

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Тульской области**  
**Комитет по образованию администрации МО г. Новомосковск**  
**МБОУ "СОШ № 12"**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании школьного  
методического  
объединения учителей  
начальных классов  
Протокол  
от «25» августа 2023 года  
№ 4

**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора

\_\_\_\_\_  
Е.А. Шарабанова  
«28» августа 2023 года

**РЕКОМЕНДОВАНО К  
УТВЕРЖДЕНИЮ**

Педагогическим советом

Протокол

от «28» августа 2023 года  
№ 14

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ «СОШ № 12»  
\_\_\_\_\_/Н.В. Марченко/

Приказ  
от «31» августа 2023 года  
№ 154- Д

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**  
**«Азбука здоровья»**  
для обучающихся 1-4 классов

**г. Новомосковск 2023 г**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности "Азбука здоровья" составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ № 12» и реализуется в рамках раздела учебного плана «Внеурочная деятельность».

Программа адресована учащимся 1-4 классов.

На изучение учебного курса «Азбука здоровья» выделяется:

1 класс – 33 часа (1 ч в неделю, 33 учебные недели), 2-4 класс – по 34 часа (1 ч в неделю, 34 учебные недели).

Программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» 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.

## **2. 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.

## **Планируемые результаты реализации курса "Азбука здоровья"**

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.

### **Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне начального общего образования**

<b>Направления воспитания</b>	<b>Целевые ориентиры</b>
Гражданско-патриотическое	Знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине — России, её территории, расположении. Сознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам. Понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины — России, Российского государства. Понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона),

	<p>праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение.</p> <p>Имеющий первоначальные представления о правах и ответственности человека в обществе, гражданских правах и обязанностях.</p> <p>Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в доступной по возрасту социально значимой деятельности.</p>
Духовно-нравственное	<p>Уважающий духовно-нравственную культуру своей семьи, своего народа, семейные ценности с учётом национальной, религиозной принадлежности.</p> <p>Сознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека.</p> <p>Доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь, выражающий неприятие поведения, причиняющего физический и моральный вред другим людям, уважающий старших.</p> <p>Умеющий оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознающий ответственность за свои поступки.</p> <p>Владеющий представлениями о многообразии языкового и культурного пространства России, имеющий первоначальные навыки общения с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <p>Сознающий нравственную и эстетическую ценность литературы, родного языка, русского языка, проявляющий интерес к чтению.</p>
Эстетическое	<p>Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, искусстве, творчестве людей.</p> <p>Проявляющий интерес и уважение к отечественной и мировой художественной культуре.</p> <p>Проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусстве.</p>
Физическое	<p>Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.</p> <p>Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.</p> <p>Ориентированный на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.</p> <p>Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.</p>

Трудовое	<p>Сознающий ценность труда в жизни человека, семьи, общества.</p> <p>Проявляющий уважение к труду, людям труда, бережное отношение к результатам труда, ответственное потребление.</p> <p>Проявляющий интерес к разным профессиям.</p> <p>Участвующий в различных видах доступного по возрасту труда, трудовой деятельности.</p>
Экологическое	<p>Понимающий ценность природы, зависимость жизни людей от природы, влияние людей на природу, окружающую среду.</p> <p>Проявляющий любовь и бережное отношение к природе, неприятие действий, приносящих вред природе, особенно живым существам.</p> <p>Выражающий готовность в своей деятельности придерживаться экологических норм.</p>
Ценности научного познания	<p>Выражающий познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке.</p> <p>Обладающий первоначальными представлениями о природных и социальных объектах, многообразии объектов и явлений природы, связи живой и неживой природы, о науке, научном знании.</p> <p>Имеющий первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания.</p>

**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.

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.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ"**

### **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)

#### **ФОРМЫ РАБОТЫ В ПЕРВОМ КЛАССЕ:**

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины

### **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.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ"**

## 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

### ФОРМЫ РАБОТЫ ВО ВТОРОМ КЛАССЕ:

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия



- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины

### 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.

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ"

#### 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. 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 ковырай 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

#### ФОРМЫ РАБОТЫ В ТРЕТЬЕМ КЛАССЕ:

- ✓ Экскурсии

- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины
- ✓ Дискуссии

## 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.

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ" 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.

#### **ФОРМЫ РАБОТЫ В ЧЕТВЁРТОМ КЛАССЕ:**

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины
- ✓ Дискуссии
- ✓ КВН

**Тематическое планирование с учетом программы воспитания  
Воспитательный аспект**

- Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.
- Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
- Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.

### 1 класс

№	Тема урока	Формы организации	Виды учебной деятельности	ЭОР
1.	Советы доктора Вода	Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это...»	Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
2.	Друзья Вода и Мыло	Игра	Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
3.	Глаза – главные помощники человека	Беседа	Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно –	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			вредно». Правила бережного отношения к зрению.	
4.	Чтобы уши слышали	Беседа	Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
5.	Почему болят зубы?	Игра	Игра «Угадайка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
6.	Чтобы зубы были здоровыми.	Беседа	Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
7.	Как сохранить улыбку красивой.	Беседа.	Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
8.	«Рабочие	Практическая	Разгадывание	<a href="http://school-">http://school-</a>

	инструменты» человека	работа.	загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.	<a href="http://collection.edu.ru/">collection.edu.ru/</a>
9.	Зачем человеку кожа.	Игра	Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
10.	Надежная защита организма	Беседа	Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
11.	Если кожа повреждена.	Беседа	Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
12.	Питание – необходимое условие для жизни человека.	Игра	Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			<p>доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».</p>	
13.	Здоровая пища для всей семьи	Беседа	<p>Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
14.	Сон – лучшее лекарство.	Игра	<p>Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
15.	Как настроение?	Практическая работа	<p>Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов». Тест.</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
16.	Я пришел из школы.	Беседа	<p>Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».	
17-18.	Я – ученик.	Творческая работа	Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
19-20.	Вредные привычки	Беседа	Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
21.	Скелет – наша опора.	Беседа	Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
22.	Осанка – стройная спина!	Беседа	Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.	
23.	Если хочешь быть здоров.	Беседа	Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это...»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
24.	Правила безопасности на воде.	Беседа	Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
25-29.	Обучение плаванию	Беседа	Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
30.	Русская игра «Городки»	Игра	Командные соревнования	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
31.	Подвижные игры	Игра	По выбору учащихся	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
32-33.	Доктора природы (обобщение)	Практическая работа	Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>



## 2 класс

№	Тема урока	Формы организации	Виды учебной деятельности	ЭОР
1	Причины болезни	Игра	Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
2	Признаки болезни	Игра	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
3	Как здоровье?	Беседа	Игра-соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка. Практическая работа «Помоги себе сам».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
4	Как организм помогает себе сам	Беседа	Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умешь ли ты готовить	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».	
5	Здоровый образ жизни.	Игра	Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Мудрые слова доктора Свежий Воздух.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
6	Какие врачи нас лечат	Беседа	Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
7	Инфекционные болезни	Беседа.	Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
8	Прививки от болезней	Практическая работа.	Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка». Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
9	Какие лекарства мы выбираем	Игра	Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.	
10	Домашняя аптечка.	Беседа	Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека...» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
11	Отравление лекарствами	Беседа	Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
12	Пищевые отравления	Игра	Повторение признаков лекарственного отравления. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Составление памятки "Первая помощь при отравлениях".	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
13	Если солнечно и жарко	Беседа	Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			<p>в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед...»</p> <p>Оздоровительная минутка.</p> <p>Признаки солнечного ожога.</p> <p>Практическая работа «Помоги себе сам!»</p>	
14	Если на улице дождь и гроза	Игра	<p>Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы».</p> <p>Правила поведения при грозе.</p> <p>Оздоровительная минутка. Помоги себе сам!</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
15	Опасность в нашем доме	Практическая работа	<p>Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...»</p> <p>Правила безопасного поведения в доме.</p> <p>Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
16	Как вести себя на улице	Беседа	<p>Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Игра «Светофор здоровья».</p> <p>Оздоровительная минутка. Анализ ситуации.</p> <p>Заучивание слов.</p> <p>Правила безопасности поведения в</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			транспорте.	
17	Вода – наш друг.	Творческая работа	Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
18	Чтобы огонь не причинил вреда	Беседа	Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
19	Чем опасен электрический ток	Беседа	Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
20	Травмы.	Беседа	Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			<p>работа в парах).  Оздоровительная минутка.  Заучивание слов.</p>	
21	Укусы насекомых	Беседа	<p>Беседа по теме.  Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь...»  Признаки аллергии. Помоги себе сам.  Оздоровительная минутка.  Словарная работа.  Заучивание слов</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
22	Что мы знаем про собак и кошек	Беседа	<p>Беседа о домашних животных.  Обсуждение стихотворения.  Правила обращения с животными.  Оздоровительная минутка.  Составление правил. Это интересно!</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
23	Отравление ядовитыми веществами	Игра	<p>Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя.  Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья»  Признаки отравления ядовитыми веществами.  Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

24	Отравление угарным газом	Беседа	Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
25	Как помочь себе при тепловом ударе.	Игра	Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
26	Как уберечься от мороза	Практическая работа	Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
27	Растяжение связок и вывих костей	Практическая работа	Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
28	Переломы	Практическая работа	Виды переломов. Знакомство с	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			правилами. Оздоровительная минутка. Практическая работа в парах	
29	Если ты ушибся и порезался	Беседа	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик наколола...» Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Словарная работа. Практическая работа в парах.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало инородное тело	Беседа	Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
31	Укусы змей.	Беседа	Работа в онлайн энциклопедии: Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
32	Расти здоровым	Беседа	Беседа о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
33	Воспитай себя	Беседа	Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>



34	Я выбираю движение	Беседа	Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school- collection.edu.ru/</a>
----	--------------------	--------	--	--

### 3 класс

№	Тема урока	Формы организации	Виды учебной деятельности	ЭОР
1.	Как воспитывать уверенность и бесстрашие	Беседа	Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school- collection.edu.ru/</a>
2.	Кучимся думать	Игра	Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school- collection.edu.ru/</a>
3.	Спешим делать добро	Беседа	Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school- collection.edu.ru/</a>
4.	Поможет ли нам обман	Беседа	Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school- collection.edu.ru/</a>
5.	Неправда, ложь в	Игра	Чтение рассказа Л.	<a href="http://school-">http://school-</a>

	пословицах и поговорках		Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.	<a href="http://collection.edu.ru/">collection.edu.ru/</a>
6.	Надо ли прислушиваться к советам родителей	Беседа	Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
7.	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга	Беседа.	Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
8.	Все ли желания выполнимы	Практическая работа.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
9.	Как воспитать в себе сдержанность	Игра	Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			пословиц.	
10.	Как отучить себя от вредных привычек	Беседа	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятия...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
11.	Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)	Беседа	Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если ты пришел на елку...» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
12.	Я принимаю подарок	Игра	Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э. Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г. Остера «Если друг на день рождения...». Ввод понятия «эмоция» и его	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			<p>происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».</p>	
13.	Я дарю подарки	Беседа	<p>Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковой «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
14.	Наказание.	Игра	<p>Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э Мошковой «Смотрите, в каком я платице!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
15.	Одежда	Практическая работа	<p>Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».</p>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
16.	Ответственное	Беседа	Разгадывание	<a href="http://school-">http://school-</a>

	поведение		кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».	<a href="http://collection.edu.ru/">collection.edu.ru/</a>
17.	Боль	Творческая работа	Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
18.	Сервировка стола	Беседа	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка...» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя...»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
19.	Правила поведения за столом	Беседа	Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходиться...»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
20.	Ты идешь в гости	Беседа	Беседа по теме. Составление памятки «О правилах	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».	
21.	Как вести себя в транспорте и на улице	Беседа	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
22.	Как вести себя в театре, кино, школе	Беседа	Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
23.	Умеем ли мы вежливо общаться	Беседа	Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
24.	Умеем ли мы разговаривать по телефону	Игра	Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший...» Игра «Закончи предложения».	
25.	Помоги себе сам	Игра	Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
26.	Умей организовать свой досуг	Практическая работа	Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
27.	Что такое дружба	Беседа	Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шальгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			тех, кого приручил...»	
28.	Кто может считаться настоящим другом	Беседа	Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих...» Игра «Комплимент».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
29.	Как доставить родителям радость	Игра	Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благиной «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
30.	Если кому-нибудь нужна твоя помощь	Игра	Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
31.	«Спешите делать добро»	Практическая работа	Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>



			здоров!» Работа над пословицами о здоровье.	
32.	Огонек здоровья	Беседа	Игра-путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
33.	Путешествие в страну здоровья	Беседа	Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
34.	Культура здорового образа жизни (урок-соревнование)	Беседа	Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

## 4 класс

№	Тема урока	Формы организации	Виды учебной деятельности	ЭОР
1	Что такое здоровье	Игра	Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это...»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
2	Что такое эмоции	Игра	Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
3	Чувства и поступки	Беседа	Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
4	Стресс	Беседа	Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
5	Учимся думать и действовать	Игра	Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
6	Учимся находить причину и последствия событий	Беседа	Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что?»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			Зачем? Как?»	
7	Умей выбирать	Беседа.	Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
8	Принимаю решение	Практическая работа.	Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
9	Я отвечаю за свое решение	Игра	Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
10	Что мы знаем о курении	Беседа	Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
11	Зависимость	Беседа	Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
12	Умей сказать «нет»	Игра	Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
13	Как сказать «Нет»	Беседа	Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг.	
14	Почему вредной привычке ты скажешь «НЕТ»	Игра	Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете...» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
15	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	Практическая работа	Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
16	Волевое поведение.	Беседа	Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
17	Алкоголь	Творческая работа	Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
18	Алкоголь - ошибка	Беседа	Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ». Оздоровительная минутка. Это полезно помнить! Психологический тренинг.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

19	Алкоголь – сделай выбор	Беседа	Беседа по теме. Игра «Список проблем». Оздоровительная минутка. Творческая работа с деревом решений. Психологический тренинг.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
20	Наркотик	Беседа	Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
21	Наркотик – тренинг безопасного поведения	Беседа	Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
22	Мальчишки и девчонки	Беседа	Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если бы я девчонкой...» Творческая работа.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
23	Моя семья	Игра	Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
24	Дружба	Беседа	Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
25	День здоровья	Игра	Открытие праздника. Игры и соревнования.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

26	Умеем ли мы правильно питаться	Практическая работа	Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
27	Я выбираю кашу	Практическая работа	Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
28	Чистота и здоровье	Практическая работа	Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
29	Откуда берутся грязнули (игра-путешествие)	Беседа	Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный...», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
30	Чистота и порядок	Беседа	Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
31	Будем делать хорошо и не будем плохо	Беседа	Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

			больше знает?» Это интересно! Чтении и анализ стихотворений.	
32	КВН «Наше здоровье»	Беседа	КВН «Наше здоровье»)	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу	Беседа	Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник)	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
34	Будьте здоровы!	Беседа	Будем здоровы.	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>

**Литература, использованная при подготовке программы**

- 1 Евдокимова Т.А., Клубкова Е.Ю., Дидур М.Д. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма. Методическое руководство для специалистов ЛФК и фитнес-центров. СПб, 2000.
- 2 Ермакова И.А. Психологические игры и упражнения. СПб: КОРОНА-принт, 2006.
- 3 Ермакова И.А. Развивающие игры и упражнения. СПб: КОРОНА-принт, 2006.
- 4 Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Укрепление организма. СПб: Детство-пресс, 2000.
- 5 Иванов М.С. Лечебная физкультура при заболеваниях в детском возрасте. М., 1975.
- 6 Красикова И.С. Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение. Корона принт, СПб, 2003.
- 7 Лаптев А.К. Тайна пирамиды здоровья. СПб: РЕТРОС, 1998.
- 8 Никитин С.Е., Тришин Т.В. Здоровье и красота вашей осанки. М.: Сов.Спорт, 2002.
- 9 Обухова Л.А, Лемякина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников. Методическое пособие. М.: ТЦ Сфера, 1999.
- 10 Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей. М., СПб: АСТ, Сова, 2005.
- 11 Останко Л.В. Сто веселых упражнений для детей. СПб: Корона принт, 2005.
- 12 Потанчук А.А., Спирина И.Ю. Осанка детей. СПб: Комета, 1994.
- 13 Соколов П.П. Физкультура против недуга. Гипотонию можно одолеть. М.: Сов. Спорт, 1989.
- 14 Смирнов И. Восстановление и профилактика зрения у детей и взрослых. М.: Центрполиграф, 2004.
- 15 Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: Аркти, 2003.
- 16 Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет. Ярославль: Академия Развития, 2003.
- 17 Трищак Е. Энциклопедия массажа от А до Я. М.: Ринол, 2003.
- 18 Хухлаева О.В. Лесенка радости. Коррекция негативных личностных отклонений в дошкольном и младшем школьном возрасте. Методическое пособие для психологов детского сада и начальной школы. М., 1998.
- 19 Энциклопедический справочник. Здоровье детей. М.: Русское энциклопедическое товарищество, 2004.

### **Источники, используемые для подготовки и проведения занятий**

- 1.Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.
- Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.
- 2.Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
- 4.Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2001.
- 5.Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
- 6.Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. - М.: 2004.
- 7 Ковалько, В.И. Школа физкультминутки (1-11 классы): Практические разработки физкультминутки, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.



8. Гостюшин А.В. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
9. Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- СПб.,-1997., Уроки Мойдодыра.- СПб.,-1996., Твои первые уроки здоровья – СПб., 1995.
10. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.
11. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.- М., 2002.
12. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья.- СПб., 1995.
13. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. – СПб., 1997
14. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников/ Под ред. М.М.Безруких - СПб., 1999.
15. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
16. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися . Мн.: «Тесей», 1998.
17. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь- М.,1997
18. Татарникова Л.Г. , ЗахаревичН.Б., Калинина Т.Н. Валеология. Основы безопасности ребёнка – СПб., 1997
19. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям. - М., 1996.
20. Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 1986.
21. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский – М., 1980
- 22 Обухова «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы».-М., ВАКО 2007г.

### *Материально-техническое обеспечение*

<i>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</i>	<i>Информационно-коммуникационные средства</i>
1. Персональный компьютер 2. Мультимедийный проектор Доска магнитно-маркерная антибликовым покрытием	Цифровые образовательные ресурсы <a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>