

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Разговор о здоровье»**  
**Уровень:** начального общего образования.  
**Срок освоения:** 4 года (1-4 классы).

## Пояснительная записка

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Программа курса внеурочной деятельности для 1 - 4 классов «Разговор о здоровье» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требования к основной образовательной программе начального общего образования. Внеурочная деятельность увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Разговор о здоровье» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **ЦЕЛЕЙ**:

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

Цели конкретизированы следующими **ЗАДАЧАМИ**:

### 1. **Формирование:**

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

### 1. **Обучение:**

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Программа рассчитана на 4 года, 135 часов. В 1 классе – 33 часа, 2-4 классы по 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут (в 1 классе), по 40 минут во 2 - 4 классах. Программа рассчитана на детей 7-10 лет, реализуется за 4 года.

**1-й год** обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

**2-й год** обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

**3-й год** обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

**4-й год** обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

## Содержание курса "Разговор о здоровье"

### 1 класс (33 часа)

**Друзи 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 боеем(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

**Добрый быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным(2ч)** Учимся думать. Спешим 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.

## **Планируемые результаты реализации курса "Разговор о здоровье".**

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника- это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школа.

Следовательно, выпускник младших классов школы как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдивым, креативным, инициативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

В соответствии с ФГОС начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по оздоровительному направлению «Разговор о здоровье» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике. 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 её 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.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС (33 часа)**

№	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности, формы проведения	Электронные образовательные ресурсы
1	Советы доктора Воды.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

2	Друзья Вода и мыло	1	Творческая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
3	Глаза – главные помощники человека.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4	Подвижные игры	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
5	Чтобы уши слышали.	1	Практическая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
6	Почему болят зубы.	1	Творческое рисование	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
7	Чтобы зубы были здоровыми.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
8	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
9	«Рабочие инструменты» человека.	1	Практическая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
10	Подвижные игры.	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
11	Зачем человеку кожа.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
12	Надёжная защита организма.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
13	Если кожа повреждена.	1	Практическая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

14	Подвижные игры.	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
15	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
16	Здоровая пища для всей семьи.	1	Проведение опыта	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
17	Сон – лучшее лекарство	1	Анализ ситуации	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
18	Как настроение?	1	Тест	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
19	Я пришёл из школы.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
20	Подвижные игры по выбору детей.	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
21	Я – ученик.	1	Творческая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
22	Я – ученик.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
23	Вредные привычки.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
24	Подвижные игры.	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
25	<b>Итоговое занятие</b>	1		<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>



				<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
26	Скелет – наша опора.	1	Практическая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
27	Осанка – стройная спина!	1	Практические упражнения	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
28	Если хочешь быть здоров.	1	Творческая работа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
29	Правила безопасности на воде.	1	Беседа	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
30	Подвижные игры.	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
31	<b>Итоговое занятие</b>	1		<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
32	Весёлые старты.	1	Игры на свежем воздухе	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
33	<b>Итоговое занятие за год</b>	1		<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
2 КЛАСС (34 часа)**

№	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности, формы проведения	Электронные разовательные курсы
1	Разные причины болезней.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2	Признаки некоторых болезней	1	Практическая	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>

			работа	<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
3	Как ваше здоровье?	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4	Организм- сам себе помощник.	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
5	Здоровый образ жизни.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
6	Какие врачи нас лечат.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
7	Инфекции и болезни. Прививки от болезней.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
8	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
9	Как выбрать лекарства.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
10	Домашняя аптечка.	1	Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
11	Лекарственные отравления	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
12	Пищевые отравления.	1	Составление памятки	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
13	Солнце – наш друг?	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
14	На улице дождь и гроза.	1	Конкурс рисунков	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
15	<b>Итоговое занятие</b>	1		<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
16	Правила поведения на улице.	1	Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
17	Вода – наш друг.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
18	Чтобы огонь не причинил вреда.	1	Практическая	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>

			работа	<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
19	Чем опасен электрический ток.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
20	Травмы.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
21	Укусы насекомых.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
22	Про собак и кошек.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
23	Отравление ядовитыми веществами.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
24	Отравление угарным газом. Помочь себе при тепловом ударе.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
25	<b>Итоговое занятие за</b>	1		<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
26	Как уберечься от мороза.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
27	Растяжения и вывихи.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
28	Переломы.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
29	Если ты ушибся или порезался.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало инородное тело.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
31	Если укусила змея.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
32	<b>Итоговое занятие</b>	1		<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
33	Здоровый образ жизни.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

34	<b>Итоговое занятие за год</b>	1		<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
----	--------------------------------	---	--	--

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**3 класс (34 часа)**

№	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности, формы проведения	Электронные образовательные ресурсы
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1	Беседа. Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2	Учимся думать.	1	Беседа. Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
3	Спешите делать добро	1	Игра «Продолжи сказку»	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4	Поможет ли нам обман.	1	Беседа. Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках	1	Чтение рассказа «Косточка», анализ ситуации.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей	1	Беседа. Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1	Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
8	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
9	Как воспитать в себе сдержанность	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
10	Как отучить себя от вредных привычек	1	Конкурс рисунков	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
11	Я принимаю подарок.	1	Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
12	Я дарю подарки.	1	Проект	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

13	Наказание	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
14	Одежда.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
15	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
16	Боль.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
17	Сервировка стола.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
18	Правила поведения за столом.	1	Урок-игра	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
19	Ты идешь в гости	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
20	Как вести себя в транспорте и на улице.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
21	Как вести себя в театре, кино, школе.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
22	Умеем ли мы вежливо обращаться	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
23	Умеем ли мы разговаривать по телефону	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
24	Помоги себе сам.	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
25	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
26	Что такое дружба.	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
27	Кто может считаться настоящим другом.	1	Конкурс стихотв.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
28	Как доставить родителям радость.	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

29	Если кому - нибудь нужна твоя помощь.	1	Анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
30	Спешите делать добро.	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
31	Огонек здоровья	1	Театральная постановка	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
32	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
33	Путешествие в страну здоровья	1	Урок-игра	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
34	<b>Итоговое занятие за год</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**4 класс (34 часа)**

№	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности, формы проведения	Электронные образовательные ресурсы
1	Что такое здоровье?	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2	Что такое эмоции?	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
3	Чувства и поступки	1	Чтение стихотв. Дж.Родари.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4	Стресс.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
5	Учимся думать и действовать.	1	Урок-игра	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
6	Учимся находить причину и последствия событий	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
7	Умей выбирать.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

8	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
9	Я отвечаю за своё решение	1	Беседа, практическая работа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
10	Что мы знаем о курении.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
11	Зависимость.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
12	Умей сказать НЕТ.	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
13	Как сказать НЕТ.	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
14	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
15	<b>Итоговое занятие за 2 четверть</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
16	Волевое поведение.	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
17	Алкоголь.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
18	Алкоголь – ошибка.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
19	Алкоголь – сделай выбор.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
20	Наркотик	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
21	Наркотик – тренинг безопасного поведения	1	Беседа, анализ ситуации	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
22	Мальчишки и девчонки.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
23	Моя семья.	1	Защита рисунков	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>

				<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
24	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
25	День здоровья.	1	Игры и сорев.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
26	Умеем ли мы правильно питаться?	1	Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин»	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
27	Я выбираю кашу.	1	Беседа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
28	Чистота и здоровье.	1	Игры и сорев.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
29	Откуда берутся грязнули?	1	Игра – путешествие	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
30	Чистота и порядок	1	продолжение путешествия).	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
31	<b>Итоговое занятие</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
32	КВН «Наше здоровье»	1	Игры и сорев.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу	1	Практическая работа	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
34	<b>Итоговое занятие за год</b>	1	Тест	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>