

**Департамент образования Мэрии города Грозного**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №14» г. Грозного**

**(МБОУ «СОШ №14» г. Грозного)**

**Соьлжа-Г1алин Мэрин дешаран департамент**

**Муниципальни бюджетни юкъардешаран учреждени**

**Соьлжа-Г1алин «Юкъара дешаранюккъера школа №14»**

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТА  решением методического объединения  классных руководителей  протокол №1 от 30.08.2022 года | СОГЛАСОВАНА  Заместитель директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_В.С.Ферзаули 30.08.2022 года |

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Разговор о здоровье»**  
**для 1–4-х классов**

*(приложение №15 к основной образовательной программе начального общего образования Приказ №220 от 30.08.2022г.)*

Составители: методическое объединение классных руководителей.

**Пояснительная записка**

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Программа курса внеурочной деятельности для 1 - 4 классов «Разговор о здоровье» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требования к основной образовательной программе начального общего образования.

Внеурочная деятельность увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Разговор о здоровье» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **ЦЕЛЕЙ**:

* формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
* развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
* обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **ЗАДАЧАМИ:**

1. ***Формирование:***

* представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
* навыков конструктивного общения;
* потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
* формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
* обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
* научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
* добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

1. ***Обучение:***

* осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
* правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
* элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
* упражнениям сохранения зрения.

Программа рассчитана на 4 года, 135 часов. В 1 классе – 33 часа, 2-4 классы по 34 часа Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут (в 1 классе), по 40 минут во 2 - 4 классах. Программа рассчитана на детей 7-10 лет, реализуется за 4 года.

**1-й год** обучения 1час в неделю, 4 часа в месяц.

**2-й год** обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

**3-й год** обучения 1час в неделю, 4 часа в месяц.

**4-й год** обучения 1час в неделю, 4 часа в месяц.

**2.Планируемые результаты реализации курса "Разговор о здоровье".**

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника- это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школа.

Следовательно, выпускник младших классов школы как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдивым, креативным, инициативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

В соответствии с ФГОС начального общего образования решаются следующие **задачи**:

* становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
* формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
* духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
* укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по оздоровительному направлению «Разговор о здоровье» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у

обучающихся, формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

-умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения еѐ цели;

-умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

-умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию,

сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;  сформированность основ российской, гражданской идентичности.

***Личностными результатами*** программы внеурочной деятельности по общекультурному  направлению «Азбука здоровья»  является формирование следующих умений:

* *Определять*и*высказывать* под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
* В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор,* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

***Метапредметными результатами*** программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

***1. РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:***

* *Определять и формулировать* цель деятельности на уроке с помощью учителя.
* *Проговаривать* последовательность действий на уроке.
* Учить *высказывать* своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить *работать*по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

* Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

***2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД:***

* Делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
* Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
* Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса.
* Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
* Находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

***3. КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:***

* Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
* *Слушать*и*понимать* речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

* Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
* Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
* Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

***ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:***

* осознание  обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

**Первостепенным результатом** реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**Содержание курса "Разговор о здоровье"**

**1 класс (33 часа)**

**Дружи с водой (2ч)** Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.

**Забота об органах чувств (5 ч)** Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена.

**Уход за зубами (3 ч)** Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой.

**Уход за руками и ногами (1 ч)** «Рабочие инструменты» человека.

**Как следует питаться (2 ч)** Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая Пища для всей семьи.

**Как сделать сон полезным (1 ч)**Сон – лучшее лекарство.

**Настроение в школе (2 ч)** Как настроение?

**Настроение после школы(1 ч)** Я пришёл из школы.

**Поведение в школе (2 ч)** Я – ученик.

**Вредные привычки (2 ч)**

**Мышцы, кости и суставы (2 ч)** Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина.

**Как закаляться (2 ч)** Если хочешь быть здоров.

**Как правильно вести себя на воде (1 ч)** Правила безопасности на воде.

**Народные игры.(2 ч)**

**Подвижные игры (3ч)**

**Доктора природы(2 ч)**

**2 класс – 34 часа**

**Почему мы болеем(3ч)** Причины болезни.  Признаки болезни.  Как здоровье?

**Кто и как предохраняет нас от болезней(2ч)** Как организм помогает себе сам.   Здоровый образ жизни

**Кто нас лечит(1ч)** Какие врачи нас лечат

**Прививки от болезней(2ч)** Инфекционные болезни. Прививки от болезней

**Что нужно знать о лекарствах(2)**Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка

**Как избежать отравлений(2ч)** Отравление лекарствам Пищевые отравления

**Безопасность при любой погоде(2ч)** Если солнечно и жарко  Если на улице дождь и гроза

**Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте(2ч)**Опасность в нашем доме Как вести себя на улице

**Правила безопасного поведения на воде(1ч)** Вода – наш друг

**Правила общения с огнём(1ч)** Чтобы огонь не причинил вреда

**Как уберечься от поражения электрическим током(1ч)** Чем опасен электрический ток

**Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.(1ч)** Травмы

**Как защититься от насекомых(1ч)**

Укусы насекомых

**Предосторожности при обращении с животными(1ч)**

Что мы знаем про кошек и собак

**Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом(2ч)**

Отравление ядовитыми веществами

Отравление угарным газом

**Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожениях(2ч)**

Как помочь себе при тепловом ударе

Как уберечься от мороза

**Первая помощь при травмах(3ч)**

Растяжение связок и вывих костей

Переломы

Если ты ушибся и порезался

**Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос(1ч)**

Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее

**Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек(1ч)**

Укусы змей

**Сегодняшние заботы медицины(3ч)**

Расти здоровым

Воспитай себя

Я выбираю движение.

**3 класс – 34 часа**

**Чего не надо бояться(1ч)**Как воспитывать уверенность и бесстрашие

**Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным(2ч)** Учимся думать. Спеши делать добро.

**Почему мы говорим неправду(2ч)** Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках

**Почему мы не слушаемся родителей(2ч)** Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга

**Надо ли уметь сдерживать себя(2ч)** Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность

**Не грызи ногти, не ковыряй в носу(2ч)** Как отучить себя от вредных привычек. Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)

**Как относиться к подаркам(2ч)** Я принимаю подарок. Я дарю подарок

**Как следует относиться к наказаниям(1ч)** Наказание

**Как нужно одеваться(1ч)** Одежда

**Как вести себя с незнакомыми людьми(1ч)** Ответственное поведение

**Как вести себя, когда что – то болит(1ч)** Боль

**Как вести себя за столом(2ч)** Сервировка стола. Правила поведения за столом

**Как вести себя в гостях(1ч)** Ты идёшь в гости

**Как вести себя в общественных местах(2ч)** Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, в кино, школе

**«Нехорошие слова». Недобрые шутки(2ч)** Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону

**Что делать. Если не хочется в школу(1ч)** Помоги себе сам

**Чем заняться после школы(1ч)** Умей организовать свой досуг

**Как выбрать друзей(2ч)** Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом

**Как помочь родителям(1ч)** Как доставить родителям радость

**Как помочь больным и беспомощным(2ч)**Если кому – нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро

**Повторение(3ч)** Огонёк здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни

**4 КЛАСС – 34 часа**

**Наше здоровье(4ч)** Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс

**Как помочь сохранить себе здоровье(3ч)** Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

**Что зависит от моего решения(2ч)** Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

**Злой волшебник – табак(1ч)** Что мы знаем о курении

**Почему некоторые привычки называются вредными(5ч)** Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

**Помоги себе сам(1ч)** Волевое поведение.

**Злой волшебник – алкоголь(3ч)** Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор **Злой волшебник – наркотик(2ч)** Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения.

**Мы – одна семья(2ч)** Мальчишки и девчонки. Моя семья.

**Повторение(11ч)**Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1 КЛАСС** **(33 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Тема** | **Форма орг.** |
| 1 | Советы доктора Воды. | Беседа |
| 2 | Друзья Вода и мыло | Творческая работа |
| 3 | Глаза – главные помощники человека. | Беседа |
| 4 | Подвижные игры | Игры на свежем воздухе |
| 5 | Чтобы уши слышали. | Практическая работа |
| 6 | Почему болят зубы. | Творческое рисование |
| 7 | Чтобы зубы были здоровыми. | Беседа |
| 8 | **Итоговое занятие** |  |
| 9 | «Рабочие инструменты» человека. | Практическая работа |
| 10 | Подвижные игры. | Игры на свежем воздухе |
| 11 | Зачем человеку кожа. | Беседа |
| 12 | Надёжная защита организма. | Беседа |
| 13 | Если кожа повреждена. | Практическая работа |
| 14 | Подвижные игры. | Игры на свежем воздухе |
| 15 | **Итоговое занятие** |  |
| 16 | Здоровая пища для всей семьи. | Проведение опыта |
| 17 | Сон – лучшее лекарство | Анализ ситуации |
| 18 | Как настроение? | Тест |
| 19 | Я пришёл из школы. | Беседа |
| 20 | Подвижные игры по выбору детей. | Игры на свежем воздухе |
| 21 | Я – ученик. | Творческая работа |
| 22 | Я – ученик. | Беседа |
| 23 | Вредные привычки. | Беседа |
| 24 | Подвижные игры. | Игры на свежем воздухе |
| 25 | **Итоговое занятие** |  |
| 26 | Скелет – наша опора. | Практическая работа |
| 27 | Осанка – стройная спина! | Практические упражнения |
| 28 | Если хочешь быть здоров. | Творческая работа |
| 29 | Правила безопасности на воде. | Беседа |
| 30 | Подвижные игры. | Игры на свежем воздухе |
| 31 | **Итоговое занятие** |  |
| 32 | Весёлые старты. | Игры на свежем воздухе |
| 33 | **Итоговое занятие за год** |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**2 КЛАСС** (**34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Тема** | **Форма орг.** |
| 1 | Разные причины болезней. | Беседа |
| 2 | Признаки некоторых болезней | Практическая работа |
| 3 | Как ваше здоровье? | Практическая работа |
| 4 | Организм- сам себе помощник. | Тест |
| 5 | Здоровый образ жизни. | Беседа |
| 6 | Какие врачи нас лечат. | Беседа |
| 7 | Инфекции и болезни. Прививки от болезней. | Беседа |
| 8 | **Итоговое занятие** |  |
| 9 | Как выбрать лекарства. | Практическая работа |
| 10 | Домашняя аптечка. | Анализ ситуации |
| 11 | Лекарственные отравления | Беседа |
| 12 | Пищевые отравления. | Составление памятки |
| 13 | Солнце – наш друг? | Беседа |
| 14 | На улице дождь и гроза. | Конкурс рисунков |
| 15 | **Итоговое занятие** |  |
| 16 | Правила поведения на улице. | Анализ ситуации |
| 17 | Вода – наш друг. | Беседа |
| 18 | Чтобы огонь не причинил вреда. | Практическая работа |
| 19 | Чем опасен электрический ток. | Беседа |
| 20 | Травмы. | Практическая работа |
| 21 | Укусы насекомых. | Беседа |
| 22 | Про собак и кошек. | Беседа |
| 23 | Отравление ядовитыми веществами. | Беседа |
| 24 | Отравление угарным газом. Помочь себе при тепловом ударе. | Беседа |
| 25 | **Итоговое занятие за** |  |
| 26 | Как уберечься от мороза. | Беседа |
| 27 | Растяжения и вывихи. | Практическая работа |
| 28 | Переломы. | Практическая работа |
| 29 | Если ты ушибся или порезался. | Беседа |
| 30 | Если в глаз, ухо, нос или горло попало  инородное тело. | Практическая работа |
| 31 | Если укусила змея. | Беседа |
| 32 | **Итоговое занятие** |  |
| 33 | Здоровый образ жизни. | Беседа |
| 34 | **Итоговое занятие за год** |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**3 класс** **(34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Форма орг.** |
| **1** | Как воспитывать уверенность и бесстрашие. | Беседа. Анализ ситуации |
| **2** | Учимся думать. | Беседа. Анализ ситуации |
| **3** | Спеши делать добро | Игра «Продолжи сказку» |
| **4** | Поможет ли нам обман. | Беседа. Анализ ситуации |
| **5** | Неправда – ложь» в пословицах и поговорках | Чтение рассказа «Косточка», анализ ситуации. |
| **6** | Надо ли прислушиваться к советам родителей | Беседа. Анализ ситуации |
| **7** | Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. | Анализ ситуации |
| **8** | **Итоговое занятие** |  |
| **9** | Как воспитать в себе сдержанность | Беседа |
| **10** | Как отучить себя от вредных привычек | Конкурс рисунков |
| **11** | Я принимаю подарок. | Анализ ситуации |
| **12** | Я дарю подарки. |  |
| **13** | Наказание | Беседа |
| **14** | Одежда. | Беседа |
| **15** | **Итоговое занятие** |  |
| **16** | Боль. | Беседа |
| **17** | Сервировка стола. | Практическая работа |
| **18** | Правила поведения за столом. | Урок-игра |
| **19** | Ты идешь в гости | Практическая работа |
| **20** | Как вести себя в транспорте и на улице. | Беседа |
| **21** | Как вести себя в театре, кино, школе. |  |
| **22** | Умеем ли мы вежливо обращаться | Практическая работа |
| **23** | Умеем ли мы разговаривать по телефону | Практическая работа |
| **24** | Помоги себе сам. | Практическая работа |
| **25** | **Итоговое занятие** |  |
| **26** | Что такое дружба. | Беседа, анализ ситуации |
| **27** | Кто может считаться настоящим другом. | Конкурс стихотв. |
| **28** | Как доставить родителям радость. | Беседа, анализ ситуации |
| **29** | Если кому - нибудь нужна твоя помощь. | Анализ ситуации |
| **30** | Спешите делать добро. | Беседа, анализ ситуации |
| **31** | Огонек здоровья | Театральная постановка |
| **32** | **Итоговое занятие** |  |
| **33** | Путешествие в страну здоровья | Урок-игра |
| **34** | **Итоговое занятие за год** |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**4 класс** (**34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Форма орг.** |
| 1 | Что такое здоровье? | Беседа, практическая работа |
| 2 | Что такое эмоции? | Беседа,  практическая работа |
| 3 | Чувства и поступки | Чтение стихотв.Дж.Родари. |
| 4 | Стресс. | Беседа |
| 5 | Учимся думать и действовать. | Урок-игра |
| 6 | Учимся находить причину и последствия событий | Практическая работа |
| 7 | Умей выбирать. | Беседа |
| 8 | **Итоговое занятие** |  |
| 9 | Я отвечаю за своё решение | Беседа, практическая работа, анализ ситуации |
| 10 | Что мы знаем о курении. | Беседа |
| 11 | Зависимость. | Беседа |
| 12 | Умей сказать НЕТ. | Беседа, анализ ситуации |
| 13 | Как сказать НЕТ. | Беседа, анализ ситуации |
| 14 | Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? | Беседа |
| 15 | **Итоговое занятие за 2 четверть** |  |
| 16 | Волевое поведение. | Беседа, анализ ситуации |
| 17 | Алкоголь. | Беседа |
| 18 | Алкоголь – ошибка. | Беседа |
| 19 | Алкоголь – сделай выбор. | Беседа |
| 20 | Наркотик | Беседа, анализ ситуации |
| 21 | Наркотик – тренинг безопасного поведения | Беседа, анализ ситуации |
| 22 | Мальчишки и девчонки. | Беседа |
| 23 | Моя семья. | Защита рисунков |
| 24 | **Итоговое занятие** |  |
| 25 | День здоровья. | Игры и сорев. |
| 26 | Умеем ли мы правильно питаться? | Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин» |
| 27 | Я выбираю кашу. | Беседа |
| 28 | Чистота и здоровье. | Игры и сорев. |
| 29 | Откуда берутся грязнули? | Игра – путешествие |
| 30 | Чистота и порядок | продолжение путешествия). |
| 31 | **Итоговое занятие** |  |
| 32 | КВН «Наше здоровье» | Игры и сорев. |
| 33 | Я здоровье берегу – сам себе я помогу | Практическая работа |
| 34 | **Итоговое занятие за год** |  |



**Департамент образования Мэрии города Грозного**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №14» г. Грозного**

**(МБОУ «СОШ №14» г. Грозного)**

**Соьлжа-Г1алин Мэрин дешаран департамент**

**Муниципальни бюджетни юкъардешаран учреждени**

**Соьлжа-Г1алин «Юкъара дешаранюккъера школа №14»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАСМОТРЕННО на заседании методического объединения кл.рук протокол №1 от 30.08.2022 г. рук.\_\_\_\_\_\_Х.Х.Гайсултанова | СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_В.С.Ферзаули 30.08.2022 года | УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «СОШ №14» приказ №227 от 30.08.2022 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.Р.Саралиева |

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Разговор о здоровье»**  
**1 «Б» класса**

Учитель: Чичканова Лариса Исановна

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** | |
| **план** | **факт** |
| **1** | Советы доктора Воды. | 1 | 01.09 |  |
| **2** | Друзья Вода и мыло | 1 | 08.09 |  |
| **3** | Глаза – главные помощники человека. | 1 | 15.09 |  |
| **4** | Подвижные игры | 1 | 22.09 |  |
| **5** | Чтобы уши слышали. | 1 | 29.09 |  |
| **6** | Почему болят зубы. | 1 | 06.10 |  |
| **7** | Чтобы зубы были здоровыми. | 1 | 20.10 |  |
| **8** | Итоговое занятие | 1 | 27.10 |  |
| **9** | «Рабочие инструменты» человека. | 1 | 03.11 |  |
| **10** | Подвижные игры. | 1 | 10.11 |  |
| **11** | Зачем человеку кожа. | 1 | 17.11 |  |
| **12** | Надёжная защита организма. | 1 | 01.12 |  |
| **13** | Если кожа повреждена. | 1 | 08.12 |  |
| **14** | Подвижные игры. | 1 | 15.12 |  |
| **15** | Итоговое занятие | 1 | 22.12 |  |
| **16** | Здоровая пища для всей семьи. | 1 | 29.12 |  |
| **17** | Сон – лучшее лекарство | 1 | 12.01 |  |
| **18** | Как настроение? | 1 | 19.01 |  |
| **19** | Я пришёл из школы. | 1 | 26.01 |  |
| **20** | Подвижные игры по выбору детей. | 1 | 02.02 |  |
| **21** | Я – ученик. | 1 | 09.02 |  |
| **22** | Я – ученик. | 1 | 16.02 |  |
| **23** | Вредные привычки. | 1 | 02.03 |  |
| **24** | Подвижные игры. | 1 | 09.03 |  |
| **25** | Итоговое занятие | 1 | 16.03 |  |
| **26** | Скелет – наша опора. | 1 | 23.03 |  |
| **27** | Осанка – стройная спина! | 1 | 30.03 |  |
| **28** | Если хочешь быть здоров. | 1 | 06.04 |  |
| **29** | Правила безопасности на воде. | 1 | 20.04 |  |
| **30** | Подвижные игры. | 1 | 27.04 |  |
| **31** | Итоговое занятие | 1 | 04.05 |  |
| **32** | Весёлые старты. | 1 | 11.05 |  |
| **33** | Итоговое занятие за год | 1 | 18.05 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** | |
| **план** | **факт** |
| **1** | Разные причины болезней. | 1 | 01.09 |  |
| **2** | Признаки некоторых болезней | 1 | 08.09 |  |
| **3** | Как ваше здоровье? | 1 | 15.09 |  |
| **4** | Организм- сам себе помощник. | 1 | 22.09 |  |
| **5** | Здоровый образ жизни. | 1 | 29.09 |  |
| **6** | Какие врачи нас лечат. | 1 | 06.10 |  |
| **7** | Инфекции и болезни. Прививки от болезней. | 1 | 20.10 |  |
| **8** | Итоговое занятие | 1 | 27.10 |  |
| **9** | Как выбрать лекарства. | 1 | 03.11 |  |
| **10** | Домашняя аптечка. | 1 | 10.11 |  |
| **11** | Лекарственные отравления | 1 | 17.11 |  |
| **12** | Пищевые отравления. | 1 | 01.12 |  |
| **13** | Солнце – наш друг? | 1 | 08.12 |  |
| **14** | На улице дождь и гроза. | 1 | 15.12 |  |
| **15** | Итоговое занятие | 1 | 22.12 |  |
| **16** | Правила поведения на улице. | 1 | 29.12 |  |
| **17** | Вода – наш друг. | 1 | 12.01 |  |
| **18** | Чтобы огонь не причинил вреда. | 1 | 19.01 |  |
| **19** | Чем опасен электрический ток. | 1 | 26.01 |  |
| **20** | Травмы. | 1 | 02.02 |  |
| **21** | Укусы насекомых. | 1 | 09.02 |  |
| **22** | Про собак и кошек. | 1 | 16.02 |  |
| **23** | Отравление ядовитыми веществами. | 1 | 02.03 |  |
| **24** | Отравление угарным газом. Помочь себе при тепловом ударе. | 1 | 09.03 |  |
| **25** | Итоговое занятие | 1 | 16.03 |  |
| **26** | Как уберечься от мороза. | 1 | 23.03 |  |
| **27** | Растяжения и вывихи. | 1 | 30.03 |  |
| **28** | Переломы. | 1 | 06.04 |  |
| **29** | Если ты ушибся или порезался. | 1 | 20.04 |  |
| **30** | Если в глаз, ухо, нос или горло попало  инородное тело. | 1 | 27.04 |  |
| **31** | Если укусила змея. | 1 | 04.05 |  |
| **32** | Итоговое занятие | 1 | 11.05 |  |
| **33** | Здоровый образ жизни. | 1 | 18.05 |  |
| **34** | Итоговое занятие за год | 1 | 25.05 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** | |
| **план** | **факт** |
| **1** | Как воспитывать уверенность и бесстрашие. | 1 | 01.09 |  |
| **2** | Учимся думать. | 1 | 08.09 |  |
| **3** | Спеши делать добро | 1 | 15.09 |  |
| **4** | Поможет ли нам обман. | 1 | 22.09 |  |
| **5** | Неправда – ложь» в пословицах и поговорках | 1 | 29.09 |  |
| **6** | Надо ли прислушиваться к советам родителей | 1 | 06.10 |  |
| **7** | Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. | 1 | 20.10 |  |
| **8** | Итоговое занятие | 1 | 27.10 |  |
| **9** | Как воспитать в себе сдержанность | 1 | 03.11 |  |
| **10** | Как отучить себя от вредных привычек | 1 | 10.11 |  |
| **11** | Я принимаю подарок. | 1 | 17.11 |  |
| **12** | Я дарю подарки. | 1 | 01.12 |  |
| **13** | Наказание | 1 | 08.12 |  |
| **14** | Одежда. | 1 | 15.12 |  |
| **15** | Итоговое занятие | 1 | 22.12 |  |
| **16** | Боль. | 1 | 29.12 |  |
| **17** | Сервировка стола. | 1 | 12.01 |  |
| **18** | Правила поведения за столом. | 1 | 19.01 |  |
| **19** | Ты идешь в гости | 1 | 26.01 |  |
| **20** | Как вести себя в транспорте и на улице. | 1 | 02.02 |  |
| **21** | Как вести себя в театре, кино, школе. | 1 | 09.02 |  |
| **22** | Умеем ли мы вежливо обращаться | 1 | 16.02 |  |
| **23** | Умеем ли мы разговаривать по телефону | 1 | 02.03 |  |
| **24** | Помоги себе сам. | 1 | 09.03 |  |
| **25** | Итоговое занятие | 1 | 16.03 |  |
| **26** | Что такое дружба. | 1 | 23.03 |  |
| **27** | Кто может считаться настоящим другом. | 1 | 30.03 |  |
| **28** | Как доставить родителям радость. | 1 | 06.04 |  |
| **29** | Если кому - нибудь нужна твоя помощь. | 1 | 20.04 |  |
| **30** | Спешите делать добро. | 1 | 27.04 |  |
| **31** | Огонек здоровья | 1 | 04.05 |  |
| **32** | Итоговое занятие | 1 | 11.05 |  |
| **33** | Путешествие в страну здоровья | 1 | 18.05 |  |
| **34** | Итоговое занятие за год | 1 | 25.05 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** | |
| **план** | **факт** |
| **1** | Что такое здоровье? | 1 | 01.09 |  |
| **2** | Что такое эмоции? | 1 | 08.09 |  |
| **3** | Чувства и поступки | 1 | 15.09 |  |
| **4** | Стресс. | 1 | 22.09 |  |
| **5** | Учимся думать и действовать. | 1 | 29.09 |  |
| **6** | Учимся находить причину и последствия событий | 1 | 06.10 |  |
| **7** | Умей выбирать. | 1 | 20.10 |  |
| **8** | Итоговое занятие | 1 | 27.10 |  |
| **9** | Я отвечаю за своё решение | 1 | 03.11 |  |
| **10** | Что мы знаем о курении. | 1 | 10.11 |  |
| **11** | Зависимость. | 1 | 17.11 |  |
| **12** | Умей сказать НЕТ. | 1 | 01.12 |  |
| **13** | Как сказать НЕТ. | 1 | 08.12 |  |
| **14** | Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? | 1 | 15.12 |  |
| **15** | Итоговое занятие за 2 четверть | 1 | 22.12 |  |
| **16** | Волевое поведение. | 1 | 29.12 |  |
| **17** | Алкоголь. | 1 | 12.01 |  |
| **18** | Алкоголь – ошибка. | 1 | 19.01 |  |
| **19** | Алкоголь – сделай выбор. | 1 | 26.01 |  |
| **20** | Наркотик | 1 | 02.02 |  |
| **21** | Наркотик – тренинг безопасного поведения | 1 | 09.02 |  |
| **22** | Мальчишки и девчонки. | 1 | 16.02 |  |
| **23** | Моя семья. | 1 | 02.03 |  |
| **24** | Итоговое занятие | 1 | 09.03 |  |
| **25** | День здоровья. | 1 | 16.03 |  |
| **26** | Умеем ли мы правильно питаться? | 1 | 23.03 |  |
| **27** | Я выбираю кашу. | 1 | 30.03 |  |
| **28** | Чистота и здоровье. | 1 | 06.04 |  |
| **29** | Откуда берутся грязнули? | 1 | 20.04 |  |
| **30** | Чистота и порядок | 1 | 27.04 |  |
| **31** | Итоговое занятие | 1 | 04.05 |  |
| **32** | КВН «Наше здоровье» | 1 | 11.05 |  |
| **33** | Я здоровье берегу – сам себе я помогу | 1 | 18.05 |  |
| **34** | Итоговое занятие за год | 1 | 25.05 |  |