Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нижнеторейская средняя общеобразовательная школа»
671925, Республика Бурятия, Джидинский район, с. Нижний Торей, ул. Комсомольская,29
Тел.8(30134)94-1-77, эл.почта ntorei@mail.ru

Утверждаю:	Согласовано	Рассмотрено
Директор школы	Зам.Директора по УР	На заседании МС
_____/Вершинин А.С./	_____/Тютькина Л.Ф./	_____/ Тютькина Л.Ф./
Приказ № 3 «25» 08. 2022	«25» 08. 2022г.	«25» 08. 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по спортивно-оздоровительному направлению

«УРОКИ ДОКТОРА ЗДОРОВЬЕ»

1 – 4 классы

Всего часов 270 часов в год, 2 часа в неделю
1 класс – 66 часов, 2-4 классы по 68 часов

МО учителей начальных классов

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, за основу взят курс занятий «Школа докторов Природы» / «Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы)»2013г. Авторы: Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е, годового учебного плана МБОУ «Нижнеторейская СОШ».

Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования.

Цель и задачи программы

Цель данного курса: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Место курса в учебном плане

Программа рассчитана на 4 года, 135 часов. В 1 классе – 66 часа, 2-4 классы по 68 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут (в 1 классе), по 45 минут в 2 - 4 классах. Программа рассчитана на детей 7-10 лет, реализуется за 4 года. Количество учащихся составляет 15-20 человек.

Личностные и метапредметные результаты изучения курса внеурочной деятельности «Уроки доктора «Здоровье»

Личностные результаты:

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

Метапредметные результаты:

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

Предметные результаты:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

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

Ожидаемые результаты

В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:

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

Учащиеся должны знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;

– о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
– основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Содержание занятий.

– **Тема.** *Советы доктора Воды. (2час)*

Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко».

– **Тема.** *Друзья Вода и мыло. (2час)*

Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.

– **Тема. Глаза** *– главные помощники человека. (2час)*

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

– **Тема.** *Подвижные игры. (3час)*

Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», «Раз, два, три-беги!»

– **Тема.** *Чтобы уши слышали. (2час)*

Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.

– **Тема.** *Почему болят зубы. (2час)*

Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.

– **Тема.** *Чтобы зубы были здоровыми. (2час)*

Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест.

– **Тема.** *Как сохранить улыбку красивой? (2час)*

Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.

– **Тема.** *«Рабочие инструменты» человека. (2час)*

Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.

– **Тема.** *Подвижные игры. (3час)*

Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».

– **Тема.** *Зачем человеку кожа. (2час)*

Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.

– **Тема.** *Надёжная защита организма. (2час)*

Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест.

– **Тема.** *Если кожа повреждена. (2час)*

Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»

– **Тема 14.** *Подвижные игры. (3час)*

Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».

– **Тема.** *Питание – необходимое условие для жизни человека. (2час)*

Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».

– **Тема.** *Здоровая пища для всей семьи. (2час*)

Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.

– **Тема.** *Сон – лучшее лекарство. (2час)*

Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».

– **Тема.** *Как настроение? (2час)*

Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов. Тест.

- **Тема.** *Я пришёл из школы. (2час)*

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

- **Тема.** *Подвижные игры по выбору детей. (3час)*
- **Тема.** *Я – ученик. (2 часа)*

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

-
- **Тема.** *Вредные привычки. (2 часа)*

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

- **Тема.** *Подвижные игры. (3час)*

Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».

- **Тема.** *Скелет – наша опора. (2час)*

Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.

- **Тема.** *Осанка – стройная спина! (2час)*

Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.

- **Тема.** *Если хочешь быть здоров. (2час)*

Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это…»

- **Тема.** *Правила безопасности на воде. (2час)*

Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.

- **Тема.** *Подвижные игры. Весёлые старты. (3 часа)*

Тема. *Обобщающие занятия «Доктора здоровья». (3часа)*

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

Тематическое планирование. ***1 год обучения - (66 часа)***

№	Тема занятия	Кол-час	По плану	Дата факт	коррекция
1,2	Советы доктора Воды.	**2**			
3,4	Друзья Вода и Мыло.	2			
5,6,7	Глаза – главные помощники человека.	2			
8,9,10	Подвижные игры	3			
11,12	Чтобы уши слышали.	2			
13,14	Почему болят зубы.	2			
15,16	Чтобы зубы были здоровыми.	2			
17,18	Как сохранить улыбку красивой.	2			
19,20,21	Подвижные игры	3			
22,23	«Рабочие инструменты» человека.	2			
24,25	Зачем человеку кожа	2			
26,27	Надёжная защита организма	2			
28,29	Если кожа повреждена	2			
30,31,32	Подвижные игры	3			
33,34	Питание – необходимое условие для жизни человека	2			
35,36	Здоровая пища для всей семьи	2			
37,38	Сон – лучшее лекарство	2			
39,40	Какое настроение?	2			
41,42	Я пришёл из школы	2			
43,44,45	Подвижные игры	3			

46,47	Я - ученик	2			
48,49	Вредные привычки	2			
50,51,52	Подвижные игры	3			
53,54	Скелет – наша опора	2			
55,56	Осанка – стройная спина	2			
57,58	Если хочешь быть здоров	2			
59,60	Правила безопасности на воде	2			
61,62,63	Подвижные игры	3			
64,65,66	Обобщающие уроки «Доктора природы»	4			

Содержание программы.

Тема *Причины болезни. (2 ч)*

Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.

Тема *Признаки болезни. (2 ч)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»

Тема *Как здоровье? (2 ч)*

Игра- соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка. Практическая работа «Помоги себе сам».

Тема *Как организм помогает себе. (2 ч)*

Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».

Тема *Здоровый образ жизни. (2 ч)*

Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Мудрые слова доктора Свежий Воздух.

Тема *Какие врачи нас лечат. (2 ч)*

Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.

Тема *Инфекционные болезни. (2 ч)*

Слово учителя. Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура…»

Тема *Прививки от болезней. (2 ч)*

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка». Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».

Тема *Какие лекарства мы выбираем. (2 ч)*

Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.

Тема *Домашняя аптечка. (2 ч)*

Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека…» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!

Тема *Отравление лекарствами. (2 ч)*

Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа.

Тема *Пищевые отравления. (2 ч)*

Повторение признаков лекарственного отравления. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.

Тема *Если солнечно и жарко. (2 ч)*

Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед…» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!»

Тема *Если на улице дождь и гроза. (2 ч)*

Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам!

Тема *Опасность в нашем доме. (2 ч)*

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы…» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Тема *Как вести себя на улице. (2 ч)*

Рассказ учителя. Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Игра «Светофор здоровья». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.

Тема *Вода – наш друг. (2 ч)*

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

Тема *Как уберечься от мороза. (2 ч)*

Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».

Тема *Чтобы огонь не причинил вреда. (2 ч)*

Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».

Тема *Чем опасен электрический ток. (2 ч)*

Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Тема *Травмы. (2 ч)*

Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах). Оздоровительная минутка. Заучивание слов.

Тема *Укусы насекомых. (2 ч)*

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

Тема *Что мы знаем про собак и кошек. (2 ч).*

Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!

Тема *Отравление ядовитыми веществами. (2 ч)*

Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.

Тема *Отравление угарным газом. (2 ч)*

Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».

Тема *Как помочь себе при тепловом ударе. (2 ч)*

Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».

Тема *Растяжение связок и вывих костей. (2 ч)*

Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах.

Тема *Переломы. (2 ч)*

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

Тема *Если ты ушибся или порезался. (2 ч)*

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

Тема *Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. (2 ч)*

Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».

Тема *Укусы змей. (2 ч)*

Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.

Тема *Расти здоровым. (2 ч)*

Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.

Тема *Воспитай себя. (2 ч)*

Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.

Тема *Я выбираю движение. Обобщающий урок.(2 ч)*

Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

Календарно – тематическое планирование 2 год обучения - (68часа)

№	Тема занятия	Кол-во часов	По плану	По факту коррекция	
1,2	Причина болезни	2			
3,4	Признаки болезни	2			
5,6	Как здоровье?	2			
7,8	Как организм помогает себе сам	2			
9,10	Здоровый образ жизни	2			
11,12	Какие врачи нас лечат	2			
13,14	Инфекционные болезни	2			
15,16	Прививки от болезней	2			
17,18	Какие лекарства мы выбираем	2			
19,20	Домашняя аптека	2			
21,22	Отравление лекарствами	2			
23,24	Пищевые отравления	2			
25,26	Если солнечно и жарко	2			
27,28	Если на улице дождь и гроза	2			
29,30	Опасность в нашем доме	2			
31,32	Как вести себя на улице	2			
33,34	Вода - наш друг	2			
35,36	Как уберечься от мороза	2			
37,38	Чтобы огонь не причинил вреда	2			
39,40	Чем опасен электрический ток	2			
41,42	Травмы	2			
43,44	Укусы насекомых	2			
45,46	Что мы знаем про собак и кошек	2			
47,48	Отравление ядовитыми веществами	2			

49,50	Отравление угарным газом	2			
51,52	Как помочь себе при тепловом ударе	2			
53,54	Растяжение связок и вывих костей	2			
55,56	Переломы	2			
57,58	Если ты ушибся или порезался	2			
59,60	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	2			
61,62	Укус змеи	2			
63,64	Расти здоровым	2			
65,66	Воспитай себя	2			
67,68	Я выбираю движение				

Содержание программы.

Тема *Как воспитывать уверенность и бесстрашие. (2 час)*

Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.

Тема *Учимся думать. (2час)*

Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».

Тема *Спеши делать добро. (2час)*

Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».

Тема *Поможет ли нам обман. (2час)*

Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.

Тема *«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. (2час)*

Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.

Тема *Надо ли прислушиваться к советам родителей. (2час)*

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

Тема *Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. (2час)*

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

Тема *Все ли желания выполнимы. (2час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.

Тема *Как воспитать в себе сдержанность. (2час)*

Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.

Тема. *Как отучить себя от вредных привычек. (2часа)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятья…». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.

Тема *Я принимаю подарок. (2час)*

Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г Остера «Если ты пришел на елку…» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».

Тема *Я дарю подарки. (2 ч)*

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

Тема *Наказание. (2 ч)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.

Тема *Одежда. (2час)*

Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э Мошковской «Смотрите, в каком я платьице!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.

Тема *Ответственное поведение. (2час)*

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

Тема *Боль. (2 ч)*

Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился…». Игра «Закончите фразу».

Тема *Сервировка стола. (2 ч)*

Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».

Тема *Правила поведения за столом. (2 ч)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка…» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя…»

Тема *Ты идешь в гости. (2 ч)*

Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходить…»

Тема *Как вести себя в транспорте и на улице. (2 ч)*

Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».

Тема *Как вести себя в театре, кино, школе. (2 ч)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».

Тема *Умеем ли мы вежливо обращаться. (2 ч)*

Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.

Тема *Умеем ли мы разговаривать по телефону. (2 ч)*

Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».

Тема *Помоги себе сам. (2час)*

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

Тема *Умей организовать свой досуг. (2 ч)*

Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).

Тема *Что такое дружба. (2 ч)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».

Тема *Кто может считаться настоящим другом. (2час)*

Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра

«Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил…»

Тема *Как доставить родителям радость. (2час)*

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

Тема *Если кому - нибудь нужна твоя помощь. (2час)*

Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благининой «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».

Тема *Спешите делать добро. (2час)*

Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.

Тема *Огонек здоровья. (2час)*

Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.

Тема *Путешествие в страну здоровья. (2час)*

Игра- путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаев). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.

Тема *Культура здорового образа жизни. (2час)*

Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.

Календарно - тематическое планирование 3 год обучения - (68 часа)

№	Тема занятия	Кол-во часов	По плану	По факту коррекция	
1,2	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	2			
3,4	Учимся думать.	2			
5,6	Спеши делать добро.	2			
7,8	Поможет ли нам обман.	2			
9,10	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	2			
11,12	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	2			
13,14	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	2			
15,16	Все ли желания выполнимы.	2			
17,18	Как воспитать в себе сдержанность.	2			
19,20	Как отучить себя от вредных привычек.	2			
21,22	Я принимаю подарок.	2			
23,24	Я дарю подарки.	2			
25,26	Наказание.	2			
27,28	Одежда.	2			
29,30	Ответственное поведение.	2			
31,32	Боль.	2			
33,34	Сервировка стола.	2			
35,36	Правила поведения за столом.	2			
37,38	Ты идешь в гости.	2			
39,40	Как вести себя в транспорте и на улице.	2			
41,42	Как вести себя в театре, кино, школе.	2			
43,44	Умеем ли мы вежливо обращаться.	2			

45,46	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	2			
47,48	Помоги себе сам.	2			
49,50	Умей организовать свой досуг.	2			
51,52	Что такое дружба.	2			
53,54	Кто может считаться настоящим другом.	2			
55,56	Как доставить родителям радость.	2			
57,58	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	2			
59,60	Спешите делать добро.	2			
61,62	Огонек здоровья.	2			
63,64	Путешествие в страну здоровья.	2			
65,66	Культура здорового образа жизни.	2			
67,68	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.				

Содержание программы 4 класс

Тема *Что такое здоровье? (2 ч)*

Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это…»

Тема *Что такое эмоции? (2 ч)*

Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».

Тема *Чувства и поступки. (2 ч)*

Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.

Тема *Стресс. (2 ч)*

Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.

Тема *Учимся думать и действовать. (2 ч)*

Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»

Тема *Учимся находить причину и последствия событий. (2 ч)*

Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»

Тема *Умей выбирать. (2 ч)*

Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».

Тема *Принимаю решение.(2 час)*

Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»

Тема *Я отвечаю за своё решение.(2 ч)*

Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».

Тема *Что мы знаем о курении. (2 ч)*

Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.

Тема *Зависимость. (2 ч)*

Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».

Тема *Умей сказать НЕТ. (2 ч)*

Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».

Тема *Как сказать НЕТ. (2 ч)*

Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг.

Тема *Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? (2 ч)*

Робота со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете…» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.

Тема *Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. (2 ч)*

Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.

Тема *Волевое поведение. (2 ч)*

Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.

Тема *Алкоголь. (2 ч)*

Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!

Тема *Алкоголь – ошибка. (2 ч)*

Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ». Оздоровительная минутка. Это полезно помнить! Психологический тренинг.

Тема *Алкоголь – сделай выбор. (2 ч)*

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

Тема. *Наркотик. (2 ч)*

Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим».

Тема *Наркотик – тренинг безопасного поведения. (2 ч)*

Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг.

Тема *Мальчишки и девчонки. (2 ч)*

Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой…» Творческая работа.

Тема *Моя семья. (2 ч)*

Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».

Тема *Дружба. (2 ч)*

Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.

Тема *День здоровья. (2 ч)*

Открытие праздника. Игры и соревнования.

Тема *Умеем ли мы правильно питаться?(2 ч)*

Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.

Тема *Я выбираю кашу. (2 ч)*

Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».

Тема *Чистота и здоровье. (2 ч)*

Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».

Тема *Откуда берутся грязнули? (игра – путешествие) (2 ч)*

Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный…», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.

Тема *Чистота и порядок (продолжение путешествия). (2 ч)*

Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.

Тема *Будем делать хорошо и не будем плохо.(2 ч)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Это интересно! Чтении и анализ стихотворений.

Тема *КВН «Наше здоровье» (2 ч)*

Тема *Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник) (2 ч)*

Тема *Будем здоровы. (2 ч)*

Календарно - тематическое планирование 4 год обучения - (68 часа)

№	Тема занятия	Кол-во часов	По плану	По факту коррекция	
1,2	Что такое здоровье?	2			
3,4	Что такое эмоции?	2			
5,6	Чувства и поступки	2			
7,8	Стресс	2			
9,10	Учимся думать и действовать	2			
11,12	Учимся находить причину и последствия событий	2			
13,14	Умей выбирать	2			
15,16	Принимаю решение	2			
17,18	Я отвечаю за свои решения	2			
19,20	Что мы знаем о курении	2			
21,22	Зависимость	2			

23,24	Умей сказать НЕТ	2			
25,26	Как сказать НЕТ	2			
27,28	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	2			
29,30	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	2			
31,32	Волевое поведение	2			
33,34	Алкоголь	2			
35,36	Алкоголь – ошибка	2			
37,38	Алкоголь – сделай выбор	2			
39,40	Наркотик	2			
41,42	Наркотик – тренинг безопасного поведения	2			
43,44	Мальчишки и девчонки	2			
45,46	Моя семья	2			
47,48	Дружба	2			
49,50	День здоровья	2			
51,52	Умеем ли мы правильно питаться?	2			
53,54	Я выбираю кашу	2			
55,56	Чистота и здоровье	2			
57,58	Откуда берутся грязнули?	2			
59,60	Чистота и порядок	2			
61,62	Будем делать хорошо и не будем плохо	2			
63,64	КВН «Наше здоровье»	2			
65,66	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	2			
67,68	Будьте здоровы!				