

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ УДМУРТСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ УВИНСКИЙ РАЙОН УДМУРТСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ"
МОУ "Ува-Туклинская СОШ"**

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО

Протокол №1 от «28»августа
2023 г.

ПРИНЯТО

Решением Педагогического
совета МОУ «Ува-Туклинская
СОШ»

Протокол №1 от «30»августа
2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МОУ «Ува-Туклинская
Туклинская СОШ»
И.О. директора Е.С. Богданова
Приказ №1 от «30» августа
2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

факультатива «Азбука здоровья»

для обучающихся 1-3 классов

с.Ува-Тукля,2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» составлена в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в действующей редакции);

на основе:

- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования МОУ «Ува-Туклинская СОШ» (далее – учреждение);

с учётом:

- Примерной основной образовательной программы начального общего образования;
- авторских программ: «Валеология» - автор В. М. Мельничук, «Полезные привычки» - автор Международная организация ХОУП, «Разговор о правильном питании» - автор М. М. Безруких, «Полезные привычки» - автор И. А. Родикова.

Программа предусматривает **межпредметные связи** с литературным чтением, окружающим миром, технологией, изобразительным искусством, физической культурой, музыкой.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности предназначена для учащихся 1-4 классов, в том числе и учащихся с ОВЗ.

Цель:

- становление ценностного отношения у учащихся начальной школы к здоровью и здоровому образу жизни;
- формирование у детей желания быть здоровым и телом и душой, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы.

Программа рассчитана на 4 года.

Общий объём учебного времени для изучения курса 101 час: в 1 классе – 33 часа, во 2 классе – 34 часа, в 3 классе – 34 часа, (1 час в неделю).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Первый уровень	Второй уровень	Третий уровень
<p>Приобретение учащимися социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и не одобряемых нормах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов</p>	<p>Получение учащимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Способ достижения – достигается во взаимодействии учащихся между собой на уровне класса, учреждения, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой учащийся получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).</p>	<p>Получение учащимся опыта самостоятельного общественного действия в открытом социуме, за пределами дружественной среды учреждения, где не обязательно положительный настрой, формирование у младшего школьника социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественном действии человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Способ достижения – достигается во взаимодействии учащегося с социальными субъектами за пределами учреждения, в открытой общественной среде.</p>

1. Личностные результаты:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;
- желание осознанно вести здоровый образ жизни, заботиться о поддержании здоровья, заниматься физическим совершенствованием; понимать себя; делать самоанализ; прогнозировать ситуацию.
- важно научить ребёнка самого заботиться о своём здоровье, сформировать у него установки на поддержание здоровья без применения медикаментозных средств, адаптироваться в

условиях «конфликта» организма со временем, который возникает между геофизическими и внутренними ритмами организма.

2. Метапредметные результаты

Познавательные:

- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных и творческих задач и представления их результатов;
- анализировать объекты, выделять главное;
- осуществлять синтез (целое из частей);
- проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения об объекте;
- устанавливать аналогии;
- делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в книге, в произведении, в другом источнике информации;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- находить и формулировать решение проблемы с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Регулятивные:

- принимать и сохранять учебно-творческую задачу;
- учитывать выделенные в пособиях этапы работы;
- планировать свои действия;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- проговаривать последовательность действий;
- высказывать своё предположение на основе работы с иллюстрацией, отрывком учебного фильма;

- совместно с учителем и одноклассниками давать эмоциональную оценку деятельности класса в процессе занятия.

Коммуникативные:

- допускать существование различных точек зрения и различных вариантов выполнения поставленной задачи;
- учитывать разные мнения, стремиться к координации при выполнении коллективных работ;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться, приходить к общему решению;
- соблюдать корректность в высказываниях;
- задавать вопросы по существу;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- контролировать действия партнера;
- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;
- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- владеть монологической и диалогической формой речи;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнерам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- уметь донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне нескольких предложений или небольшого текста);
- слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

3. Предметные результаты:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье;
- применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, первоначальным представлениям о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;
- соблюдать свой режим дня;
- выполнять правила личной гигиены;
- выполнять гимнастику для глаз, упражнения для профилактики нарушения осанки, дыхательную гимнастику;

- приобретать первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- выполнять правила безопасного поведения на улице, на природе, на проезжей части, дома, в школе;
- выполнять правила культурного поведения при общении с окружающими людьми;
- осваивать навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- определять причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- оказывать первую медицинскую помощь при порезах и ушибах;
- использовать различные виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- выполнять физические упражнения, способствующие гармоничному развитию человека.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»
с указанием форм организации и видов деятельности**

1 класс		
Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности
Друзи с водой (2 ч)		
Знакомство с советами Доктора воды. Личная гигиена. Значение воды в жизни человека.	Практическое занятие. Работа в парах.	Игровая, познавательная.
Забота об органах чувств (5 ч)		
Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена. Гимнастика для глаз. Правила бережного отношения к зрению.	Практическое занятие. Работа в парах, группах.	Игровая, познавательная, творческая.
Уход за зубами (3 ч)		
Профилактика заболеваний зубов. Гигиена полости рта. Меры, необходимые для профилактики зубных болезней. Вредные привычки, способствующие повреждению и заболеваниям зубов. Основные гигиенические правила, способствующие сохранению здоровья в полости рта.	Практические занятия, работа в парах, группах, игра, беседа по содержанию текста.	Игровая, познавательная, творческая, проблемно-ценностное общение.
Уход за руками и ногами (1 ч)		
Правила личной гигиены. Определение понятия «личная гигиена». Соблюдение правил личной гигиены: уход за телом, ногтями, руками. Соблюдение правил личной гигиены в общественных местах.	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная.
Как следует питаться (2 ч)		
Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Знакомство с доктором Здоровая Пища.	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная беседа, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная.
Как сделать сон полезным (1 ч)		
Сон и его значение для здоровья человека. Зачем человеку сон и сколько нежно спать. От чего зависит полноценный сон. Гигиена сна. Сон – лучшее лекарство. Повторение правил здоровья. Анализ ситуаций.	Практические занятия, работа в парах; беседа.	Игровая, творческая (практическая), познавательная.
Настроение в школе (2 ч)		
Определение понятия «настроение». Каким бывает настроение. Способы улучшения настроения в школе. Встреча с доктором Любовь.	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Настроение после школы (1 ч)		
Практическое овладение приемами по улучшению собственного настроения.	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Поведение в школе (2 ч)		
Личная безопасность школьника. Правила	Практические занятия,	Игровая, творческая

безопасного поведения в школе на уроках и переменах. Соблюдение правил пожарной безопасности. Анализ ситуаций.	работа в парах, группах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия.	(практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Вредные привычки (2 ч)		
Вредные привычки: виды привычек, профилактика вредных привычек, влияние вредных привычек на здоровье человека. Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов.	Практические занятия, работа в парах, группах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Мышцы, кости и суставы (2 ч)		
Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина. Рассказ учителя. Встреча с доктором Стройная Осанка. Оздоровительная минутка. Правила для поддержания правильной осанки.	Практические занятия, работа в парах, группах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как закаляться (2 ч)		
Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья. Советы по закаливанию. Как принимать солнечные и воздушные ванны. Берегись солнечных ожогов.	Работа в парах; интеллектуальная беседа, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как правильно вести себя на воде (1 ч)		
Правила безопасности на воде. Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.	Практические занятия, работа в парах, группах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Народные игры (2 ч)		
Спартакиада народов Севера России (знакомство с историей возникновения). Рассказ о воркутинских спортсменах. Игры народов коми: «Охота на куропаток», «Льдинки, ветер и мороз», «Бег в снегоступах», «Нарты – сани», «Олени и пастухи», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Отбивка оленей», «Ловля оленей», «Оленья упряжка» и т. д. Подвижные игры на свежем воздухе, на перемене.	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Подвижные игры (3 ч)		
Игры на переменах, игры в школьном дворе, организация физминуток.	Практические занятия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая).
Доктора природы (2 ч)		
Встреча с докторами здоровья. Повторение правил здоровья. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.

2 класс

Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности
Почему мы бодем (3 ч)		
Причины болезни. Признаки болезни. Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов. Анализ ситуаций в стихотворениях. Оздоровительная минутка.	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Кто и как предохраняет нас от болезней (2 ч)		
Как организм помогает себе сам. Здоровый образ жизни. Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка.	Практические занятия, работа в парах; беседа по содержанию текста.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Кто нас лечит (1 ч)		
Какие врачи нас лечат. Повторение составляющих здорового образа жизни. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.	Практические занятия, работа в группах, парах; беседа по содержанию текста. Дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Прививки от болезней (2 ч)		
Инфекционные болезни. Прививки от болезней. Слово учителя. Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуаций в стихотворениях и рассказах. Оздоровительная минутка.	Практические занятия, работа в парах, группах; интеллектуальная беседа, беседа по содержанию текста, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Что нужно знать о лекарствах (2 ч)		
Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка. Понятие «аптечка». Лекарственные и перевязочные материалы, которыми комплектуется аптечка первой медицинской помощи. Работа с аптечкой первой медицинской помощи. Словарная работа. Оздоровительная минутка. Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как избежать отравлений (2 ч)		
Отравление лекарством. Пищевые отравления. Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления, пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Безопасность при любой погоде (2 ч)		
Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза. Повторение правил. Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помогите себе сам!	Практические занятия, работа в парах; круглый стол, интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте (2 ч)		
Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице. Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.	Практические занятия, работа в парах; круглый стол, интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.

	картин».	
Правила безопасного поведения на воде (1 ч)		
Вода – наш друг. Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Оздоровительная минутка. Когда опасность рядом (личная безопасность школьника).	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Правила общения с огнём (1 ч)		
Чтобы огонь не причинил вреда. Беседа «Чем опасен огонь?» Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме.	Практические занятия, работа в группах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как уберечься от поражения электрическим током (1 ч)		
Чем опасен электрический ток. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка.	Практические занятия, работа в парах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов (1 ч)		
Травмы. Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах. Оздоровительная минутка. Заучивание слов. Составление памятки.	Практические занятия, работа в парах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как защититься от насекомых (1 ч)		
Укусы насекомых. Беседа по теме. Анализ ситуаций Признаки аллергии. Помогите себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.	Практические занятия, работа в парах, группах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Предосторожности при обращении с животными (1 ч)		
Что мы знаем про кошек и собак. Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!	Практические занятия; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом (2 ч)		
Отравление ядовитыми веществами. Отравление угарным газом. Виды отравлений. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.	Практические занятия, работа в парах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожениях (2 ч)		
Как помочь себе при тепловом ударе. Как уберечься от мороза. Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помогите себе сам! Признаки обморожения. Составление правил.	Практические занятия, работа в парах; круглый стол, интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Первая помощь при травмах (3 ч)		

Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся и порезался. Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Виды переломов. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка.	Практические занятия, работа в группах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос (1 ч)		
Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо.	Практические занятия, работа в группах; интеллектуальная игра.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек (1 ч)		
Укусы змей. Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укусы змей. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи.	Практические занятия, работа в группах; интеллектуальная игра.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Сегодняшние заботы медицины (3 ч)		
Расти здоровым. Воспитавай себя. Я выбираю движение.	Практические занятия, работа в группах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.

3 класс		
Содержание курса	Форма организации	Вид деятельности
Чего не надо бояться (1 ч)		
Как воспитывать уверенность и бесстрашие. Работа со стихотворениями и рассказами.	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным (2 ч)		
Учимся думать. Спешим делать добро. Заучивание пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».	Практические занятия, работа в парах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Почему мы говорим неправду (2 ч)		
Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. Беседа «Что такое ложь?». Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.	Практические занятия, работа в группах, парах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Почему мы не слушаемся родителей (2 ч)		
Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. Беседа по теме. Оздоровительная минутка.	Практические занятия, работа в группах, парах; интеллектуальная игра, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Надо ли уметь сдерживать себя (2 ч)		

Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность. Толкование пословиц и крылатых выражений. Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.	Практические занятия, работа в группах, парах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Не грызи ногти, не ковыряй в носу (2 ч)		
Как отучить себя от вредных привычек. Что такое «Вредные привычки». Заучивание слов.	Практические занятия, работа в группах, парах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как относиться к подаркам (2 ч)		
Я принимаю подарок. Я дарю подарок. Понятие «эмоция» и его происхождение. Составление памятки «Это полезно помнить!»	Практические занятия, работа в группах, парах; беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как следует относиться к наказаниям (1 ч)		
Наказание. Анализ ситуаций в стихотворении а.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как нужно одеваться (1 ч)		
Одежда. Правила подбора одежды по сезону. Сезонные изменения и как их принимает человек.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как вести себя с незнакомыми людьми (1 ч)		
Ответственное поведение. Составление памяток. Чтение стихов. Анализ ситуаций.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как вести себя, когда что – то болит (1 ч)		
Определение понятия «боль». Анализ ситуаций в стихотворениях разных авторов.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как вести себя за столом (2 ч)		
Сервировка стола. Правила поведения за столом. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Анализ ситуаций.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как вести себя в гостях (1 ч)		
Ты идёшь в гости. Анализ ситуаций. Составление приглашений. Составление памятки.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как вести себя в общественных местах (2 ч)		
Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, в кино, школе. Анализ	Практические занятия, работа в парах, группах,	Игровая, творческая (практическая),

ситуаций в стихотворениях и рассказах.	беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	познавательная, проблемно-ценностное общение.
«Нехорошие слова». Недобрые шутки (2 ч)		
Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону. Чтение стихотворений о «волшебных» словах.	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Что делать, если не хочется в школу (1 ч)		
Помоги себе сам. Анализ ситуаций в стихотворениях и рассказах. Работа с мудрыми мыслями.	Практические занятия, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Чем заняться после школы (1 ч)		
Умей организовать свой досуг. Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Анализ ситуаций в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как выбрать друзей (2 ч)		
Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом. Работа с пословицами.	Практические занятия, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как помочь родителям (1 ч)		
Как доставить родителям радость. Чем я могу помочь маме и папе. Чтение отрывков из стихотворений детских писателей.	Практические занятия, работа в группах, парах; беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Как помочь больным и беспомощным (2 ч)		
Если кому-нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро. Анализ ситуаций в рассказах и стихотворениях. Толкование пословиц. Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка. Чтение стихотворений о доброте.	Практические занятия, работа в группах, парах; круглый стол, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.
Повторение (3 ч)		
Огонёк здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни. Работа над пословицами о здоровье. Урок - соревнование. Писатели детям.	Практические занятия, работа в группах, парах, беседа по содержанию текста, дискуссия, постановка «живых картин».	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов в теме	В том числе	
			Теория	Практика
1	Друзи с водой	2	2,5	0,5
2	Забота об органах чувств	5	3,5	1,5
3	Уход за зубами	3	1,5	1,5
4	Уход за руками и ногами	1	0,5	0,5
5	Как следует питаться	2	1	1
6	Как сделать сон полезным	1	0,5	0,5
7	Настроение в школе	2	1,5	0,5
8	Настроение после школы	1	1	
9	Поведение в школе	2	1	1
10	Вредные привычки	2	1	1
11	Мышцы, кости и суставы	2	2	
12	Как закаляться	2	1	1
13	Как правильно вести себя на воде	1	0,5	0,5
14	Народные игры	2	1	1
15	Подвижные игры	3		3
16	Доктора природы	2	1	1
	Итого	33	18,5	14,5

2 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов в теме	В том числе	
			Теория	Практика
1	Почему мы боеем	3	2	1
2	Кто и как предохраняет нас от болезней	2	1,5	1
3	Кто нас лечит	1	1	
4	Прививки от болезней	2	2	
5	Что нужно знать о лекарствах	2	1,5	1
6	Как избежать отравлений	2	2	
7	Безопасность при любой погоде	2	1	1
8	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте	2	1	1
9	Правила безопасного поведения на воде	1	0,5	0,5
10	Правила общения с огнем	1	1	
11	Как уберечься от поражения электрическим током	1	1	
12	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1	0,5	0,5
13	Как защититься от насекомых	1	1	
14	Предосторожности при обращении с животными	1	1	
15	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	2	1,5	0,5
16	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожениях	2	1	1
17	Первая помощь при травмах	3	2	1
18	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	1	0,5	0,5
19	Первая помощь при укусах змей, собак и кошек	1	0,5	0,5
20	Сегодняшние заботы медицины	3	1,5	1,5
	Итого	34	24	10

3 класс

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов в теме	В том числе	
			Теория	Практика
1	Чего не надо бояться	1	0,5	0,5
2	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	2	1,5	0,5
3	Почему мы говорим неправду	2	1,5	0,5
4	Почему мы не слушаемся родителей	2	1,5	0,5
5	Надо ли уметь сдерживать себя	2	1,5	0,5
6	Не грызи ногти, не ковыряй в носу	2	1	1
7	Как относиться к подаркам	2	1	1
8	Как следует относиться к наказаниям	1	1	
9	Как нужно одеваться	1	0,5	0,5
10	Как вести себя с незнакомыми людьми	1	0,5	0,5
11	Как вести себя, когда что-то болит	1	1	
12	Как вести себя за столом	2	1	1
13	Как вести себя в гостях	1		1
14	Как вести себя в общественных местах	2	1	1
15	«Нехорошие слова». Недобрые шутки	2	1	1
16	Что делать если не хочется идти в школу	1	0,5	0,5
17	Чем заняться после школы	1	0,5	0,5
18	Как выбрать друзей	2	2	
19	Как помочь родителям	1	1	
20	Как помочь больным и беспомощным	2	2	
21	Повторение	3	2	1
	Итого	34	22,5	11,5

**Контрольно-тематическое
планирование 1 класс**

№ п/п	Название раздела	Количество часов в теме
1	Дружи с водой	1
2	Дружи с водой	1
3	Забота об органах чувств	1
4	Забота об органах чувств	1
5	Забота об органах чувств	1
6	Забота об органах чувств	1
7	Забота об органах чувств	1
8	Уход за зубами	1
9	Уход за зубами	1
10	Уход за зубами	1
11	Уход за руками и ногами	1
12	Как следует питаться	1
13	Как следует питаться	1
14	Как сделать сон полезным	1
15	Настроение в школе	1
16	Настроение в школе	1
17	Настроение после школы	1
18	Поведение в школе	1
19	Поведение в школе	1
20	Вредные привычки	1
21	Вредные привычки	1
22	Мышцы, кости и суставы	1

23	Мышцы, кости и суставы	1
24	Как закаляться	1
25	Как закаляться	1
26	Как правильно вести себя на воде	1
27	Народные игры	1
28	Народные игры	1
29	Подвижные игры	1
30	Подвижные игры	1
31	Подвижные игры	1
32	Доктора природы	1
33	Доктора природы	1

**Контрольно-тематическое
планирование 3 класс**

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов в теме
1	Чего не надо бояться	1
2	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	1
3	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	1
4	Почему мы говорим неправду	1
5	Почему мы говорим неправду	1
6	Почему мы не слушаемся родителей	1
7	Почему мы не слушаемся родителей	1
8	Надо ли уметь сдерживать себя	1
9	Надо ли уметь сдерживать себя	1
10	Не грызи ногти, не ковыряй в носу	1
11	Не грызи ногти, не ковыряй в носу	1
12	Как относиться к подаркам	1
13	Как относиться к подаркам	1
14	Как следует относиться к наказаниям	1
15	Как нужно одеваться	1
16	Как вести себя с незнакомыми людьми	1
17	Как вести себя, когда что-то болит	1
18	Как вести себя за столом	1
19	Как вести себя за столом	1
20	Как вести себя в гостях	1
21	Как вести себя в общественных местах	1
22	Как вести себя в общественных местах	1
23	«Нехорошие слова». Недобрые шутки	1
24	«Нехорошие слова». Недобрые шутки	1
25	Что делать если не хочется идти в школу	1
26	Чем заняться после школы	1
27	Как выбрать друзей	1
28	Как выбрать друзей	1
29	Как помочь родителям	1
30	Как помочь больным и беспомощным	1
31	Как помочь больным и беспомощным	1
32	Повторение	1
33	Повторение	1
34	Повторение	1
	Итого	34

