Краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение «Первомайская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат»



 Рабочая программа

по внеурочной деятельности «Азбука здоровья и безопасности»

для 1 - 4 класса

**на 2023 – 2024 учебный год**

**Составила: Серова Н.Ю.**

**С.Первомайское, 2023**

**Пояснительная записка**

Программа курса «Азбука здоровья и безопасности» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Настоящий курс не только формирует умения ребенка, помогает ему жить в гармонии с собой, но и помогает более продуктивно усваивать другие школьные курсы, развивающие общую и профессиональную культуру каждой индивидуальности. Полученные знания позволят каждому ребенку оценить вклад каждой системы организма в выживании и здоровье всей системы и рассматривать свой рост и развитие как жизненный процесс, которому благоприятствует разумное поведение (ЗОЖ).

 Содержание программы соответствует познавательным возможностям младших школьников и предоставляет им возможность работать на уровне повышенных требований, развивая  мотивацию здороого образа жизни.

Полученные учащимися знания и навыки расширяются в последующие годы обучения. Даётся дополнительный материал, обучение связывается с наблюдениями самих учеников на примерах из повседневной жизни. Данные занятия помогут детям систематизировать, расширить и углубить знания по здоровому образу жизни.

В процессе приобщения к знаниям ребенок учится выражать свои эмоции удобным и наиболее адекватным образом; оценивать потенциальные результаты поступка в сравнении с возможными последствиями перед тем, как выбрать тот или иной способ действия (то есть, прогнозировать свое поведение); эффективно общаться с другими, поддерживать межличностные контакты; составлять свою программу здоровья.

Для успешного освоения программы обучения ребенку необходимо не только много знать, но и последовательно мыслить, догадываться, проявлять умственное напряжение. Загадки, упражнения-шутки, конкурсы, головоломки вызывают у ребят большой интерес.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной программы**

Программа ориентирована на  обучающихся 6,5 - 10 летнего возраста.

**Формы проведения занятий**

                лекции;беседы.просмотр видео фильмов

                практические занятия с элементами игр и игровых элементов, раздаточных материалов, кроссвордов, головоломок, сказок.

                анализ и просмотр текстов;

                самостоятельная работа (индивидуальная и групповая);

Интерес учащихся поддерживается внесением творческого элемента в занятия: самостоятельное составление кроссвордов, шарад, ребусов, разукрашивание.
**Основные методы и технологии**

                технология разноуровневого обучения;

                развивающее обучение;

                технология обучения в сотрудничестве;

                коммуникативная технология.

      Выбор технологий и методик обусловлен необходимостью дифференциации и индивидуализации обучения в целях развития универсальных учебных действий и личностных качеств школьника.

**Описание места курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 4года. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

**IБЛОК «Моё здоровье»**

Концептуальной основой блока «Моё здоровье» являются: положения И.И.Брехмана о методах активного формирования здоровья; Р.И.Айзмана о воспитании у детей потребности в здоровом образе жизни; Л.Г.Татарниковой о формировании установки у детей на укрепление, сохранение, развитие здоровья, усвоение определенных гигиенических, санитарных, медицинских знаний и умений; В.И.Ковалько о технологии реализации школы здоровья на базе общеобразовательного учреждения.

Самое драгоценное у человека – здоровье и только здоровый человек способен быть настоящим творцом собственной судьбы и судьбы своей страны. В сегодняшних условиях мы сталкиваемся с существенным общим ухудшением состояния здоровья детей, что связано с экономическим и социальным неблагополучием многих молодых семей, ослаблением иммунитета, генетических нарушений, плохой экологической обстановкой, алкоголизмом родителей и.т.д. Стандарт второго поколения определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения. Решать эту проблему необходимо через применение в рамках образовательного процесса здоровьесберегающих педагогических технологий и просвещение детей и родителей.

Основные цели блока:

                сформировать у ребенка внутреннюю мотивацию к здоровому образу жизни, помочь осознать, что главная ценность жизни есть здоровье человека, за которое он отвечает сам и сам же обязан поддерживать его в здоровом состоянии;

                заложить основные навыки личной гигиены, гигиены питания, самообслуживания и принятия самостоятельного решения в различных ситуациях, касающихся здоровья.

Задачи блока:

                сформировать представления о строении тела человека и функциях основных органов и систем;

                дать детям знания по основам личной гигиены и охраны своего здоровья;

                помочь детям в формировании половой ориентации как основы культуры поведения;

                развивать представления о взаимосвязи человека и состояния окружающей среды;

                формировать у детей осознанную потребность в ежедневных физических занятиях;

                формировать важнейшие коммуникативные навыки, способствующие успешной социальной адаптации;

                обеспечение физического и психического саморазвития.

Новизна представленного блока «МОЕ ЗДОРОВЬЕ» заключается в том, что она объединила в себе теоретические сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, психологии, ОБЖ.

Реализация блока происходит в виде интеграции отдельных разделов программы на уроках окружающего мира, физической культуры, в проведении подвижных игр.

Блок построен по разделам, материал изложен последовательно, доступно, наглядно, что позволяет проводить занятия систематически.

Блок предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний должен расширяться, углубляться и дополняться.

В ходе реализации блока учащиеся должны получить определенный объем знаний по анатомии, физиологии, экологии, валеологии, психогигиене, психологии.

Знания и умения

           название частей тела, функции ими выполняемые;

           название, расположение и функции основных органов;

           предметы, необходимые для поддержания здоровья;

           профессии, обеспечивающие здоровье человека, почему необходимо посещать врача;

           иметь представление о роли отца и матери в рождении и развитии ребенка4 функции семьи;

           понимать значение здорового образа жизни для собственного здоровья и здоровья окружающих;

           усвоить и понять, какие привычки представляют вред для здоровья (и почему);

           усвоить комплекс физических упражнений, способствующих сохранению здоровья;

           уметь доказать, что в сложный период роста необходимо рациональное питание, являющееся источником энергии всего живого;

           понять важность сохранения окружающей среды.

Предполагаемый результат

Настоящий блок не только формирует умения ребенка, помогает ему жить в гармонии с собой, но и помогает более продуктивно усваивать другие школьные курсы, развивающие общую и профессиональную культуру каждой индивидуальности. Знания, полученные в каждой возрастной группе, позволяют ребенку оценить вклад каждой системы организма в выживание и здоровье всей системы и рассматривать свой рост и развитие как жизненный процесс, которому благоприятствует разумное поведение (ЗОЖ)

В процессе приобщения к знаниям ребенок учится выражать свои эмоции удобным и наиболее адекватным образом; оценивать потенциальные результаты поступка в сравнении с возможными последствиями перед тем, как выбрать тот или иной способ действия (то есть, прогнозировать свое поведение); эффективно общаться с другими, поддерживать межличностные контакты; составлять свою программу здоровья.

В процессе занятий учитель совместно с детьми решает ряд вопросов: чем каждый ребенок отличается от других детей? Как он появился на свет, и кто ему помогает развиваться и расти? Зачем он ест, дыши, спит? Как он слышит и видит? Почему ему бывает больно? Как устроены его органы, и какой вклад они вносят в здоровье, развитие и жизнь человека? Как сохранять свое здоровье и здоровье окружающих? Как предотвратить несчастные случаи и оказать первую помощь? Какие бывают привычки? Какое значение имеет физкультура и правильное питание в предупреждении болезней? и др.

Разговор о правильном питании начался не сегодня. Проблема правильного питания- это проблема взрослых и детей. Нельзя говорить о здоровом образе жизни, не имея понятия о правильном питании. Именно это понятие успешно формируют учителя нашей школы, которые взялись за реализацию программы «Разговор о правильном питании».

**II БЛОК «Светофорик»**

Блок «Светофорик» составлен на основе программы по правилам дорожного движения для 1-4 классов «ДОРОЖНАЯ АЗБУКА» МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» (Разработчики программы: Малетина Л.А., заместитель директора по воспитательной работе Обребская Е.Р., учитель начальных классов)

Мы жители  21 века, где из года в год стремительно растет число транспорта.  Иногда приходится видеть аварийные ситуации на дорогах, где виновниками являются как водители, так и пешеходы, среди которых есть дети. Главная причина здесь в том, что у детей двойственное отношение к автомобилю. С одной стороны, они боятся этих громадных рычащих машин проносящихся на большой скорости мимо них, с другой – они лишены страха и готовы перебежать перед машиной дорогу, не понимая, что водитель остановиться или свернуть в сторону просто не в состоянии. За каждой из дорожных трагедий – судьба ребенка и горе родителей. Невозможно остаться равнодушным, когда речь идет о безопасности детей.

         Обучение Правилам дорожного движения следует рассматривать как составную часть учебно-воспитательной работы школы. На данных занятиях учащиеся: приобретают знания и навыки поведения на улице; усваивают правила движения по дороге; учатся понимать сигналы светофора и жесты регулировщика; усваивают, где можно устраивать игры, ездить на санках, коньках, лыжах; учатся пользоваться автобусом, троллейбусом, трамваем;  знакомятся со значением важнейших дорожных знаков, указателей и линий разметки проезжей части дороги.

          Проблема детского дорожно-транспортного травматизма по-прежнему сохраняет свою актуальность. Необходимы все более разнообразные дифференцированные формы работы с детьми. Поэтому я составила свою программу «Дорожная азбука» для того, чтобы дети успешно усвоили правила дорожного движения, узнали историю возникновения правил дорожного движения, смогли ориентироваться в дорожных ситуациях, на практике применяли свои знания. Работая над программой, я учитывала требования регионального стандарта, изучила рекомендации работников ГИББД, интересы детей, возрастные особенности.

           Ребенок – это тот живой «материал», на основе которого можно сформировать новый тип участника дорожного движения, в основе которого лежит дисциплина и ответственность. По этому  программа по пропаганде правил безопасного движения на дорогах детей – это программа работы на перспективу. Чем раньше  научить  детей культуре поведения на дорогах и улицах, тем меньше будет неприятных происшествий на проезжей части улиц.

           Знания и навыки, полученные учащимися на первом году обучения, расширяются в последующие годы обучения. Даётся дополнительный материал, обучение связывается с наблюдениями самих учеников на примерах из повседневной жизни. Данные занятия помогут детям систематизировать, расширить и углубить знания по безопасности движения, сформируют у них уважение к общему закону дорог и улиц, воспитают дисциплинированных пешеходов, пассажиров, а возможно, и будущих водителей.

            В начальной школе закладывается образовательный базис, на котором в течение всей жизни человека будут основываться его знания о дорожном движении и умение обеспечить себе и окружающим безопасность на дороге, в младших классах изучаются Правила дорожного движения регулярно.

         Программа построена по принципу нарастания объема изучаемого материала. Это нарастание можно проследить в увеличении количества освоенных терминов, дорожных знаков и разметок, конструкций на дорогах и т.д. Учитель постоянно акцентирует внимание учащихся на том, что безоговорочное выполнение ПДД - это условие сохранения себе и окружающим жизни, а также показатель уровня воспитания и культуры взаимоотношений между участниками дорожного движения.

        Отдельные темы, включенные в программу, содержат теоретическую и практическую части. В теоретическую часть включены необходимые сведения по Правилам дорожного движения на заданную тему и беседы по основам безопасного поведения на дорогах в дни школьных каникул, в связи с сезонными изменениями дорожной обстановки. Практическая часть заключается в работе учащихся над дидактическими материалами по заданной теме, экскурсиях, прогулках по улицам и дорогам города, местам массового отдыха детей, а также в работе с сюжетно-ролевыми играми.

     С первых занятий дети знакомятся с историей ПДД. Это помогает учащимся понять значение и важность того или иного правила. Практические занятия помогают детям увидеть наглядно, как выполняются правила дорожного движения водителями и пешеходами, познакомиться с работой сотрудников ГИБДД.

**Цель программы**

* Создание условий для формирования у школьников навыков соблюдения ПДД сохранения жизни и здоровья детей; ученик знающий и соблюдающий ПДД.

**Задачи:**

        Научить  детей культуре поведения на дорогах и улицах.

        Организация деятельности по выявлению, предупреждению и устранению причин ДТП с участием детей и подростков.

        Закрепление знаний ПДД учащимися школы.

        Предоставление базового образования обучающихся в рамках государственных стандартов.

        Создание отряда ЮИД, привлечение школьников к участию в пропаганде среди сверстников правил безопасного поведения на улицах и дорогах.

**Дидактические принципы:**

        систематическое изучение правил дорожного движения,

        осознанность в их усвоении,

        постоянное наращивание количества изученного материала в соответствии возрастными возможностями обучающихся.

**Направления программы**

Программа предусматривает систематическую работу в трех направлениях:

        знакомство с историей ПДД

        развитие практических  навыков

        применение их в реальной  жизни.

**Контроль за реализацией программы**

* Контрольно-диагностические материалы и диаграммы результативности реализации программы

**Ожидаемые результаты**

        Сокращение количества ДТП с участием обучающихся

        Повышение уровня теоретических знаний по ПДД

        Освещение результатов деятельности в школьных СМИ

Программа сочетает в себе: индивидуальные; групповые; коллективные занятия.

**Формы обучения младших школьников ПДД:**

        тематические занятия

        игровые уроки

        конкурсы, соревнования, викторины на лучшее знание ПДД

        настольные, дидактические и подвижные игры, беседы

        Оформление маршрутных листов «Школа – дом»;

        Конкурсы агитбригад по ПДД

**Совместная работа  с отделом ГИБДД**

        Встреча сотрудников ГИБДД с обучающимися  на классных часах.

        Встреча сотрудников ГИБДД с родителями обучающихся.

**Работа с родителями**

        Проведение родительских собраний по тематике ПДД

        Составление и распространение памяток ребенок и дорога

        Привлечение специалистов из числа родителей для проведения мероприятий информационного характера

        Совместные праздники, конкурсы

**Учащиеся должны уметь:**

* переходить улицы и дороги по сигналам светофора и пешеходным переходам, а также проезжую часть небольшой дороги (вне зоны видимости пешеходных переходов);

правильно вести себя во дворах, жилых зонах, на тротуаре, при движении группой, в транспорте, при езде на велосипед.

**III БЛОК Гигиеническое воспитание**

Гигиена – раздел медицины, изучающий условия сохранения здоровья, а также система действий, мероприятий, направленных на поддержание чистоты, здоровья.

Гигиеническое воспитание предполагает ряд мероприятий направленных на формирование, поддержание и развитие гигиенических навыков у населения и у младших школьников в частности.

Данная программа предлагает темы занятий по воспитанию гигиенических навыков у младших школьников 1 – 4 классов.

Занятия могут проводиться в форме бесед, КТД, практикумов, праздников и т.п. по усмотрению учителя.

Программа рассчитана на четыре учебных года. В конце каждого года предполагается занятие-викторина с целью определения уровня усвоения знаний. В конце учебного года проводится праздник как подведение итогов обучения.

**IV БЛОК Профилактика употребления наркотиков**

**и других психоактивных веществ**

Блок «Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ» составлен на основе программы [Волик Марии Сергеевн](http://www.metod-kopilka.ru/site/user/13989%22%20%5Ct%20%22_blank)ы «Уроки профилактики наркомании в начальных классах»

Выработка у подрастающего поколения устойчивости к наркотическому давлению cреды требует пристального внимания педагогов и педагогической науки, поскольку общество остро нуждается в работе по ограждению детей, подростков, юношества от пагубного влияния наркотиков. При этом профилактика наркотизма среди школьников должна быть неотъемлемой частью всей системы воспитания и обеспечивать решение не только собственно антинаркогенных, но также и общих задач воспитания. Важнейшим в воспитательно-профилактической антинаркотической работе является:

а) обучение школьников умению противостоять жизненным трудностям и конфликтным ситуациям;

б) формирование у школьников отрицательного отношения к наркогенным веществам и последствиям их употребления.

На этой основе становится возможной способность противостоять наркогенному воздействию микросреды, в том числе умение отказаться от предложений испытать на себе действие того или иного вещества. Представленные ниже уроки профилактики наркомании составлены на основе принципов педагогической наркологии и расположены в последовательности, которая способствует формированию у учащихся внутреннихантинаркотических защитных барьеров.

Дополнительно дается информация о признаках наркотического опьянения, краткий словарь терминов, используемых в наркогенной среде, а также анкета для учащихся, содержащая вопросы для проверки усвоения ими учебного материала и позволяющая оценить степень их устойчивости к наркогенному давлению среды

Следует отметить, что наркомания имеет биологическую основу и социальные следствия, а в личностно психологическом плане представляет собой эстетическую проблему. Поэтому вопросы профилактики наркомании тесно связаны с задачами нравственного воспитании

**Содержание программы. Тематическое планирование.**

**1 класс**

**IБЛОК «Моё здоровье»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов |
| теория | практика |
| 1 | Если хочешь быть здоров (Закаливание) | 1 |   |
| 2 | Самые полезные продукты | 1 |   |
| 3 | Как следует питаться | 1 |   |
| 4 | Советы витаминчика | 1 |   |
| 5 | Как правильно есть | 1 |   |
| 6 | Удивительные превращения пирожка | 1 |   |
| 7 | Как уберечься от порезов, ушибов, переломовИтоговый тест по блоку | 1 |   |

**II БЛОК «Светофорик»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 8 | Вводное занятие. Основные понятия и термины ПДД | 1 |   |
| 9 | Безопасный маршрут от дома до школы |   | 1 |
| 10 | Улица полна неожиданностей (рисунки) |   | 1 |
| 11 | Дорожные знаки. Элементы улиц и дорог (рисунки) |   | 1 |
| 12 | Движение пешеходов по улицам города и дорогам (рисунки) |   | 1 |
| 13 | Где и как переходить улицу? Учимся соблюдать ПДД | 1 |   |
| 14 | Правила движения велосипедистов. Я- велосипедист (рисунки)Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**III БЛОК Гигиеническое воспитание**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 15 | Гигиенические правила и предупреждение заболеваний | 1 |   |
| 16 | Как сохранить улыбку красивой | 1 |   |
| 17 | Конструируем ростомер |   | 1 |
| 18 | Индивидуальный «паспорт» здоровья |   | 1 |
| 19 | Как устроен человек | 1 |   |
| 20 | Почему мы не ломаемся | 1 |   |
| 21 | Путь пирожка | 1 |   |
| 22 | Чудо-вагончики | 1 |   |
| 23 | Что любят и не любят ваши зубы | 1 |   |
| 24 | Викторина «Что я знаю о себе»Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**IV БЛОК Профилактика употребления наркотиков**

**и других психоактивных веществ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 25 | Я не похож на других | 1 |   |
| 26 | Я как член коллектива | 1 |   |
| 27 | Поведение в школе (я-ученик) | 1 |   |
| 28 | Привычки и удовольствия | 1 |   |
| 29 | Сказка о вреде курения |   | 1 |
| 30 | Презентация «О вреде курения» | 1 |   |
| 31 | Беседа «Похититель рассудка- алкоголь» | 1 |   |
| 32 | Беседа с элементами инсценировки «Курить- здоровью вредить» |   | 1 |
| 33 | Моя жизнь- моя ценность | 1 |   |
| 34 | Стыд, вина и извинение (презентация)Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**2 класс**

**IБЛОК «Моё здоровье»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов |
| теория | практика |
| 1 | Моя семья | 1  |  |
| 2 | Мои друзья и одноклассники |  1 |  |
| 3 | Зачем человек ест? | 1 |   |
| 4 | Добрые и злые продукты. Режим питания | 1 |   |
| 5 | Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной? |  1 |  |
| 6 | Плох обед, если хлеба нет |   | 1 |
| 7 | Праздник. Время есть булочки | 1 |   |
| 8 | Пора ужинать | 1 |   |
| 9 | Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзьяИтоговый тест по блоку |   | 1 |

**II БЛОК «Светофорик»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 10 | Правила ДД для велосипедиста (рисунки) |   | 1 |
| 11 | Дорожная разметка | 1 |   |
| 12 | Дорожная разметка (рисунки) |   | 1 |
| 13 | Я- пассажир (рисунки) | 1 |   |
| 14 | На железной дороге (рисунки) |   | 1 |
| 15 | Правила посадки и высадки из автобуса (рисунки) |   | 1 |
| 16 | Сигналы светофора и регулировщика (рисунки)Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**III БЛОК Гигиеническое воспитание**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 17 | Это Я | 1 |   |
| 18 | Кто тобой управляет? | 1 |   |
| 19 | Чтоб дышалось легко | 1 |   |
| 20 | Слышишь звук: тук, тук, тук? | 1 |   |
| 21 | Чудесный котелок | 1 |   |
| 22 | Вы больны | 1 |   |
| 23 | Чтобы быть здоровым | 1 |   |
| 24 | Если хочешь подрасти | 1 |   |
| 25 | Вот как мы растём |   | 1 |
| 26 | Викторина «Что я знаю о себе»Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**IV БЛОК Профилактика употребления наркотиков**

**и других психоактивных веществ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 27 | Полёт и падение | 1 |   |
| 28 | Как вы себе представляете «полёт» и «падение» (нарисуйте) |   | 1 |
| 29 | Игра «Мышка и сыр» |   | 1 |
| 30 | Хорошие и плохие вещества | 1 |   |
| 31 | Хорошие и дурные поступки. Добрые дела |   | 1 |
| 32 | Правда и ложь | 1 |   |
| 33 | Храню себя сам | 1 |   |
| 34 | Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**3 класс**

**IБЛОК «Моё здоровье»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов |
| теория | практика |
| 1 | Как вести себя за столом | 1 |   |
| 2 | Я выбираю кашу |  1 |  |
| 3 | Где найти витамины весной? |  1 |   |
| 4 | Как утолить жажду… | 1 |   |
| 5 | Что надо есть, если хочешь стать сильнее | 1 |   |
| 6 | Я выбираю движение | 1 |   |
| 7 | Мой любимый вид спорта |   | 1 |
| 8 | Мама, папа, я-спортивная семьяИтоговый тест по блоку |   | 1 |

**II БЛОК «Светофорик»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 9 | Учимся соблюдать ПДД (рисунки) |   | 1 |
| 10 | Пешеходный переход, перекрёсток | 1 |   |
| 11 | Я- пешеход и пассажир. Видеофильмы |   | 1 |
| 12 | Основные правила поведения учащихся на улице , дороге | 1 |   |
| 13 | Что такое Госавтоинспекция и кто такой инспектор ДПС | 1 |   |
| 14 | Виды светофоров и их сигналы. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств | 1 |   |
| 15 | Игры и соревнования по ПДД учащихся на улицах и дорогах |   | 1 |
| 16 | Оформление уголка по ПДД (рисунки, памятки) |   | 1 |
| 17 | Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**III БЛОК Гигиеническое воспитание**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 18 | Твой персональный компьютер | 1 |   |
| 19 | Что происходит, когда ты дышишь | 1 |   |
| 20 | Зачем нам кровь и как она обращается | 1 |   |
| 21 | Что происходит с пищей, которую ты ешь | 1 |   |
| 22 | Вы больны или здоровы? | 1 |   |
| 23 | Чтобы быть здоровым… | 1 |   |
| 24 | Почему я расту | 1 |   |
| 25 | Почему ты можешь двигаться | 1 |   |
| 26 | Викторина «Что я знаю о себе»Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**IV БЛОК Профилактика употребления наркотиков**

**и других психоактивных веществ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 27 | Чего не надо бояться | 1 |   |
| 28 | Почему мы не слушаемся родителей | 1 |   |
| 29 | Вредные привычки | 1 |   |
| 30 | Кто Я? Кто Ты? | 1 |   |
| 31 | Чувства. Их выражение. Отделение чувств от поведения | 1 |   |
| 32 | Отношение к себе, самооценка, развитие и личностный рост. Ценность моей и твоей личности | 1 |   |
| 33 | Понятие зависимости. Моё отношение к алкоголизму и наркомании | 1 |   |
| 34 | Семья как единый организм. Понятие здоровой семьиИтоговый тест по блоку |   | 1 |

**4 класс**

**IБЛОК «Моё здоровье»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-во часов |
| теория | Прак-тика |
| 1 | Я ищу себя | 1 |   |
| 2 | Как работает наш желудок? | 1 |   |
| 3 | Умеем ли мы правильно питаться? | 1 |   |
| 4 | На вкус и цвет товарищей нет |  1 |  |
| 5 | Овощи, ягоды и фрукты- витаминные продукты |   | 1 |
| 6 | Каждому овощу- своё время | 1 |   |
| 7 | Культура здорового образа жизни (урок-соревнование)Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**II БЛОК «Светофорик»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 8 | Как вести себя на улице? |   | 1 |
| 9 | Путешествие в историю ПДД | 1 |   |
| 10 | Дорога, что ты расскажешь о себе? | 1 |   |
| 11 | Тротуар, что это такое? | 1 |   |
| 12 | В гости к Светофору Светофорычу | 1 |   |
| 13 | На дороге постовой, а кто он такой? | 1 |   |
| 14 | Транспорт- каким ты был раньше? | 1 |   |
| 15 | Игра- викторина «Знатоки ПДД»Итоговый тест по блоку Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**III БЛОК Гигиеническое воспитание**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 16 | Забота о коже | 1 |   |
| 17 | Лекарства | 1 |   |
| 18 | Человеческий организм | 1 |   |
| 19 | Как сохранить здоровье? | 1 |   |
| 20 | Викторина «Что я знаю о себе» |   | 1 |
| 21 | Как стать красивым и здоровым | 1 |   |
| 22 | Волшебная щёточка |   | 1 |
| 23 | Викторина «Нам счастливую дорогу выбрать надобно»Итоговый тест по блоку |   | 1 |

**IV БЛОК Профилактика употребления наркотиков**

**и других психоактивных веществ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 24 | Опасные чувства внутри меня | 1 |   |
| 25 | Вредные привычки | 1 |   |
| 26 | Понятие личности. Структура моей и твоей личности | 1 |   |
| 27 | Чувства. Умение осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние | 1 |   |
| 28 | Отношение к себе, самооценка, развитие и личностный рост | 1 |   |
| 29 | Информация о действиях и последствиях употребления психоактивных веществ. Умение говорить «нет» |  1 |  |
| 30 | Человек как социальное существо. Формирование навыков общения | 1 |  |
| 31 | Отстаивание собственного мнения, поиск компромиссов, умение пртивостоять групповому давлению |   | 1 |
| 32 | Радость и удовольствие можно получать различными способами |   | 1 |
| 33 | Способы решения проблем, личностных сложностей |   | 1 |
| 34 | Понятие морали и нравственности, смысла жизни и личностных ценностей   Итоговый тест по блоку | 1 |   |