**Учебно – тематический план по программе здоровьесбережения «Азбука здоровья»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема занятия** | **Количество**  **часов** | **Форма проведения** | **Дата** | **Дата по факту** |
| 1 | Что такое здоровье и от чего оно зависит? | 1 | беседа |  |  |
| 2 | Правила и навыки личной гигиены. Уход за телом. | 1 | беседа |  |  |
| 3 | Болезнь. Причины и признаки болезни. | 1 | беседа |  |  |
| 4 | Режим дня. | 1 | практическое занятие презентация |  |  |
| 5 | Режим питания | 1 | беседа |  |  |
| 6 | Здоровое питание. Сон – лучшее лекарство. | 1 | беседа |  |  |
| 7 | Моя комната. Проветривание. Влажная уборка. | 1 | беседа |  |  |
| 8 | Витамины | 1 | презентация |  |  |
| 9 | Что нужно есть в разное время года. |  | беседа |  |  |
| 10 | Как настроение? Чувства. Стресс. | 1 | беседа |  |  |
| 11 | Активный отдых. Игры на свежем воздухе. | 1 | занятие на свежем воздухе |  |  |
| 12 | Физкультура, спорт, здоровье. | 1 | занятие на свежем воздухе |  |  |
| 13 | Лечебная физкультура | 1 | танцкласс |  |  |
| 14 | Игры на свежем воздухе. | 1 | занятие на свежем воздухе |  |  |
| 15 | Урок-соревнование «Огонёк Здоровья». | 1 | соревнование |  |  |
| 16 | Заболевания, вызванные неправильным питанием. | 1 | беседа |  |  |
| 17 | Пищевое отравление. | 1 | беседа |  |  |
| 18 | Творческая игра «Законы здорового питания» | 1 | беседа |  |  |
| 19 | Правила питания для школьников. | 1 | беседа |  |  |
| 20 | Подготовка агитбригад | 1 | практическое занятие |  |  |
| 21 | Подготовка агитбригад | 1 | работа в группах |  |  |
| 22 | Детский травматизм. Виды травматизма. | 1 | практическое занятие |  |  |
| 23 | Первая медицинская помощь при травмах глаз и ушей. | 1 | беседа |  |  |
| 24 | Первая медицинская помощь при ранах, ушибах. | 1 | викторина |  |  |
| 25 | Первая медицинская помощь при обморожениях, ожогах. | 1 | беседа |  |  |
| 26 | Первая медицинская помощь при солнечном и тепловом ударах, электротравме. | 1 | беседа |  |  |
| 27 | Первая медицинская помощь при переломах, растяжениях, вывихах. | 1 | беседа |  |  |
| 28 | Закаливание и профилактика заболеваний. | 1 | беседа |  |  |
| 29 | Как вести себя во время болезни. | 1 | беседа |  |  |
| 30 | Прививка. Иммунитет. | 1 | беседа |  |  |
| 31 | Сюжетно-ролевая игра «В поликлинике доктора Пилюлькина». | 1 | презентация |  |  |
| 32 | Урок-КВН «Путешествие в страну Здоровья». | 1 | беседа |  |  |
| 33 | Особенности человеческого тела | 1 | беседа |  |  |
| 34 | Особенности человеческого тела |  | беседа |  |  |
| 35 | Строение зуба. Гигиена полости рта. Как правильно чистить зубы. | 1 | презентация |  |  |
| 36 | Олимпиада «Уроки Мойдодыра» | 1 | беседа |  |  |
| 37 | Скелет человека | 1 | презентация |  |  |
| 38 | История возникновения школьной одежды. | 1 | беседа |  |  |
| 39 | История возникновения школьной одежды. Развитие. | 1 | КВН |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 40 | Школьная мода. ОТ И ДО. | 1 | презентация |  |  |
| 41 | Школьная мода. ОТ И ДО. | 1 | беседа |  |  |
| 42-43 | Школьная форма прошлого. | 2 | беседа |  |  |
| 44-45 | Школьная форма будущего | 2 | беседа |  |  |
| 46 | Создание эскизов. | 1 | Беседа, практ. занятие |  |  |
| 47 | Оформление выставки | 1 | Практическое занятие |  |  |
| 48-49 | Гигиена школьной одежды | 2 | беседа |  |  |
| 50 | Что такое привычка? Влияние привычек на здоровье человека. | 1 | беседа |  |  |
| 51 | Полезные привычки: общительность, щедрость, пунктуальность, справедливость, гуманность. | 1 | олимпиада |  |  |
| 52 | |  | | --- | | Дружба. Что такое дружба? | | Кто может считаться настоящим другом? О дружбе мальчиков и девочек. | | 1 | диспут |  |  |
| 53 | Хобби. Коллекционирование. | 1 | беседа |  |  |
| 54 | Что такое вредная привычка? Бродяжничество, попрошайничество. | 1 | дискуссия |  |  |
| 55 | Драться или не драться? Давайте разберёмся вместе. | 1 | дискуссия |  |  |
| 56 | Профилактика и борьба с курением. | 1 | беседа |  |  |
| 57 | Воровство. Уголовная ответственность. | 1 | беседа |  |  |
| 58 | Театрализованная игра «Суд над вредными привычками». | 1 | практическое занятие |  |  |
| 59 | Пищевое отравление. | 1 | беседа |  |  |
| 60-61 | Аптечка первой помощи | 2 | беседа |  |  |
| 62 | Спешите делать добро. | 1 | экскурсия |  |  |
| 63 | Вежливее слова. Как правильно разговаривать. | 1 | беседа |  |  |
| 64 | Поведение на дорогах | 1 | презентация |  |  |
| 65 | Создание плакатов по ПДД | 1 | работа в группах |  |  |
| 66 | Оформление выставки | 1 | Практ. занятие |  |  |
| 67 | Подготовка агитбригад | 1 | Практ. занятие |  |  |
| 68 | Выступление агитбригад по теме ПДД | 1 | Практ. занятие |  |  |