик(2ч)**  Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения.

**Мы – одна семья(2ч)**  Мальчишки и девчонки. Моя семья.

**Повторение(11ч)**Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

1. **Тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** |  УУД |
| 1 | *Советы доктора Воды.* | 1 |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.- Уметь быть опрятным. Регулярно выполнять гигиенические процедуры.- Уметь обеспечить себе комфортные условия для любой дея­тельности за счет правильного выбора одежды и обуви.- Поддерживать в чистоте предметы своего ежедневного обихо­да. |
| 2 | *Друзья Вода и мыло* | 1 | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |
| 3 | *Глаза – главные помощники человека.* | 1 | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**.** |
| 4 | *Подвижные игры* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе |
| 5 | *Чтобы уши слышали.* | 1 | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**.** |
| 6 | *Почему болят зубы.* | 1 | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. - Знать, зачем человеку нужен рот и что в нем находится,  - знать правила ухода за зубами, - знать основные заболевания десен и зубов. - Уметь правильно чистить зубы. - соблюдать основные правила личной гигиены полости рта. |
| 7 | *Чтобы зубы были здоровыми.* | 1 | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |
| 8 | *Как сохранить улыбку красивой?* | 1 | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**. Делать выводы.** |
| 9 | *«Рабочие инструменты» человека.* | 1 | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. |
| 10 | *Подвижные игры.* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Оценивать себя и своих товарищей. |
| 11 | *Зачем человеку кожа.* | 1 | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы. |
| 12 | *Надёжная защита организма.* | 1 |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. |
| 13 | *Если кожа повреждена.* | 1 | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. Продолжать высказывания. |
| 14 | *Подвижные игры.* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Оценивать себя и своих товарищей. |
| 15 | *Питание – необходимое условие для жизни человека.* | 1 | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. - Уметь соблюдать элементарные правила режима питания.- Уметь пользоваться столовыми приборами. |
| 16 | *Здоровая пища для всей семьи.* | 1 | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников.  |
| 17 | *Сон – лучшее лекарство* | 1 | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 18 | *Как настроение?* | 1 | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**. Контролировать поведение, преодолевать стресс и тревогу.** |
| 19 | *Я пришёл из школы.* | 1 |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. |
| 20 | *Подвижные игры по выбору детей.* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Анализировать и делать выводы. |
| 21 | *Я – ученик.* | 2 | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. |
| 22 |  |
| 23 | *Вредные привычки.* | 2 | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. Бережно относиться к своему здоровью. |
| 24 |
| 25 | *Подвижные игры.* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Оценивать себя и своих товарищей. |
| 26 | *Скелет – наша опора.* | 1 |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. |
| 27 | *Осанка – стройная спина!* | 1 | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. |
| 28 | *Если хочешь быть здоров.* | 1 | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 29 | *Правила безопасности на воде.* | 1 |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. Продолжать высказывания. |
| 30 | *Подвижные игры.* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе |
| 31 | *Весёлые старты.* | 1 | Организовывать учебное взаимодействие в группе |
| 32-33 | *Обобщающие занятия «Доктора здоровья».* | 2 | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Анализировать и делать выводы. |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**2 КЛАСС** (**34 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | **Наименование раздела** | **Кол-во часов** | **Тема занятия** | **УУД** |
| 1-3 | Почему мы болеем | 3 | *Разные причины болезней.* |  Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её. |
| *Признаки некоторых болезней* |
| *Как ваше здоровье?* |
| 4-5 | Кто и как предохраняет нас от болезней. | 2 | *Организм- сам себе помощник.* | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. Бережно относиться к своему здоровью. |
| *Здоровый образ жизни.* |
| 6 | Кто нас лечит. | 1 | *Какие врачи нас лечат.* | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. Анализировать и делать выводы. |
| 7-8 | Прививки от болезней. | 2 | *Инфекции и болезни.* | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке |
| *Прививки от болезней.* |
| 9-10 | Что нужно знать о лекарствах. | 2 | *Как выбрать лекарства.* | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| *Домашняя аптечка.* |
| 11-12 | Как избежать отравлений. | 2 | *Лекарственные отравления* | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на урокеИметь навык аккуратного обращения с лекарствами (хранить в фабричной упаковке, проверять срок годности перед употребле­нием, применять только по назначению врача или рекомендации родителей, не пробовать неизвестные таблетки). |
| *Пищевые отравления.* | *находить ответы*на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. |
| 13-14 | Безопасность при любой погоде. | 2 | *Солнце – наш друг?* | Перерабатывать полученную информацию: ***делать***выводы в результате совместной работы всего класса.  |
| *На улице дождь и гроза.* | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 15-16 | Правила безопасного поведения в доме, на улице,в транспорте. | 2 | *Опасности  в нашем  доме.* | - Уметь прогнозировать развитие ситуации на дороге.- Иметь навык наблюдения.- Иметь навыки «сопротивления» волнению или спешке. Иметь навык «переключения на улицу».- Иметь навык переключения на самоконтроль. |
|  |  | *Правила поведения на улице.* |
| 17 | Правила безопасного поведения на воде. | 1 | *Вода – наш друг.* | Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста). Оценивать себя и своих товарищей. |
| 18 | Правила обращения с огнём. | 1 | *Чтобы огонь не причинил вреда.* |
| 19 | Как уберечься от поражения электрическим током. | 1 | *Чем опасен электрический ток.* | *Слушать*и *понимать*речь других.Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).Преобразовывать информацию из одной формы в другую |
| 20 | Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. | 1 | *Травмы.* |
| 21 | Как защититься от насекомых. | 1 | *Укусы  насекомых.* |
| 22 | Предосторожности при обращении с животными. | 1 | *Про собак и кошек.* | Совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им. Анализировать и делать выводы. |
| 23-24 | Первая помощь при отравлении жидкостями,пищей, парами, газом | 2 | *Отравление ядовитыми веществами.* | Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения занятий). |
| *Отравление угарным газом.*  |
| 25-26 | Первая помощь при перегревании и тепловомударе, при ожогах и обморожении. | 2 | *Помочь себе при тепловом ударе.* | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. Учиться оказывать первую помощь пострадавшему. |
| *Как уберечься от мороза.* |
| 27-29 | Первая помощь при травмах. | 3 | *Растяжения и вывихи.* | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);- Уметь оказать помощь себе и другим при простых травмах. |
| *Переломы.* |
| *Если ты ушибся или порезался.* |
| 30 | Первая помощь при попадании инородных телв глаз, ухо, нос. | 1 | *Если в глаз, ухо, нос или горло попало**инородное тело.*  | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся,  посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;- Уметь распознавать негативные реакции животных и избегать укусов и повреждений.- Принимать неотложные меры при укусе животного, насеко­мого, змей. |
| 31 | Первая помощь при укусах насекомых, змей. | 1 | *Если укусила змея.* |
| 32-34 | Сегодняшние заботы медицины. | 3 | *Я здоровье берегу.* | Бережно относиться к своему здоровью.- Иметь позитивное, уважительное отношение к врачам и меди­цинским сестрам, как к людям, которые помогают сохранить здо­ровье.- Знать, в каких случаях необходимо обратиться за экстренной медицинской помощью, и иметь навыки обращения.- Знать, зачем детей госпитализируют. |
| *Здоровый образ жизни.* |
| *Я  выбираю  движение.* |

**Тематическое планирование**

**3 класс** **(34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема занятия** |  |  |  |
| Чего не  надо бояться. | 1 | Как воспитывать уверенность и бесстрашие. |  Контролировать поведение, преодолевать стресс и тревогу. Бережно относиться к своему здоровью. |
| Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным. | 2 | Учимся думать. | Анализировать и делать выводы. |
| Спеши делать добро. | Проводить дискуссию, анализировать. |
| Почему мы говорим неправду. | 2 | Поможет ли нам обман. | Контролировать поведение. Делать выводы. |
| «Неправда –ложь» в пословицах и поговорках. | Работать с дополнительной информацией. |
| Почему мы не слушаемся родителей. | 2 | Надо ли прислушиваться к советам родителей. |  Анализировать и делать выводы. |
| Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. |  Проводить дискуссию, анализировать свои поступки.  |
| Надо уметь сдерживать себя. | 2 | Все ли желания выполнимы. |  Контролировать поведение, преодолевать стресс и тревогу. Делать выводы. |
| Как воспитывать в себе сдержанность | Продолжать высказывания.  |
| Не грызи ногти, не ковыряй в носу. | 2 | Как отучить себя от вредных привычек. |  Анализировать и делать выводы. |
| Как отучить себя от вредных привычек. |  Оценивать себя и своих товарищей. |
| Как относиться к подаркам. | 2 | Я принимаю подарок |  Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. |
|  |  | Я дарю подарок |  Анализировать и делать выводы. |
| Как следует относиться к наказаниям. | 1 | Наказание  | Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста). Оценивать себя и своих товарищей. |
| Как нужно одеваться. | 1 | Одежда |  Анализировать и делать выводы. |
| Как вести себя с незнакомыми людьми. | 1 | Ответственное поведение | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| Как вести себя, когда что-то болит. | 1 | Боль  | Контролировать поведение, делать выводы. |
| Как вести себя за столом. | 2 | Сервировка стола | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); - Уметь соблюдать элементарные правила режима питания.- Уметь пользоваться столовыми приборами. |
| Правила поведения за столом | Контролировать поведение, делать выводы. |
| Как вести в гостях. | 1 | Ты идёшь в гости | Контролировать поведение, делать выводы. |
| Как вести себя в общественных местах. | 2 | Как вести себя в транспорте и на улице | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); Уметь соблюдать правила поведения в общественных местах. |
| Как вести себя в театре, в кино и школе |  Контролировать поведение, делать выводы. Уметь соблюдать правила поведения в общественных местах. |
| «Нехорошие слова».  Недобрые шутки. | 2 | Умеем ли мы вежливо общаться | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. Продолжать высказывания. |
| Умеем ли мы вежливо разговаривать по телефону |  Проводить дискуссию, анализировать. |
| Что делать, если не хочется в школу. | 1 | Помоги себе сам | Анализировать, делать выводы, оценивать ситуацию. |
| Чем заняться после школы. | 1 | Умей организовывать свой досуг | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья |
| Как выбрать друзей. | 2 | Что такое дружба | Проводить дискуссию, анализировать. |
| Кто может считаться настоящим другом | Проводить дискуссию, анализировать, делать выводы. |
| Как помочь родителям. | 1 | Как доставить родителям радость | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке |
| Как помочь беспомощным и больным. | 2 |  Если кому-нибудь нужна твоя помощь | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
|  Спешите делать добро | Проводить дискуссию, анализировать, делать выводы |
| Повторение. | 3 | Огонёк здоровья | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. |
|  Путешествие в страну здоровья | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения |
|  Культура здорового образа жизни | Бережно относиться к своему здоровью. |

 **Тематическое планирование**

**4 класс** (**34 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Количество часов** |  | УУД |
| ***1.*** | ***Наше здоровье.*** | ***4*** | Что такое здоровье.Что такое эмоции.Чувства и поступки.Стресс. | Определять пульсКонтролировать свои эмоции.Преодолевать стресс и тревогуРаботать в парах |
| 2. | Как помочь сохранить здоровье. | 3 | Учимся думать и действовать.Учимся находить причину и последствия событий.Умей выбирать. | Оценивать себя и товарища.Анализировать и делать выводы. |
| 3. | Что зависит от моего решения. | 2 | Принимаю решение.Я отвечаю за своё решение. | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения |
| 4. | Злой волшебник – табак. | 1 |  Что мы знаем о курении. | Бережно относиться к своему здоровью. |
| 5. | Почему некоторые привычки называются вредными. | 5 | Зависимость.Умей сказать НЕТ.Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ.Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. | Критически относиться к употреблению табака, алкоголя.Анализировать ситуацию.Работать в парах, группах |
| 6. | Помоги себе сам. | 1 | Волевое поведение. | - Уметь избегать ситуации пассивного курения.- Понимать, что алкоголизм и наркомании - трудноизлечимые заболевания. Выработать формы поведения, когда рядом находит­ся человек в состоянии алкогольного или наркотического опьяне­ния.- Иметь четкое представление о том, что восприимчивость к наркотическим веществам индивидуальна, и зависимость может возникнуть после первых приемов. |
| 7. | Злой волшебник – алкоголь. | 3 | Алкоголь.Алкоголь – ошибка.Алкоголь – сделай выбор. | Бережно относиться к своему здоровью.Рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребленияАнализировать ситуацию.Работать в парах, группах |
| 8. | Злой волшебник – наркотик. | 2 | Наркотик.Наркотик – тренинг безопасного поведения. | Бережно относиться к своему здоровью. Анализировать ситуацию. |
| 9. | Мы – одна семья. | 2 | Мальчишки и девчонки.Моя семья. | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения |
| 10. | Повторение. | 11 | Дружба.День Здоровья.Умеем ли мы правильно питаться.Я выбираю кашу.Чистота и здоровье.Откуда берутся грязнули.Чистота и порядок.Буде делать хорошо и не будем плохо.КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу.Будьте здоровы. | Работать в парах и группах.Принимать участие в ролевой игре.Отгадывать загадки.Инсценировать отрывок из произведения.Оценивать себя и товарища.Анализировать и делать выводы.Проводить физминутки.- Уметь быть опрятным. Регулярно выполнять гигиенические процедуры.- Уметь обеспечить себе комфортные условия для любой дея­тельности за счет правильного выбора одежды и обуви.- Поддерживать в чистоте предметы своего ежедневного обихо­да |

**Всего-34 часа**

****

**1 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Содержание****(разделы, темы)** | **Кол-во часов** |  **дата** | **оборудование** | **УУД** |
| **аудиторные** | **внеаудиторные** |  **план** |  **факт** |
| 1 | Советы доктора Воды. | 1 |  |  |  | Компьютер, мультимедийная установка, презентация к уроку |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.- Уметь быть опрятным. Регулярно выполнять гигиенические процедуры.- Уметь обеспечить себе комфортные условия для любой дея­тельности за счет правильного выбора одежды и обуви.- Поддерживать в чистоте предметы своего ежедневного обихо­да. |
| 2 | Друзья Вода и мыло | 1 |  |  |  |  плакат | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |
| 3 | Глаза – главные помощники человека. | 1 |  |  |  |  таблица | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**.** |
| 4 | Подвижные игры |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе |
| 5 | Чтобы уши слышали. | 1 |  |  |  |  плакат | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**.** |
| 6 | Почему болят зубы. | 1 |  |  |  |  Таблица, зубные щётки | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. - Знать, зачем человеку нужен рот и что в нем находится,  - знать правила ухода за зубами, - знать основные заболевания десен и зубов. - Уметь правильно чистить зубы. - соблюдать основные правила личной гигиены полости рта. |
| 7 | Чтобы зубы были здоровыми. | 1 |  |  |  |  Плакат «Правильно чистим зубы» | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников |
| 8 | Как сохранить улыбку красивой? | 1 |  |  |  | Компьютер, мультимедийная установка, презентация к уроку | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**.** Делать выводы. |
| 9 | «Рабочие инструменты» человека. | 1 |  |  |  |  Рисунки, загадки | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. |
| 10 | Подвижные игры. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Оценивать себя и своих товарищей. |
| 11 | Зачем человеку кожа. | 1 |  |  |  |  Плакат «Моё тело» | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы. |
| 12 | Надёжная защита организма. | 1 |  |  |  |  Электронное приложение |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. |
| 13 | Если кожа повреждена. | 1 |  |  |  |  Аптечка, плакат | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. Продолжать высказывания. |
| 14 | Подвижные игры. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Оценивать себя и своих товарищей. |
| 15 | Питание – необходимое условие для жизни человека. | 1 |  |  |  |  плакат | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. - Уметь соблюдать элементарные правила режима питания.- Уметь пользоваться столовыми приборами. |
| 16 | Здоровая пища для всей семьи. | 1 |  |  |  |  Овощи и фрукты | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников.  |
| 17 | Сон – лучшее лекарство | 1 |  |  |  |  Электронное приложение | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 18 | Как настроение? | 1 |  |  |  |  Книги по теме | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления**.** Контролировать поведение, преодолевать стресс и тревогу. |
| 19 | Я пришёл из школы. | 1 |  |  |  |  Настольные игры, альбом, краски |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. |
| 20 | Подвижные игры по выбору детей. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Анализировать и делать выводы. |
| 21 | Я – ученик.   | 2 |  |  |  |  Электронное приложение | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. |
| 22 |  Я - ученик |
| 23 | Вредные привычки. | 2 |  |  |  |  Компьютер, презентация | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. Бережно относиться к своему здоровью. |
| 24 |  Вредные привычки |
| 25 | Подвижные игры. | 1 |  |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Оценивать себя и своих товарищей. |
| 26 | Скелет – наша опора. | 1 |  |  |  |  плакат |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. |
| 27 | Осанка – стройная спина! | 1 |  |  |  |  Плакат, иллюстрации детей | Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса. |
| 28 | Если хочешь быть здоров. |  | 1 |  |  |  Набор физминуток | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 29 | Правила безопасности на воде. | 1 |  |  |  |  плакат |  Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. Продолжать высказывания. |
| 30 | Подвижные игры. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе |
| 31 | Весёлые старты. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Организовывать учебное взаимодействие в группе |
| 32 | Обобщающее занятие | 1 |  |  |  |  Рисунки, презентации | Организовывать учебное взаимодействие в группе. Анализировать и делать выводы. |
| 33 | КВН «Мы за ЗОЖ» |  | 1 |  |  |  Электронное приложение |

****

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ2 КЛАСС** (**34 часа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема занятия** | **Кол- вочасов** |  **дата** |  **оборудование** | **УУД** |
| **аудиторные** | **внеаудиторные** |  **план** |  **факт** |
| 1 | **Почему мы болеем. 3 часа**Разные причины болезней. | 1 |  |  |  | Компьютер, мультимедийная установка, презентация к уроку |  Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её. |
| 2 | Признаки некоторых болезней | 1 |  |  |  |  аптечка |
| 3 | Как ваше здоровье? | 1 |  |  |  | плакат |
| 4 | **Кто и как предохраняет нас от болезней. 2 часа**Организм- сам себе помощник. | 1 |  |  |  |  Электронное приложение | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. Бережно относиться к своему здоровью. |
| 5 | Здоровый образ жизни. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь |
| 6 | **Кто нас лечит. 1 час**Какие врачи нас лечат. | 1 |  |  |  |  Презентация, рисунки по теме | Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. Анализировать и делать выводы. |
| 7 | **Прививки от болезней. 2 часа**Инфекции и болезни. | 1 |  |  |  |  презентация | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке |
| 8 | Прививки от болезней. Экскурсия в медицинский кабинет | 0,5 | 0,5 |  |  | DVD, презентация |
| 9 | **Что нужно знать о лекарствах. 2часа**Как выбрать лекарства. | 1 |  |  |  | видеофильм | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 10 | Домашняя аптечка. | 1 |  |  |  |  аптечка |
| 11 | **Как избежать отравлений. 2 часа**Лекарственные отравления | 1 |  |  |  |  Электронное прложение | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на урокеИметь навык аккуратного обращения с лекарствами (хранить в фабричной упаковке, проверять срок годности перед употребле­нием, применять только по назначению врача или рекомендации родителей, не пробовать неизвестные таблетки). |
| 12 | Пищевые отравления. | 1 |  |  |  |  памятка | *находить ответы*на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. |
| 13 | **Безопасность при любой погоде. 2 часа**Солнце – наш друг? | 1 |  |  |  | Рисунки, карандаши, альбомы | Перерабатывать полученную информацию: ***делать***выводы в результате совместной работы всего класса.  |
| 14 | На улице дождь и гроза. | 0,5 | 0,5 |  |  |  плакат | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 15 | **Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. 2 часа**Опасности  в нашем  доме. | 1 |  |  |  |  Электронное приложение | - Уметь прогнозировать развитие ситуации на дороге.- Иметь навык наблюдения.- Иметь навыки «сопротивления» волнению или спешке. Иметь навык «переключения на улицу».- Иметь навык переключения на самоконтроль. |
| 16 | Правила поведения на улице. |  | 1 |  |  |  Модели дорожных знаков |
| 17 | **Правила безопасного поведения на воде. 1 час** Вода – наш друг. | 1 |  |  |  | Плакат | Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста). Оценивать себя и своих товарищей. |
| 18 | **Правила обращения с огнём. 1 час**Чтобы огонь не причинил вреда. | 1 |  |  |  | Видеофильм |
| 19 | **Как уберечься от поражения электрическим током. 1 час**Чем опасен электрический ток. | 0,5 | 0,5 |  |  |  Электронное приложение | *Слушать*и *понимать*речь других.Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).Преобразовывать информацию из одной формы в другую |
| 20 | **Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. 1 час**Травмы. | 1 |  |  |  | Плакат |
| 21 | **Как защититься от насекомых . 1 час**Укусы  насекомых. | 1 |  |  |  | Таблица |
| 22 | **Предосторожности при обращении с животными. 1 час**Про собак и кошек. | 1 |  |  |  |  Иллюстрированный материал | Совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им. Анализировать и делать выводы. |
| 23 | **Первая помощь при отравлении жидкостями,пищей, парами, газом 2 часа**Отравление ядовитыми веществами. | 1 |  |  |  | Плакат | Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения занятий). |
| 24 | Отравление угарным газом.  | 1 |  |  |  |  DVD |
| 25 | **Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. 2 часа**Помочь себе при тепловом ударе. | 1 |  |  |  |  Компьютер, мультимедийная установка, презентация к уроку | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. Учиться оказывать первую помощь пострадавшему. |
| 26 | Как уберечься от мороза. | 0,5 | 0,5 |  |  | Коллекция физминуток, презентация |
| 27 | **Первая помощь при травмах. 3 часа**Растяжения и вывихи. | 1 |  |  |  |  памятка | Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);- Уметь оказать помощь себе и другим при простых травмах. |
| 28 | Переломы. | 1 |  |  |  |  памятка |
| 29 | Если ты ушибся или порезался. | 1 |  |  |  |  памятка |
| 30 | **Первая помощь при попадании инородных телв глаз, ухо, нос. 1 час**Если в глаз, ухо, нос или горло попалоинородное тело.  | 1 |  |  |  |  Электронное приложение | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся,  посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;- Уметь распознавать негативные реакции животных и избегать укусов и повреждений.- Принимать неотложные меры при укусе животного, насеко­мого, змей. |
| 31 | **Первая помощь при укусах насекомых, змей. 1 час**Если укусила змея. | 1 |  |  |  |  памятка |
| 32 | **Сегодняшние заботы медицины. 3 часа**Я здоровье берегу. | 1 |  |  |  | презентация | Бережно относиться к своему здоровью.- Иметь позитивное, уважительное отношение к врачам и меди­цинским сестрам, как к людям, которые помогают сохранить здо­ровье.- Знать, в каких случаях необходимо обратиться за экстренной медицинской помощью, и иметь навыки обращения.- Знать, зачем детей госпитализируют. |
| 33 | Здоровый образ жизни. | 0,5 | 0,5 |  |  |  видеофильм |
| 34 | Я  выбираю  движение. |  | 1 |  |  |  Набор ролевых игр |



**Тематическое планирование**

**3 класс** **(34 часа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** |  **Темы**  |  **Кол-во часов** |  **дата** |  **оборудование** |  **УУД** |
| **аудиторные** | **внеаудиторные** |  **план** | **факт** |
| 1 | **Чего не  надо бояться. 1 час**Как воспитывать уверенность и бесстрашие. | 1 |  |  |  | Стихотворения Э Успенского «Академик Иванов» и И. Токмаковой «Не буду бояться». |  Контролировать поведение, преодолевать стресс и тревогу. Бережно относиться к своему здоровью. |
| 2 | **Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным. 2 часа**Учимся думать. | 1 |  |  |  |  Презентация  | Анализировать и делать выводы. |
| 3 | Спеши делать добро. | 1 |  |  |  | Карандаши и альбомы | Проводить дискуссию, анализировать. |
| .4 | **Почему мы говорим неправду. 2 часа**Поможет ли нам обман. | 1 |  |  |  |  Набор ролевых игр | Контролировать поведение. Делать выводы. |
| 5 | «Неправда –ложь» в пословицах и поговорках. | 0,5 | 0,5 |  |  |  Пословицы и поговорки. Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка». | Работать с дополнительной информацией. |
| 6 | **Почему мы не слушаемся родителей. 2 часа**Надо ли прислушиваться к советам родителей. | 1 |  |  |  | стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать», рассказ Е. Чарушина «Курочка». |  Анализировать и делать выводы. |
| 7 | Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. | 1 |  |  |  |  рассказ М. Горького «Воробышек». |  Проводить дискуссию, анализировать свои поступки.  |
| .8 | **Надо уметь сдерживать себя. 2 часа**Все ли желания выполнимы. | 1 |  |  |  | стихотворения «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. |  Контролировать поведение, преодолевать стресс и тревогу. Делать выводы. |
| 9 | Как воспитывать в себе сдержанность | 1 |  |  |  |  Толковый словарь и пословицы | Продолжать высказывания.  |
| 10 | **Не грызи ногти, не ковыряй в носу. 2 часа**Как отучить себя от вредных привычек. | 1 |  |  |  |  плакат |  Анализировать и делать выводы. |
| 11 | Как отучить себя от вредных привычек. | 1 |  |  |  | Стихотворение С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!».Памятка «Это полезно знать» |  Оценивать себя и своих товарищей. |
| 12 | **Как относиться к подаркам. 2 часа**Я принимаю подарок | 1 |  |  |  | стихотворение Г Остера «Если ты пришел на елку…» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Памятка «Это полезно помнить!». |  Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. |
| 13 | Я дарю подарок | 1 |  |  |  | Песня Э Успенского «У нашей мамы праздник» и  стихотворение Г Остера «Если друг на день рожденья…». Памятка «Это полезно знать!». |  Анализировать и делать выводы. |
| 14 | **Как следует относиться к наказаниям. 1 час**Наказание  | 1 |  |  |  |  стихотворение «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворение ЭМошковской «Я ушел в свою обиду».  | Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста). Оценивать себя и своих товарищей. |
| 15 | **Как нужно одеваться. 1 час**Одежда | 1 |  |  |  |  стихотворение ЭМошковской «Смотрите, в каком я платьице!». |  Анализировать и делать выводы. |
| 16 | **Как вести себя с незнакомыми людьми. 1 час**Ответственное поведение | 1 |  |  |  |  памятка «Правила поведения с незнакомыми людьми». | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 17 | **Как вести себя, когда что-то болит. 1 час**Боль  | 1 |  |  |  |  Компьютер, мультимедийная установка, презентация | Контролировать поведение, делать выводы. |
| 18 | **Как вести себя за столом. 2 часа**Сервировка стола | 1 |  |  |  |  Столовые приборы, посуда | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); - Уметь соблюдать элементарные правила режима питания.- Уметь пользоваться столовыми приборами. |
| 19 | Правила поведения за столом | 1 |  |  |  |  Рисунки по теме | Контролировать поведение, делать выводы. |
| 20 | **Как вести в гостях. 1 час**Ты идёшь в гости | 1 |  |  |  |  памятка | Контролировать поведение, делать выводы. |
| 21 | **Как вести себя в общественных местах. 2 часа**Как вести себя в транспорте и на улице |  | 1 |  |  |  Модели дорожных знаков | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); Уметь соблюдать правила поведения в общественных местах. |
| 22 | Как вести себя в театре, в кино и школе |  | 1 |  |  |  памятка |  Контролировать поведение, делать выводы. Уметь соблюдать правила поведения в общественных местах. |
| 23 | **«Нехорошие слова».  Недобрые шутки. 2 часа**Умеем ли мы вежливо общаться | 1 |  |  |  | стихотворения о «волшебных» словах. | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления. Продолжать высказывания. |
| 24 | Умеем ли мы вежливо разговаривать по телефону | 1 |  |  |  |  Телефон, памятка |  Проводить дискуссию, анализировать. |
| 25 | **Что делать, если не хочется в школу. 1 час**Помоги себе сам | 1 |  |  |  |  видеофильм | Анализировать, делать выводы, оценивать ситуацию. |
| 26 | **Чем заняться после школы. 1 час**Умей организовывать свой досуг |  | 1 |  |  |  Настольные игры, пластилин, конструктор | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья |
| 27 | **Как выбрать друзей. 2 часа**Что такое дружба | 1 |  |  |  |  Стихи и песни | Проводить дискуссию, анализировать. |
| 28 | Кто может считаться настоящим другом | 1 |  |  |  |  Рисунки. Фото | Проводить дискуссию, анализировать, делать выводы. |
| 29. | **Как помочь родителям. 1 час**Как доставить родителям радость | 1 |  |  |  | Высказывания великих людей  о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте. | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке |
| 30 | **Как помочь беспомощным и больным. 2 часа** Если кому-нибудь нужна твоя помощь | 0,5 | 0,5 |  |  |  презентация | составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); |
| 31 |  Спешите делать добро |  | 1 |  |  |  Набор ролевых игр | Проводить дискуссию, анализировать, делать выводы |
| 32 | **Повторение. 3 часа**Огонёк здоровья | 1 |  |  |  |  Пословицы о здоровье | Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. |
| 33 | Путешествие в страну здоровья |  | 1 |  |  |  Альбомы, карандаши | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения |
| 34 | Культура здорового образа жизни |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | Бережно относиться к своему здоровью. |

****

**Тематическое планирование**

**4 класс** (**34 часа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** |  **Содержание**  |  **Кол-вочасов** |  **дата** |  **оборудование** |  **УУД** |
| **аудиторные** | **внеаудиторные** |  **план** | **факт** |
| ***1.*** | **Наше здоровье. 4 часа**Что такое здоровье. | 1 |  |  |  |  Рисунки, картинки по теме | Определять пульсКонтролировать свои эмоции.Преодолевать стресс и тревогуРаботать в парах |
| ***2*** | Что такое эмоции. | 1 |  |  |  |  Иллюстрации, стихи по теме |
| ***3*** | Чувства и поступки. | 0,5 | 0,5 |  |  |  Набор ролевых игр |
| ***4*** | Стресс. | 1 |  |  |  |  памятка |
| 5. | **Как помочь сохранить здоровье. 3 часа**Учимся думать и действовать. | 1 |  |  |  |  презентация | Оценивать себя и товарища.Анализировать и делать выводы. |
| 6 | Учимся находить причину и последствия событий. | 1 |  |  |  |  Электронное приложение |
| 7 | Умей выбирать. | 0,5 | 0,5 |  |  |  Пословицы о здоровье. Спортивный инвентарь |
| 8 | **Что зависит от моего решения. 2 часа**Принимаю решение. | 1 |  |  |  | стихотворение Б. Заходера «Что красивей всего?» | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения |
| 9 | Я отвечаю за своё решение. | 1 |  |  |  | DVD |
| 10 | **Злой волшебник – табак. 1 час**Что мы знаем о курении. | 1 |  |  |  |  плакат | Бережно относиться к своему здоровью. |
| 11 | **Почему некоторые привычки называются вредными. 5 часов**Зависимость. | 1 |  |  |  |  памятка | Критически относиться к употреблению табака, алкоголя.Анализировать ситуацию.Работать в парах, группах |
| 12 | Умей сказать НЕТ. | 1 |  |  |  |  Альбомы, карандаши |
| 13 | Как сказать НЕТ. | 1 |  |  |  |  Плакат « нет курению» |
| 14 |  Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь |
| 15 | Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. | 1 |  |  |  |  Компьютер, мультимедийная установка |  |
| 16 | **Помоги себе сам. 1 час**Волевое поведение. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь | - Уметь избегать ситуации пассивного курения.- Понимать, что алкоголизм и наркомании – трудноизлечимые заболевания. Выработать формы поведения, когда рядом находит­ся человек в состоянии алкогольного или наркотического опьяне­ния.- Иметь четкое представление о том, что восприимчивость к наркотическим веществам индивидуальна, и зависимость может возникнуть после первых приемов. |
| 17. | **Злой волшебник – алкоголь. 3 часа**Алкоголь. | 1 |  |  |  | DVD | Бережно относиться к своему здоровью.Рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребленияАнализировать ситуацию. |
| 18 | Алкоголь – ошибка. | 1 |  |  |  |  памятка |
| 19 | Алкоголь – сделай выбор. | 1 |  |  |  | видеоролик | Работать в парах, группах |
| 20 | **Злой волшебник – наркотик. 2 часа**Наркотик. | 1 |  |  |  |  видеоролик | Бережно относиться к своему здоровью. Анализировать ситуацию. |
| 21 | Наркотик – тренинг безопасного поведения. | 1 |  |  |  |  Плакат, DVD |
| 22 | **Мы – одна семья. 2 часа**Мальчишки и девчонки. | 0,5 | 0,5 |  |  |  стихотворение Э. Успенского «Если был бы я девчонкой…»  | осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм здоровье и выработки форм поведения |
| 23 | Моя семья. | 1 |  |  |  |  Рисунки, фото, презентации |
| 24 | **Повторение. 11 часов**Дружба. | 1 |  |  |  |  Стихи и песни по теме | Работать в парах и группах.Принимать участие в ролевой игре.Отгадывать загадки.Инсценировать отрывок из произведения.Оценивать себя и товарища.Анализировать и делать  |
| 25 | День Здоровья. |  | 1 |  |  | Спортивный инвентарь |
| 26 | Умеем ли мы правильно питаться. | 1 |  |  |  | Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». |
| 27 | Я выбираю кашу. | 1 |  |  |  |  рецепты |
| 28 | Чистота и здоровье. | 1 |  |  |  |  загадки |
| 29 | Откуда берутся грязнули. | 1 |  |  |  | Стихотворения Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный…», Э.Успенского «Очень страшная история». |
| 30 | Чистота и порядок. | 1 |  |  |  |  | выводы.Проводить физминутки.- Уметь быть опрятным. Регулярно выполнять гигиенические процедуры.- Уметь обеспечить себе комфортные условия для любой дея­тельности за счет правильного выбора одежды и обуви.- Поддерживать в чистоте предметы своего ежедневного обихо­да |
| 31 | Будем делать хорошо и не будем плохо. | 1 |  |  |  |  презентация |
| 32 | КВН «Наше здоровье».  |  | 1 |  |  |  Мультимедийная установка |
| 33 | Я здоровье берегу – сам себе я помогу. |  | 1 |  |  |  Спортивный инвентарь |
| 34 | Будьте здоровы. |  | 1 |  |  |  Материалы для стенной газеты |  |
|  |