

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Троицкая средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена на заседании  
методического  
объединения, протокол № 1  
от « 28 » августа 2024г

Согласовано:  
Зам. директора по ВР  
\_\_\_\_\_ Рудая В.А /  
« 30 » августа 2024г.

Утверждаю:  
Директор МОУ «Троицкая  
СОШ»  
\_\_\_\_\_ /Рудой Андрей Андреевич  
Приказ № 80 «30» августа 2024г.

Рабочая программа  
по внеурочной деятельности «Школа Здоровейки»  
в 1-4(общеобразовательных) классах  
на 2024—2025 учебный год.

Составила: Мигусева Наталья Николаевна, учитель начальных классов

2024год

## 1. Пояснительная записка

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

Данная программа определяет содержание и организацию внеурочной деятельности и направлена на формирование у ребёнка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков учащихся по гигиенической культуре.

Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьёзную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад.

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа Здоровейки направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа Здоровейки » 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.

*Нормативно-правовой и документальной базой* программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

➤ СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;

➤ Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.

➤ О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);

➤ Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа Здоровейки» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Отличительные особенности данной программы. Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий. Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка. Содержания занятий наполнены сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Наряду с теоретическим материалом ученикам предлагаются практические рекомендации, игры и упражнения, тренинги. Один из разделов посвящен профилактике заболеваний у детей младшего школьного возраста и оказанию доврачебной помощи.

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

➤ формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

➤ развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

➤ обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

**Формирование:**

➤ представлений о: факторах, оказывающих влияние на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;

➤ навыков гигиенического поведения, конструктивного общения;

потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

**Обучение:**

➤ осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;

- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- правилам безопасного поведения на воде, обращение с огнем; поведения в школе, на улице, в доме;
- правилам пользования электрическими приборами;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа Здоровейки » носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, русский язык, технология, изобразительное искусство, физическая культура.

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровье и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа Здоровейки » предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 20-25 минут.

Занятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 4 класс -34 часа в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

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

Форма и режим занятий:

#### **Форма обучения**

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

по месту проведения: школьная (в классе, в библиотеке, в столовой, в медицинском кабинете), внешкольная (домашняя самостоятельная работа, экскурсии).

*Режим занятий* – 1 час в неделю/ 33-34 часов в год.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование *форм и методов обучения*, адекватных возрастным возможностям младшего школьника. Предполагается обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения. В занятия включены задания: игровые ситуации; оздоровительные минутки; советы для учащихся.

Для реализации программы предлагаются следующие **методы: наглядный, словесный, практический.**

*Наглядный метод:* просмотр фильмов, слайдов, презентаций; экскурсии; наблюдения; целевые прогулки.

*Словесный метод:* чтение стихотворений; беседы с элементами диалога, обобщающих рассказов; ответы на вопросы педагога, детей; сообщение дополнительного материала;

рассматривание наглядного материала; рассказы детей по схемам, иллюстрациям, моделирования сказок; разбор житейских ситуаций; проведение викторин, конкурсов, тематических вечеров.

*Практический метод:* проведение игр ( дидактические, подвижные, малоподвижные, инсценировки и др.); постановка праздничных концертов, конкурсов, викторин; проведение экскурсии различной направленности; организация вечеров с родителями, для родителей;

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения, а также обеспечение и поддержка состояния экологической комфортности среды школьных помещений, в которых дети проводят значительную часть дня.

Для реализации программы «Школа Здоровейки» необходима материально-техническая база:

*1. Учебные пособия:*

➤ натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,)солнце, вода, аптечка, строение глаза, виды грибы, зубные щетки, и др.;

➤ изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.;

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа Здоровейки »» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

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.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

**личностными результатами** программы внеурочной деятельности по здоровому образу жизни является формирование следующих умений:

➤ установка на здоровый образ жизни;

➤ определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

➤ в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога.

**метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по здоровому образу жизни «ШколаЗдоровейки »» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий при выполнении простейших упражнений для укрепления здоровья;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь работать по предложенному учителем плану;
- осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;
- овладеть навыками самостоятельной организации безопасной деятельности;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса, группы.

**Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

**Коммуникативные УУД:**

- выполнять правила общения с людьми;
- жить с друзьями в мире и согласии;
- выполнять свои обязанности в семье; заботиться о здоровье своей семьи;
- применять советы докторов Природы в жизни; применять правила поведения в разных жизненных ситуациях;
- умение донести свою позицию до других;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

**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, произойдёт уменьшение пропусков по причине болезни и произойдёт 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 всём его проявлениях.

#### **Предполагаемый результат:**

1. Результатом практической деятельности по программе «Школа докторов Природы» можно считать следующее:

- высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни;
- повышение активности учащихся в мероприятиях школы, класса.

2. Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий своё место и предназначение в жизни выпускник начальной школы.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «порт

### **Содержание программы.**

#### **1 класс**

##### **Тема 1. Признаки здоровья.**

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

##### **Тема 2. Забота о здоровье.**

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

##### **Тема 3. Здоровье и болезни.**

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

##### **Тема 4. Ты растёшь.**

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

##### **Тема 5. Режим дня.**

Рассказ учителя. Работа по картинкам. Работа в тетради. Беседа.

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

##### **Тема 6. Твоё рабочее место.**

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

Советы «Твоё рабочее место».

**Тема 7. Твоя осанка.** Беседа. «Правильная осанка». Комплекс упражнений для правильной осанки. Работа в тетради. Правила для поддержания правильной осанки.

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

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

**Тема 9. Уход за телом и волосами.**

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

**Тема 10. Уход за зубами.**

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

**Тема 11. Уход за глазами.**

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

**Тема 12. Уход за ушами и носом.**

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

**Тема 13. Здоровье и питание.**

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

**Тема 14. Движение и здоровье.**

Беседа по теме. Работа по картинкам. Подвижные игры и забавы. Спортивные игры. Работа в тетради.

**Тема 15. Как закаляться.**

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

**Тема 16. Цени жизнь и здоровье.**

Беседа «Окружающая среда». Работа по картинкам. Продолжи предложения. Рассказ детей «Мои любимые игрушки». Чтение и обсуждение стихотворения А. Л. Барто «Ссора». Работа в тетради.

**Тема 17. Твои права. Кто может тебе помочь.**

Беседа по теме. Работа по картинкам. Игра «Разрешается – запрещается». Работа в тетради.

**Тема 18. Семья и здоровье.**

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

**Тема 19. Твои друзья.**

Беседа по теме, по картинкам. Работа в тетради. Песня «Дружба».

**Тема 20. Один дома.**

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

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

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

**Тема 22. Безопасность в лифте.**

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

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

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

**Тема 24. Безопасность в школе.**

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

**Тема 25. Если ты заблудился.**

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

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

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

**Тема 27. Ты – пассажир.**

Рассказ учителя. Беседа по картинкам. Правила пользования общественным транспортом. Работа в тетради.

**Тема 28. Безопасный отдых.**

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

**Тема 29. Настроение и здоровье.**

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

**Тема 30. Правила общения.**

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

**Тема31. Береги и укрепляй здоровье».**

Пословицы. Чтение и обсуждение сказки «Умей подождать». Советы на лето. Работа в тетради.

**2класс**

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

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

### **Тема 2.Твоё тело.**

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

### **Тема 3. Здоровье и болезни.**

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

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

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

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

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

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

Представление об особенностях кожи, о гигиене тела ( кожи, рук, ногтей, ушей, волос...) Сказка про девочку Машу и бабушку Гигиену. Сказка о микробах. Пословицы: Чистота – залог здоровья. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Болезнь с грязью дружат. Вода всё очищает. Мыло серое, а моет бело. Стихотворение «Вредные советы». Беседа «Органы слуха». Советы «Уход за органами слуха». Стихотворение «Как у нашей Любы». С.Я Маршак. Практическая работа «Чистка зубов».Разучивание стихотворения «Как поел, почисти зубки». Правила ухода за кожей. Практическая работа «Обработка раны, ожога». Статья «Уход за телом». Работа в тетрадах. Тест «Гигиена школьника».

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

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

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

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

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

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

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

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

**Тема 11. Выбор друзей, умение дружить и общаться в классе и в семье. Дружба мальчиков и девочек.**

Культура общения дома, в школе, общественных местах.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Игра «Да – нет». Беседа (курение, алкоголь, наркотики, гигиена). Работа в парах (составление списка полезных привычек). Работа в тетрадях.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Тема 31. Купание в водоёмах.**

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

**Тема 32. Безопасность зимних развлечений.**

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

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

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

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

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

3 класс

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

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

### **Тема 2. Здоровый образ жизни.**

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

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

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

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

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

### **Тема 5. Выбор пищи и блюд.**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Загадки. Головоломка («Солнце, воздух и вода – твои лучшие друзья»). Рассказ учителя с элементами беседы. Стихотворение «Митенька» ( из народного). Факторы, способствующие сохранению здоровья. Работа в тетради. Практическая работа ( в группах) составление правил закаливания. Работа по рисункам – кто ведёт здоровый образ жизни (курение, употребление алкоголя, спорт, работа, закаливание, употребление наркотиков.) Дидактическая игра «Какое растение лишнее?» Работа в тетради.

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

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

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

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

#### **Тема 12. Правила личной гигиены**

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

#### **Тема 13. Здоровье, радость, жизнь и счастье – в ваших руках.)**

Головоломка (Здоровье, радость, жизнь и счастье – в ваших руках.) Игра «Кто больше?» Пресс – конференция, моделирование ситуаций (в группах); Рассказ «Шарик в окне». Составление плакатов, обсуждение.

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

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

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

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

#### **Тема 16. Безопасность дома.**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Работа в группах «В какие игры можно играть на переменах в классе, в коридоре. Ребус «Дружба». Работа с пословицами, Слушание и обсуждение рассказа «Два товарища». Обсуждение ситуации. Рассказ учителя с элементами беседы. Дидактическая игра «Преграда».

Ролевая игра (придумывание, составление и инсценирование конфликтных ситуаций). Работа в тетради. Разрешение конфликтов. Работа с карточкой.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Тема 28. Природные стихийные бедствия.**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Содержание программы «Школа Здоровейки» 4 класс**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

#### **Тема 7. Продукты питания.**

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

#### **Тема 8. Закаливание.**

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

#### **Тема 9. Самостоятельная работа с карточками.**( Продукты питания.)

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

Игра «выбери и запомни». Самостоятельная работа с карточками.

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

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

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

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

#### **Тема 12. Отношения между людьми.**

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

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

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

#### **Тема 14. Способы проявления эмоций.**

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

#### **Тема 15. Человек и личность.**

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

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

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

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

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

**Тема 18. Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье. Умей сказать «нет!»** Дидактическая игра «Дополните предложение». Фронтальный опрос. Рассказ учителя. Решение ситуативной задачи с дальнейшим обсуждением. Чтение статьи «Влияние курения, алкоголя и наркотиков. Работа в тетради.

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

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

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

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

**Тема 21. Предупреждение бытового травматизма.**

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

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

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

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

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

**Тема 24. Личная безопасность.** Фронтальная работа. Решение ситуативных задач. С дальнейшим обсуждением. Составление правил личной безопасности. Работа в группах. Проведение тестирования. Чтение статьи «Твоя безопасность». Работа в тетради.

**Тема 25. Безопасный отдых зимой.**

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

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

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

**Тема 27. Виды перекрёстков.** Работа в тетради. Беседа. Рассказ учителя. Викторина. Чтение статьи «Виды перекрёстков».

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

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

**Тема 29. Тормозной путь автомобиля.** Дидактическая игра «Кто вернее и быстрее?» Рассказ учителя с элементами беседы. Решение ситуативных задач. Работа в тетради. Чтение статьи «Пешеход и машина».

**Тема 30. Водители предупреждают. Специальные машины.** Решение ситуативной задачи. Рассказ учителя. Беседа. Работа в тетради. Практическая работа в тетради. Чтение статьи «Водители предупреждают», «Специальные машины».

**Тема 31. Безопасность велосипедиста.** Беседа. Загадка. Рассказ учителя. Работа в тетради. Дидактическая игра «Можно – нельзя». Составление правил езды на велосипеде. Практическая работа с карточками. Решение ситуативных задач. Беседа. Чтение статьи «Безопасность велосипедиста».

**Тема 32. Аварии на предприятиях.** Рассказ учителя. Практическая работа по карточкам. Работа в тетради. Беседа. Чтение статьи «Чрезвычайные ситуации».

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

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

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

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

#### Тематическое планирование 1кл

	Тема	Количество часов
1	Советы доктора Воды	1
2	Друзья Вода и Мыло	1
3	Глаза - главные помощники человека	1
4	Чтобы уши слышали	1
5	Почему болят зубы	1
6	Как сохранить улыбку здоровой	1
7	«Рабочие инструменты» человека	1
8	Как настроение?	1
9	2 четверть. Зачем человеку кожа	1
10	Если кожа повреждена	1
11	Питание - необходимое условие для жизни человека	1
12	Здоровая пища для всей семьи	1
13	Сон - лучшее лекарство	1
14	Я пришел из школы	1
15	Я – ученик	1

16	Я – ученик	1
17	3 четверть. Вредные привычки	1
18	Вредные привычки	1
19	Скелет - наша опора	1
20	Осанка - стройная спина!	1
21	Если хочешь быть здоров	1
22	Правила безопасности на воде	1
23	Делать добро спешу	1
24	Доброму всё здорово	1
25	Чем сердиться, лучше помириться	1
26	Какой Я, какие другие	1
27	4 четверть. Какой Я, какие другие	1
28	Русская игра «Городки»	1
29	Народные игры	1
30	Подвижные игры в помещении	1
31	Подвижные игры на улице	1
32	Доктора природы	1
33	Обобщающий	1
		33

#### Тематическое планирование 2 кл

	Тема	Количество часов
1	1 четверть. Причина болезни	
2	Признаки болезни	
3	Как здоровье?	
4	Как организм помогает себе сам?	
5	Здоровый образ жизни	
6	Какие врачи нас лечат	
7	Инфекционные болезни	
8	Прививки от болезней	
9	2 четверть. Какие лекарства мы выбираем.	
10	Домашняя аптечка	

11	Отравление лекарствами	
12	Пищевые отравления	
13	Если солнечно и жарко	
14	Если на улице дождь и гроза	
15	Опасность в нашем доме	
16	Как вести себя на улице	
17	3 четверть. Вода - наш друг	
18	Чтобы огонь не причинил вреда	
19	Чем опасен электрический ток?	
20	Травма	
21	Укусы насекомых	
22	Чтобы мы знаем о собаках и кошках?	
23	Отравление ядовитыми веществами	
24	Отравление угарным газом	
25	Как помочь себе при тепловом ударе	
26	Если ты обморозился	
27	Растяжение связок и вывих костей	
28	Переломы	
29	Если ты ушибся или порезался	
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попал посторонний предмет	
31	Укус змеи	
32	Расти здоровым	
33	Воспитавай себя	
4	Я выбираю движение	

**Тематическое планирование 3 класс**

№ урока	Тема урока	Количество часов
<b>Здоровье человека 8ч</b>		
1	Здоровье человека. Показатели здоровья.	1
2	Здоровый образ жизни.	1
3	Трудоспособность ученика. Активный отдых.	1
4	Практическая работа. Составление правил отдыха на природе, возле школы, во дворе.	1
5	Выбор пищи и блюд. Культура питания.	1
6	Практическая работа. Изучение маркировки пищевых продуктов.	1
7	Полезные и вредные микробы. Профилактика инфекционных болезней.	1
8	Практическая работа. Моделирование поведения во время эпидемии гриппа.	1
<b>Естественные факторы здоровья 7ч</b>		
9	Естественные факторы здоровья.	1
10	Семья как фактор здоровья.	1
11	Сюжетно – ролевая игра «Родители и дети».	1
12	Отношение к ВИЧ – положительным людям.	1
13	Практическая работа. Моделирование ситуаций общения с ВИЧ – положительными людьми.	1
14	Полезные и вредные привычки. Влияние курения и употребления алкоголя на здоровье ребёнка.	1
15	Права ребёнка на здоровье в семье и обществе.	1
<b>Безопасность 12чч</b>		
16	Безопасность дома.	1
17	Правила безопасного пользования электроприборами и источниками открытого огня.	1
18	Вызываем службы 01, 02, 03, 04».	1
19	Правила противопожарной безопасности. Ситуационная игра «Действия во время пожара».	1
20	Безопасность в школе. Правила поведения.	1
21	Безопасность в школе. Что такое конфликт? Практическая работа. Предотвращение конфликтов и их разрешение.	1
22	Моделирование различных ситуаций в школе.	1
23	Безопасность пешеходов, пассажиров.	1
24	Безопасность в населённом пункте, в природной среде, во время отдыха.	1
25	Ознакомление с дорожными знаками	1
26	Учимся безопасно переходить дорогу.	1

27	Моделирование поведения с незнакомыми людьми.	1
<b>Стихийные бедствия 7ч</b>		
28	Природные стихийные бедствия.	1
29	Практическая работа. Моделирование ситуации «Встреча с незнакомым животным».	1
30	Поведение, привычки и здоровье. Практическая работа «Тренировка внимания и памяти».	1
31	Общение в семье и с одноклассниками.	1
32	Правда и кривда. Творчество и здоровье.	1
33	Народные традиции здорового образа жизни.	1
34	Практическая работа. Народные игры и забавы.	1

#### Тематическое планирование 4 класс

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Возрастные изменения организма ребёнка.	
2	Составные части здоровья. Гуманное отношение к людям, которые имеют проблемы со здоровьем.	1
3	Забота о здоровье. Физическая составляющая здоровья. Показатели физического развития человека.	1
4	Физическая активность ученика. Влияние двигательной активности на развитие дыхательной системы, работоспособность и состояние здоровья.	1
5	Осанка и форма стопы. Их влияние на здоровье человека.	1
6	Гигиена полости рта. Правила ухода за ротовой полостью.	1
7	Продукты питания.	1
8	Закаливание.	1
9	Пути заражения ВИЧ.	1
10	Здоровье – главное богатство.	
11	Семья – ячейка сохранения и укрепления здоровья в обществе.	1
12	Отношения между людьми.	1
13	Поведение на улице и в общественных местах. Знакомство с людьми.	1
14	Способы проявления эмоций.	1
15	Человек и личность.	1
16	Положительные и отрицательные эмоции, их значение для сохранения и укрепления здоровья. Умение	1

	контролировать эмоции.	
17	Влияние желания и поступков на ваше здоровье. Осознанный выбор между «хочу», «могу» и «должен». Воля человека.	1
18	Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье. Умей сказать «нет!»	
19	Ценность и неповторимость жизни.	1
20	Ты один дома. Безопасность дома.	1
21	Предупреждение бытового травматизма.	1
22	Правила поведения во время пожара.	1
23	Безопасность во время массовых мероприятий.	1
24	Личная безопасность.	1
25	Безопасный отдых зимой.	1
26	Сигналы регулировщика. Транспортные светофоры.	1
27	Виды перекрёстков.	1
28	Площадь. Переход дороги с домашними животными. Ремонт дороги. Дорожные знаки.	1
29	Тормозной путь автомобиля.	1
30	Водители предупреждают. Специальные машины.	1
31	Безопасность велосипедиста.	
32	Аварии на предприятиях.	1
33	Чрезвычайные ситуации. Порядок действий в чрезвычайных ситуациях.	1
34	Повторение материала, изученного за год.	1

### Методическое обеспечение образовательного процесса

1 класс

№ П/п	Темы	Форма занятий	Методические Приёмы	Дидактический материал	Форма подведения итогов
1	Дружи с водой	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказ</li> <li>• Беседа</li> <li>• Игра</li> <li>• Сказка</li> </ul>	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, заучивание слов «от простой воды и мыла у микробов тают силы», анализ сказки <u>Наглядные:</u> демонстрация, «сказка о микробах» <u>Практические:</u> анализ игровой ситуации, стадии мытья и вытирания рук, оздорови-	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Советы доктора воды</li> <li>• «сказка о микробах»</li> <li>• Плакат «стадии мытья и вытирания рук»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Составление памятки «стадии мытья и вытирания рук»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

			тельная минутка		
2	Забота о глазах	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Опыт</li> <li>• Игра</li> <li>• Наблюдение за опытом</li> <li>• Заучивание слов</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов «я здоровье сберегу, сам себе я помогу»</p> <p><u>Наглядные:</u> наблюдение опыта</p> <p><u>Практические:</u> игра «полезно-вредно», оздоровительная минутка «гимнастика для глаз»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила бережного отношения к зрению</li> <li>• Правила «если вы носите очки»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «полезно-вредно»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Правила</li> </ul>
3	Уход за ушами	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Опыт</li> <li>• Наблюдение</li> <li>• Рассказ</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ</p> <p><u>Наглядные:</u> наблюдение опыта, наблюдение Самомассажа ушей</p> <p><u>Практические:</u> проведение опыта, оздоровительная минутка «самомассаж ушей»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Памятка «как сберечь органы слуха»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Памятки</li> </ul>
4	Уход за зубами	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игра</li> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Рисование</li> <li>• Практикум</li> <li>• Рассказ</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, разучивание стихотворения</p> <p><u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «как у нашей любви...», стихотворение «как поел, почистил зубки...»</p> <p><u>Практические:</u> рисование, практикум «чистка зубов», упражнения, оздоровительная минутка «держи осанку», «сотвори солнце в себе»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с. Михалкова «как у нашей любви...»</li> <li>• Стихотворение «как поел, почистил зубки...»</li> <li>• Это полезно запомнить</li> <li>• Экетки от продуктов</li> <li>• Плакат «чистка зубов»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ игра «угадайка»</li> <li>✓ Конкурс рисунков «зуб-замок»</li> <li>✓ Тест «найди правильный ответ»</li> <li>✓ Это полезно запомнить</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

5	Уход за руками и ногами	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Игра-соревнование</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> наблюдение <u>Практические:</u> упражнения, игра-соревнование, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Это полезно знать! (плоскостопие)</li> <li>• Пословицы и поговорки о пользе рук и ног</li> <li>• Правило «уход за ногтями»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ игра-соревнование «кто больше?»</li> <li>✓ Это полезно знать (плоскостопие)!</li> <li>✓ Правило «уход за ногтями»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
6	Забота о коже	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Игра</li> <li>• Опыт</li> <li>• Практикум</li> <li>• Наблюдение</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ <u>Наглядные:</u> наблюдение, плакат «кожа» <u>Практические:</u> проведение опыта, игра, упражнения, этюд, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правило «уход за кожей»</li> <li>• Схема «значение кожи»</li> <li>• Плакат «строение кожи»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «угадайка»</li> <li>✓ Игра «выбери ответ»</li> <li>✓ Игра «можно или нельзя»</li> <li>✓ Опрос «как оказать первую помощь?»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
7	Как следует питаться	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Экскурсия</li> <li>• Практикум</li> <li>• Сказка</li> <li>• Игра</li> <li>• Опыт</li> </ul>	<u>Словесные:</u> заучивание слов «рано утром просыпайся...», беседа по теме, продолжение сказки <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «про девочку, которая плохо кушала», наблюдение <u>Практические:</u> упражнения, игра, опыт, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение «рано утром просыпайся...»</li> <li>• Сказка</li> <li>• Стихотворение с. Михалкова «про девочку, которая плохо кушала»</li> <li>• Советы доктора здоровая пища</li> <li>• Золотые правила питания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Повторение правил здоровья</li> <li>✓ Игра «угадайка»</li> <li>✓ Игра «что разрушает здоровье, что укрепляет?»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
8	Как сделать	<u>Комбинирован-</u>	<u>Словесные:</u> беседа, анализ стихотворения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «можно-нельзя»</li> </ul>

	сон полезным?	<u>ные занятия:</u> • Беседа • Игра • Анализ стихотворения	<u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «не спать», плакат «режим дня школьника» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка	Михалкова «не спать» • Плакат «режим дня школьника»	✓ Игра «юный кулинар» ✓ Игра «плохо-хорошо» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Вывод
9	Настроение в школе	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Практикум • Анкетирование	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> наблюдение <u>Практические:</u> упражнения по теме, оздоровительная минутка	• Анкета «в школе» • Анкета «моё отношение к учёбе»	✓ Анкета «в школе» ✓ Анкета «моё отношение к учёбе» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Вывод
10	Настроение после школы	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Драматизация • Анкетирование • Работа с поговорками • Игра	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, <u>Наглядные:</u> демонстрация и наблюдение сценки <u>Практические:</u> выполнение заданий, игра, тест, рисование, анкетирование, оздоровительная минутка	• Анкета «любишь - не любишь» • Пословицы о людской красоте	✓ Анкета «любишь - не любишь» ✓ Игра «закончи рассказ» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Вывод
11	Поведение в школе	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Игра • Анализ ситуации	<u>Словесные:</u> беседа, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение б. Заходера «перемена», рассказ «федя на перемене», рассказ м. Куниной «в гардеробе» <u>Практические:</u> оздоровительная минутка, игра	• Правила ученика • Стихотворение б. Заходера «перемена» • Рассказ «федя на перемене» • Рассказ м. Куниной «в гардеробе» • Рассказ «в столовой»	✓ Игра «какой ты ученик» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Вывод
12	Вредные привычки	<u>Комбинированные занятия:</u>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, рассказ, заучивание слов	• Это нужно запомнить (о вреде курения)	✓ Игра «да - нет» ✓ Это нужно запомнить

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Игра</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Драматизация</li> </ul>	<p><u>Наглядные:</u> демонстрация и наблюдение сценки</p> <p><u>Практические:</u> решение задач, оздоровительная минутка, разыгрывание ситуации</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
13	Мышцы, кости и суставы	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации</p> <p><u>Наглядные:</u> плакат «скелет человека»,</p> <p><u>Практические:</u> упражнения по теме, оздоровительная минутка</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Плакаты «скелет, мышцы человека»</li> <li>• Правила для поддержания правильной осанки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Опрос «если случилось несчастье»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
14	Как закаляться. Обтирание и обливание	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Объяснение</li> <li>• Конкурс рисунков</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме, объяснение</p> <p><u>Наглядные:</u> выставка рисунков</p> <p><u>Практические:</u> рисунки по теме, выполнение заданий, оздоровительная минутка</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила закаливания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Классная выставка рисунков «мы дружим с физкультурой и спортом»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
15	Как правильно вести себя на воде	<p><u>Урок-беседа</u></p>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме</p> <p><u>Наглядные:</u> плакаты по теме</p> <p><u>Практические:</u> выполнение заданий, оздоровительная минутка</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила поведения на воде</li> <li>• Плакаты «правила поведения на воде»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
16	Чтобы душа была здорова	<p><u>Уроки-тренинги</u></p>	<p><u>Словесные:</u> объяснение, беседа по теме</p> <p><u>Наглядные:</u> карточки «эмоции»</p> <p><u>Практические:</u> тренинг, упражнения, этюды</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Карточки «эмоции»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
17	Народные игры	<p><u>Урок-соревнование</u></p>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме</p> <p><u>Наглядные:</u> разучивание игры «городки»</p> <p><u>Практические:</u> игра «городки»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Атрибуты к игре «городки»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
18	Подвижные	<p><u>Урок-соревнование</u></p>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Атрибуты к</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной</li> </ul>

	игры	<u>ние</u>	<u>Наглядные:</u> разучивание подвижных игр <u>Практические:</u> подвижные игры	подвижным играм	теме ✓ Вывод
19	Доктора природы (обобщающий)	<u>Урок-обобщение</u>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуаций, работа с пословицами, заучивание слов <u>Наглядные:</u> рисунки любимых детских персонажей <u>Практические:</u> дидактические игры, подвижные игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисунки любимых детских персонажей</li> <li>• Правила здоровья</li> <li>• Атрибуты к подвижным играм</li> <li>• Стихотворение «ты должен знать своё тело...»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «хорошо - плохо»</li> <li>✓ Правила здоровья</li> <li>✓ рисунки детей «любимые герои книг»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

2 класс

№ П/п	Темы	Форма занятий	Методические приёмы	Дидактический материал	Форма подведения итогов
1	Почему мы болеем	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказ</li> <li>• Беседа</li> <li>• Игра-соревнование</li> <li>• Тест</li> </ul>	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме <u>Наглядные:</u> <u>Практические:</u> упражнения по теме, игра-соревнование, тест, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Карточки с тестом «твоё здоровье»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ игра-соревнование «кто больше?»</li> <li>✓ Тест «твоё здоровье»</li> <li>✓ Беседа «как надо заботиться о своём здоровье»</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
2	Кто и как предохраняет нас от болезней	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Тест</li> <li>• Работа со стихотворением</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> плакат «режим дня школьника», стихотворение с. Михалкова «разве что-то есть на свете...» <u>Практические:</u> упражнения по теме, тест, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Плакат «режим дня школьника»</li> <li>• Памятка «как правильно готовить уроки»</li> <li>• Стихотворение с. Михалкова «разве что-то</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Составление памятки «как правильно готовить уроки»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

				есть на свете...»	
3	кто нас лечит	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Самоанализ</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «разве что-то есть на свете...» <u>Практические:</u> самоанализ, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вопросы самоанализа</li> <li>• Стихотворение э. Успенского «всем известный математик...»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ самоанализ</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
4	Прививки от болезней	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказ</li> <li>• Беседа</li> <li>• Игра-соревнование</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слов «инфекция» и «иммунитет», стихотворение с. Михалкова «поднялась температура...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с. Михалкова «поднялась температура...»</li> <li>• Стихотворение с. Михалкова «прививка»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра-соревнование «кто больше?»</li> <li>✓ Игра «полезно-вредно»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
5	Что нужно знать о лекарствах	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Самоанализ</li> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слов «аллергия» и «антибиотики», лекарственные препараты <u>Практические:</u> самоанализ, анализ ситуации, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пиши и говори правильно: «аллергия» и «антибиотики»</li> <li>• Памятка «безвредных лекарств не бывает»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «светофор»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме «что должно быть в домашней аптечке»</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
6	Как избежать отравлений	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Игра-соревнование</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> сказка к. Чуковского «айболит» <u>Практические:</u> проверка пульса, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сказка к. Чуковского «айболит»</li> <li>• Памятка «признаки лекарственного отравления»</li> <li>• Памятка «признаки пищевого отравления»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра-соревнование «кто больше?»</li> <li>✓ Игра-соревнование «кто ответит правильно?» (командная)</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> </ul>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Памятка «помоги себе сам»</li> </ul>	✓ Вывод
7	Безопасность при любой погоде	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение ф. И. Тютчева «люблю грозу в начале мая...», картина к. Е. Маковского «дети, бегущие от грозы» <u>Практические:</u> «помоги себе сам», оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Памятка «признаки солнечного ожога»</li> <li>• Памятка «правила поведения при грозе»</li> <li>• Стихотворение ф. И. Тютчева «люблю грозу в начале мая...»</li> <li>• Картина к. Е. Маковского «дети, бегущие от грозы»</li> </ul>	✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы ✓ Памятки
8	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Игра-соревнование</li> <li>• Заучивание слов</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение э. Успенского «мама приходит с работы», стихотворение с. Михалкова «возле площади затор...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение э. Успенского «мама приходит с работы»</li> <li>• Стихотворение с. Михалкова «возле площади затор...»</li> <li>• Памятка «правила безопасного поведения в доме»</li> <li>• Правила перехода улицы</li> <li>• Правила поведения в транспорте</li> </ul>	✓ Игра «светофор» ✓ Игра-соревнование «кто больше?» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы ✓ Правила, памятки
9	Правила безопасного поведения на воде	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Игра</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «у моста стоит авось...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с. Михалкова «у моста стоит авось...»</li> <li>• Памятка «когда опасность рядом»</li> </ul>	✓ Игра «светофор» ✓ Выводы ✓ Памятка

10	Правила общения с огнем	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Игра • Практикум	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> план эвакуации школы <u>Практические:</u> разбор ситуаций, игра, оздоровительная минутка	• «план эвакуации школы при пожаре»	✓ Игра «светофор» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы ✓ Памятка
11	Как уберечься от поражения электрическим током	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Игра • Практикум	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> памятка <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка	• Памятка «первая помощь пострадавшему»	✓ Игра «светофор» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы ✓ Памятка
12	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Практикум • Работа со стихотворением • Заучивание слов	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение <u>Практические:</u> первая помощь при травме, оздоровительная минутка	• Стихотворение «если я буду осторожен»	✓ Практикум по оказанию первой помощи при травме ✓ Беседа по пройденной теме Выводы
13	Как защититься от насекомых	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Работа со стихотворением • Практикум	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слова «пинцет», стихотворение с Михалкова вдруг какой-то страшный зверь...» <u>Практические:</u> признаки аллергии, оздоровительная минутка	• Стихотворение с Михалкова «вдруг какой-то страшный зверь...» • Памятка «когда опасность рядом» • Пиши и говори правильно: «пинцет»	✓ Практикум «помоги себе сам» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы
14	Предосторожности при обращении	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Работа со сти-	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение «не зря собака тех кусает...»	• Стихотворение «не зря собака тех кусает...» • Правила обращения с животными	✓ Практикум «помоги себе сам» ✓ Беседа по пройденной теме

	с жи- вотными	хотворением • Практикум	<u>Практические:</u> правила обращения с животными, «помоги себе сам», оздоровительная минутка		✓ Выводы
15	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	<u>Комбинированные занятия:</u> • Повторение • Игра-соревнование • Беседа • Дидактическая игра • Заучивание слов	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение «если в доме появился дым...», с. Маршака «заклубился дым угарный...» <u>Практические:</u> правила обращения с животными, «помоги себе сам», оздоровительная минутка	• Пиши и говори правильно: «дезинфекция», «дезодорант» • Признаки отравления угарным газом • Стихотворение с. Маршака «заклубился дым угарный...» • Стихотворение «если в доме появился дым...»	✓ Игра «светофор» ✓ Практикум «помоги себе сам» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы
16	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Дидактическая игра • Работа со стихотворением	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «мороз и морозец» <u>Практические:</u> «признаки теплового удара», «признаки обморожения», «помоги себе сам», оздоровительная минутка	• Признаки теплового удара • Признаки обморожения • Стихотворение с. Михалкова «мороз и морозец»	✓ Игра «светофор» ✓ Практикум «помоги себе сам» ✓ Игра «полезно-вредно» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы
17	Первая помощь при травмах	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Практикум • Работа со стихотворением	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «таня пальчик наколола...» <u>Практические:</u> «помоги себе сам», оздоровительная минутка	• Стихотворение с. Михалкова «таня пальчик наколола...» • Пиши и говори правильно: «марганцовка» • Признаки растяжения связок	✓ Практикум «помоги себе сам» ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Выводы
18	Первая помощь	<u>Комбинированные занятия:</u>	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме	• Плакаты по теме (глаз, ухо, нос)	✓ Практикум «помоги себе сам»

	при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Практикум</li> <li>• Опрос</li> </ul>	<u>Практические:</u> упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Опрос</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>
19	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Практикум</li> <li>• Опрос</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме <u>Практические:</u> оздоровительная минутка	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Признаки укуса змеи</li> <li>• Первая помощь при укусе змеи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Практикум «признаки укуса змеи»</li> <li>✓ Практикум «первая помощь при укусе змеи»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Опрос</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>
20	Сегодняшние заботы медицины	Урок-конференция	<u>Словесные:</u> рассказы, беседа по пройденным темам, заучивание слов <u>Наглядные:</u> рисунки животных <u>Практические:</u> правила зож, тест «оцени себя», «оздоровительная минутка», подвижные игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила здорового образа жизни</li> <li>• Тест «оцени себя сам»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Практикум «правила здорового образа жизни»</li> <li>✓ Тест «оцени себя сам»</li> <li>✓ Беседа по пройденным темам</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Задание на лето</li> </ul>

3 класс

№ П/п	Темы	Форма Занятий	Методические Приёмы	Дидактический Материал	Форма подведения итогов
-------	------	---------------	---------------------	------------------------	-------------------------

1	Чего не надо бояться	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Практикум</li> <li>• Анализ ситуации</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение э. Успенского «академик иванов» <u>Практические:</u> практикум «снятие страхов»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение э. Успенского «академик иванов»</li> <li>• Рисунки детей по теме «страхи»</li> <li>• Стихотворение и. Токмаковой «не буду бояться!»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
2	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Игра</li> <li>• Заучивание слов</li> <li>• Сказка</li> <li>• Заучивание пословицы</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов, продолжение сказки, заучивание пословицы <u>Наглядные:</u> пословицы <u>Практические:</u> игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пословица для заучивания: «доброе дело питает и разум и тело»</li> <li>• Слова для заучивания: «вначале хорошо подумай, потом сделай доброе дело»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «почему это произошло?»</li> <li>✓ Игра «соедини слова, чтобы получилась пословица»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
3	Почему мы говорим не правду	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Продолжи рассказы</li> <li>• Практикум</li> <li>• Рассказ л. Н. Толстого «косточка»</li> <li>• Заучивание слов</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ рассказа, заучивание слов <u>Наглядные:</u> рассказ л. Н. Толстого «косточка» <u>Практические:</u> практикум	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказы для анализа</li> <li>• Рассказ л. Н. Толстого «косточка»</li> <li>• Слова для заучивания</li> <li>• Пословицы для анализа</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
4	Почему мы не слушаемся ро-	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ рассказа <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с. Михалкова «я ненавижу слово «спать»!...»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «почему нам запрещают»</li> <li>✓ пожелания себе</li> </ul>

	дителей?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Работа с рассказом е. Чарушина «курочка»</li> <li>• Анализ рассказа а. М. Горького «воробышек»</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	«я ненавижу слово «спать»!...», рассказ е. Чарушина «курочка», рассказ а. М. Горького «воробышек» <u>Практические:</u> игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказ е. Чарушина «курочка»</li> <li>• Рассказа а. М. Горького «воробышек»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
5	Надо уметь сдерживать себя	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Работа с пословицами</li> <li>• Игра</li> <li>• Работа с толковым словарём</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, что значит «сдержаться» <u>Наглядные:</u> стихотворение «хотел иметь я птичку», стихотворение а. Барто и п. Барто «девочка-рёвушка», пословицы <u>Практические:</u> интерпретация пословиц, игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение «хотел иметь я птичку»</li> <li>• Стихотворение а. Барто и п. Барто «девочка-рёвушка»</li> <li>• Пословицы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «проверь себя»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
6	Не грызи ногти, не ковырай в носу	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Беседа</li> <li>• Заучивание слов</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Михалкова «пятерня! Пятерня!», стихотворение г. Остера «нет приятнее занятия...» <u>Практические:</u> игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с. Михалкова «пятерня! Пятерня!»</li> <li>• Стихотворение г. Остера «нет приятнее занятия...»</li> <li>• Слова для заучивания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «давай поговорим»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

7	Как относиться к подаркам	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Работа со стихотворением</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение г. Остера «если ты пришёл на ёлку...» <u>Практические:</u> игра, анализ ситуаций	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение г. Остера «если ты пришёл на ёлку...»</li> <li>• Это полезно помнить</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «закончи предложение»</li> <li>✓ Игра «выбери ответ»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Памятки</li> </ul>
8	Как следует относиться к наказаниям	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «например, тебя хотят...», стихотворение э. Мошковской «я ушёл в свою обиду...» <u>Практические:</u> анализ ситуации, практикум	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение «например, тебя хотят...»</li> <li>• Стихотворение э. Мошковской «я ушёл в свою обиду...»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>
9	Как нужно одеваться	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Беседа</li> <li>• Работа с пословицами</li> <li>• Анализ ситуации</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение э. Мошковской «смотрите, в каком я платье...» <u>Практические:</u> игра, упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение э. Мошковской «смотрите, в каком я платье...»</li> <li>• Пословицы</li> <li>• Слова а. П. Чехова «в человеке всё должно быть прекрасно...»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «кто больше»</li> <li>✓ Игра «найди правильный ответ»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Памятка</li> </ul>
10	Как вести себя с незнакомыми людьми	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со сти-</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение «азбука безопасности»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение «азбука безопасности»</li> <li>• Правила поведения с незнакомыми людьми</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Правила</li> </ul>

		хотворением	<u>Практические:</u> закончи высказывание		
11	Как вести себя, когда что-то болит	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Кроссворд</li> <li>• Беседа</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение о. Дриз «шип в мою ладонь впился...» <u>Практические:</u> кроссворд, игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение о. Дриз «шип в мою ладонь впился...»</li> <li>• Незаконченные фразы по теме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Кроссворд</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Игра «закончи фразу»</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Памятка</li> </ul>
12	Как вести себя за столом	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Объяснение</li> <li>• Кроссворд</li> <li>• Практикум</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ, объяснение, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение з. Александровой «ложкою мешая...», стихотворение г. Остера «от знакомых уходя...», сервировка стола <u>Практические:</u> кроссворд, практикум	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение з. Александровой «ложкою мешая...»</li> <li>• Стихотворение г. Остера «от знакомых уходя...»</li> <li>• Кроссворд</li> <li>• Приборы для сервировки стола</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Практикум по сервировке стола</li> <li>✓ Кроссворд</li> <li>✓ Игра «закончи предложение»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>
13	Как вести себя в гостях	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Беседа</li> <li>• Объяснение</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, объяснение <u>Наглядные:</u> стихотворение г. Остера «если ты пришёл к знакомым...», <u>Практические:</u> составление письменного приглашения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение г. Остера «если ты пришёл к знакомым...»</li> <li>• Пример письменного приглашения</li> <li>• Это полезно помнить</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Практикум «приглашение гостей»</li> <li>✓ Самостоятельное составление письменного приглашения</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Памятки</li> </ul>

14	Как вести себя в общественных местах	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «азбука поведения в стихах...», стихотворение а. Барто «в театре» <u>Практические:</u> игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Это полезно помнить (правила поведения на улице, в транспорте)</li> <li>• Стихотворение «азбука поведения в стихах...»</li> <li>• Стихотворение а. Барто «в театре»</li> <li>• Правила поведения в школе</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «выбери правильный ответ»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Правила поведения</li> </ul>
15	«нехорошие слова». Недобрые шутки	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> наблюдение ситуации <u>Практические:</u> упражнения на правила общения, игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение «есть волшебные слова...»</li> <li>• Сказка к. Чуковского «телефон»</li> <li>• Это полезно помнить</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «комплимент»</li> <li>✓ Игра «телефон»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Правила общения</li> </ul>
16	Что делать, если не хочется в школу	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> анализ ситуации, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение с. Маршака «кот и лодыри» <u>Практические:</u> игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение с. Маршака «кот и лодыри»</li> <li>• Мудрые мысли</li> <li>• «полезные» советы г. Остера</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «закончи предложение»</li> <li>✓ Запомни мудрые слова «помоги себе сам»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>
17	Чем заняться после школы	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со сти-</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворный монтаж, потешные сказки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворный монтаж</li> <li>• Потешные сказки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «давай поговорим»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> </ul>

		хотворением <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Сказка</li> </ul>	<u>Практические:</u> игра		✓ Выводы
18	Как вы- брать дру- зей	<u>Комбинирован- ные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Закончи рас- сказ</li> <li>• Дидактиче- ская игра</li> <li>• Стихи читают дети</li> <li>• Анализ ситуа- ции</li> <li>• Работа со сти- хотворением</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения п. Синявского, стихотворение в. Орлова «кто кого обидел первый?», рассказ л. Н. Толстого «отец и сыновья» <u>Практические:</u> упражнения по теме, игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения п. Синявского</li> <li>• Стихотворение в. Орлова «кто кого обидел первый?»</li> <li>• Рассказ л. Н. Толстого «отец и сыновья»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «хочу быть»</li> <li>✓ Игра «продолжи предложение»</li> <li>✓ Игра «любит – не любит»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Опрос</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>
19	Как помочь родителям	<u>Комбинирован- ные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихи читают дети</li> <li>• Беседа</li> <li>• Дидактиче- ская игра</li> <li>• Анализ ситуа- ции</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения а. Усатовой, в. Берестова, е благиной; стихотворение г. Ширковца «не пойму я взрослых этих <u>Практические:</u> игры, анализ ситуаций	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения а. Усатовой, в. Берестова, е благиной</li> <li>• Стихотворение г. Ширковца «не пойму я взрослых этих</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «давай поговорим»</li> <li>✓ Игра «комплимент»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Опрос</li> <li>✓ Выводы</li> </ul>

20	Как помочь больным и беспомощным	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Работа с пословицами</li> <li>• Объяснение</li> <li>• Ролевая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа, анализ ситуаций, анализ пословиц, объяснение <u>Наглядные:</u> стихотворение е. Благиной «наш дедушка не любит тени...», рассказ «старый дед и внучок» <u>Практические:</u> анализ ситуаций, дидактическая игра, ролевая игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворение е. Благиной «наш дедушка не любит тени...»</li> <li>• Рассказ «старый дед и внучок»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «давай поговорим»</li> <li>✓ Игра «кто больше»</li> <li>✓ Ролевая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы: мудрые люди говорят «как ты относишься к своим родителям, также и твои дети будут относиться к тебе»</li> </ul>
	Повторение	* урок – Спектакль	Драматизация с целью ознакомления с историей врачевания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Персонажи спектакля - медицинские работники</li> </ul>	
		* урок – Путешествие	Конкурс на лучшее знание правил зож и умения их выполнять	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Каждая станция оборудована соответственно теме зож</li> </ul>	
		* урок - Соревнование	Соревнование команд на знание тем зож, построенное в виде вопросов-ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Каждый этап соревнований - это отдельная тема из ранее изученных тем зож</li> </ul>	

4 класс

№ П/п	Темы	Форма занятий	Методические приёмы	Дидактический Материал	Форма подведения итогов
1	Наше здоровье	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Объяснение</li> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со</li> </ul>	<u>Словесные:</u> объяснение, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворения, иллюстрации «эмоции» <u>Практические:</u> работа со словарём, анализ ситуации, практикум	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения</li> <li>• Карточки «эмоции»</li> <li>• Словарь</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Дидактическая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Практикум</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

		сти-хотворением <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа со словарём</li> <li>• Заучивание слов</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Практикум</li> </ul>			
2	Как помочь сохранить себе здоровье	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Чтение стихов детьми</li> <li>• Беседа</li> <li>• Сказка</li> <li>• Анализ ситуаций</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Тренинг</li> </ul>	<u>Словесные:</u> чтение стихов детьми, беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы, сказки <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, тренинг	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения</li> <li>• Пословицы</li> <li>• Сказки</li> <li>• Слова для заучивания</li> <li>• Ситуации</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Дидактическая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
3	Что зависит от моего решения	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказы детей</li> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Анализ ситуаций</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игры, практикум	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказы</li> <li>• Стихотворения</li> <li>• Ситуации</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Дидактическая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Практикум</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Практикум</li> </ul>			
4	Злой волшебник табак	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказы детей</li> <li>• Беседа</li> <li>• Объяснения</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Практикум</li> <li>• Рисование</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> рассказы детей, беседа по теме</p> <p><u>Наглядные:</u> рассказы, рисунки</p> <p><u>Практические:</u> игра, практикум, рисование</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассказы</li> <li>• Рисунки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Дидактическая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Практикум</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
5	Почему некоторые привычки называются вредными	<p><u>Комбинированные занятия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Работа с пословицей</li> <li>• Словарная работа</li> <li>• Анализ ситуаций</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Тренинг</li> <li>• Работа с деревом решений</li> <li>• Практикум</li> </ul>	<p><u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ пословицы</p> <p><u>Наглядные:</u> стихотворения, пословицы</p> <p><u>Практические:</u> словарная работа, анализ ситуаций, игра, тренинг, практикум</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения</li> <li>• Рассказы</li> <li>• Пословицы</li> <li>• Словарь</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Дидактическая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Практикум</li> <li>✓ Вывод</li> <li>✓ Дерево решений</li> </ul>

6	Помоги себе сам	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Словарная работа</li> <li>• Дидактическая игра</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> словарь <u>Практические:</u> словарная работа, игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Словарь</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игра «давай поговорим»</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Вывод</li> </ul>
7	Злой волшебник алкоголь	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Работа со стихотворением</li> <li>• Заучивание слов</li> <li>• Работа с деревом решений</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Анализ ситуации</li> </ul>	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворения <u>Практические:</u> работа с деревом решений, анализ ситуации, игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения</li> <li>• Басня</li> <li>• Рассказы</li> <li>• Это полезно помнить</li> <li>• Словарь</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Игры</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Памятки</li> <li>✓ Дерево решений</li> </ul>
8	Злой волшебник наркотик	<u>Комбинированные занятия:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа</li> <li>• Анализ ситуации</li> <li>• Дидактическая игра</li> <li>• Работа с деревом</li> </ul>	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> стихотворения, рассказы <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игра, практикум	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стихотворения</li> <li>• Рассказы</li> <li>• Это полезно помнить</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Дидактическая игра</li> <li>✓ Беседа по пройденной теме</li> <li>✓ Практикум</li> <li>✓ Вывод</li> <li>✓ Дерево решений</li> </ul>

		решений • Практикум			
9	Мы одна семья	<u>Комбинированные занятия:</u> • Беседа • Работа со стихотворением • Анализ ситуаций • Дидактическая игра • Практикум	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения, ситуации <u>Практические:</u> анализ ситуаций, игра, примеры, практикум	• Стихотворения • Рассказы • Примеры	✓ Дидактическая игра ✓ Беседа по пройденной теме ✓ Практикум ✓ Вывод
10	Повторение	* театрализованное действие «дружба» * спортивный праздник «день здоровья» * сюжетно-ролевые игры «умеем ли мы правильно питаться» и «я выбираю кашу» * костюмированный праздник «чистота и здоровье» * игры-путешествия «откуда берутся грязнули?», «чистота и порядок» и «будем делать хорошо и не будем плохо» * урок – квн «наше здоровье» * праздники «я здоровье берегу – сам себе я помогу» и «будьте здоровы».			

#### Список литературы для педагога

1. Ветрова в. В. Уроки психологического здоровья. – м.: педагогическое общество россии, 2001.
2. Волков б. С. Психология младшего школьника: учебное пособие. – м.: педагогическое общество россии, 2002.
3. Дереклеева н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. – м.: вако, 2004.
4. Ковалько в. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. - м.: «вако», 2004.
4. Лях в. И. Мой друг – физкультура: учеб. Для учащихся 1-4 кл. Нач. Шк. – м.: просвещение, 2007.
5. Обухова л. А., лемяскина н. А. Школа докторов природы или 135 уроков здоровья: 1-4 класс. - м.: «вако», 2004.
6. Овчарова р. В. Практическая психология в начальной школе. – м.: тц «сфера», 1996.
7. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей/ под ред. П. И. Пидкасистого. – м.: педагогическое общество россии, 1998.
8. Подласый и. П. Педагогика. Новый курс: учебник для студ. Пед. Вузов: в 2 кн. – м.: гуманит. Изд. Центр владос, 1999. – кн. 1: общие

основы. Процесс обучения.

9. Сарган г. Н. Тренинг самостоятельности у детей. – м.: тц «сфера», 2000.
10. сиротюк а. А. Обучение детей с учётом психофизиологии: практическое руководство для учителей и родителей. – м.: тц «сфера», 2001.

#### Список литературы для детей

1. Гостюшин а. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. Для 1-4 кл. Общеобразоват. Учреждений. – м.: просвещение, 2001.
2. Дереклеева н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. – м.: вако, 2004.
3. Лях в. И. Мой друг – физкультура: учеб. Для учащихся 1-4 кл. Нач. Шк. – м.: просвещение, 2007.
4. Обухова л. А., лемяскина н. А. Школа докторов природы или 135 уроков здоровья: 1-4 класс. - м.: «вако», 2004.
5. Шмаков с. А. Игры-потехи. Забавы-утехи. – липецк: «ориус», 1994.