**Основы здорового образа жизни**

Тематическое планирование

**«Во имя общего блага»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела и тем** | **Содержание тем учебного курса** | **Требования к уровню подготовленности учащихся** | **Учебно-методическое обеспечение** | **Календарные сроки** |
| **план** | **факт** |
|  | **Этический блок (4 часа)** |  |  |  |  |  |
| 1 | Человек на планете Земля. В дружбе с природой. | Роль и место человека на планете. Охрана природы. |  | ГлобусКарта России |  |  |
| 2 | Спор и ссора. Умение вести дискуссию. | Чем спор отличается от ссоры. Умение общаться друг с другом. | Знать что такое спор и ссора.Уметь вести дискуссию |  |  |  |
| 3 | Забота и ответственность. Проявление заботы в окружающем мире. | Работа по индивидуальным проектам «Забота» | Знать что такое забота и ответственность.Уметь проявлять заботу в окружающем мире | Иллюстрации окружающего мира |  |  |
| 4 | Проявление заботы в моем городе, в моей школе. | Отчет по работе над проектами «Забота» | Иллюстрации Саратова |  |  |
|  | **Психологический блок (12 часов)** |  |  |  |  |  |
| 5 | Этот странный взрослый мир. | Разговор о мире взрослых | Уметь различать мир взрослых от детского мира. | Иллюстрации |  |  |
| 6 | Кто я такой? Какой я? Каким я хочу быть? | Тестирование учащихся | Уметь анализировать свое поведение, свое отношение к делам и поступкам. |  |  |  |
| 7 | Как я помню то, что помню: что мы помним друг о друге и близких. | Тренировка памяти при помощи различных упражнений . | Уметь применять упражнения для тренировки памяти. | Фотографии  |  |  |
| 8 | Как развить хорошую память. | Тестирование памяти учащихся зрительной и слуховой. |  |  |  |
| 9 | Внимание человека или как научиться быть внимательным? | Тест «Мое внимание» | Знать, для чего нужно внимание человеку. |  |  |  |
| 10 | Язык жестов и движений: позы, жесты, дистанция и манера одеваться. | Игра «Модельер» | Знать, для чего нужен человеку язык жестов и движений. | Иллюстрации с изображением людей |  |  |
| 11 | Что такое мой характер? | Тест «Характер» | Уметь анализировать положительные и отрицательные стороны характера. |  |  |  |
| 12 | Мир моих способностей. | Тест «Индивидуальные способности» | Знать, где и как можно применить свои способности  | Рисунки |  |  |
| 13 | С чем могут быть связаны проблемы общения? | Разговор о проблемах общения | Учить правильному поведению, если возникли проблемы общения |  |  |  |
| 14 | Леворукость и праворукость: что это такое? | Познакомить с упражнениями, определяющими ,какой рукой больше пользуется человек | Уметь применять упражнения на практике |  |  |  |
| 15 | Конфликтный человек: какой он? | Дать определение понятию «конфликт». | Учить общению с конфликтными людьми |  |  |  |
| 16 | Застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность. | Дать определение понятиям: *застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность.* | Уметь анализировать, какие черты характерны для тебя |  |  |  |
|  | **Правовой блок (7 часов)** |  |  |  |  |  |
| 17 | Правила в жизни человека.  | Знакомство с общепринятыми правилами в жизни любого человека | Знать что такое милосердие и терпимость.Уметь проявлять милосердие и терпимость. | Иллюстрации |  |  |
| 18 | Проявление милосердия и терпимости. | Учить проявлять милосердие и терпимость | Иллюстрации |  |  |
| 19 | Ответственность за жестокое поведение. | В каких случаях поведение можно назвать жестоким | Знать об ответственности за жестокое поведение |  |  |  |
| 20 | Правила поведения в школе и на улице. | Повторить правила поведения в школе и на улице | Знать основные правила поведения в школе и на улице.Соблюдать правила поведения в школе и на улице | Презентация «Правила поведения» |  |  |
| 21 | Опасные ситуации. Как не стать жертвой преступления. | Какие опасные ситуации могут возникнуть в жизни и  | Знать что такое преступление, опасная ситуация.Уметь предвидеть опасные ситуации и избегать их | Презентация |  |  |
| 22 | Стихийные бедствия. | Что такое стихийное бедствие | Знать что такое стихийные бедствия | Презентация |  |  |
| 23 | Правила поведения в чрезвычайных ситуациях. | Знакомство с видами чрезвычайных ситуаций | Знать правила поведения в чрезвычайных ситуациях.Уметь вести себя в чрезвычайных ситуациях, не поддаваясь панике | Презентация |  |  |
|  | **Семьеведческий блок (4 часа)** |  |  |  |  |  |
| 24 | Что такое семья? Всем нужен дом! | Знакомство с понятием «семья» | Учить ценить заботу членов семьи друг о друге | Иллюстрации с изображением семьи |  |  |
| 25 | Что такое труд? Трудом славен человек! | Знакомство с понятием «труд» | Понимать, что только благодаря труду можно в жизни добиться поставленных целей | Иллюстрации с изображением людей, занимающихся тем или иным трудом |  |  |
| 26 | Труд в моей семье. Кем я хочу стать? | Тест на выявление ранних профессиональных наклонностей. |  | Презентация «Профессии» |  |  |
| 27 | Что я больше всего люблю делать. Мужские и женские обязанности. | Тест «Моё любимое дело» | Уметь различать мужские и женские обязанности. | Рисунки |  |  |
|  | **Медико-гигиенический блок (7 часов)** |  |  |  |  |  |
| 28 | Секреты сохранения здоровья. Здоровье и благополучие. | Учить понимать, что здоровье надо сохранять с детских лет | Знать правила укрепления здоровья | Презентация «Если хочешь быть здоров» |  |  |
| 29 | Полезные и вредные привычки. | Понятие о полезных и вредных привычках | Знать полезные и вредные привычки.Уметь различать полезные и вредные привычки | Презентация «Вредные привычки» |  |  |
| 30 | Вред применения наркотиков, алкоголя, табака, токсических веществ. | Учить понимать, какой вред наносят пагубные пристрастия | Знать какой вред приносят наркотики, алкоголь, табак, токсические вещества | Презентация «Вредные привычки» |  |  |
| 31 | Режим дня в жизни школьника. | Объяснить значение режима дня в жизни школьника | Знать что такое режим дня.Уметь следовать режиму | Таблица «Режим дня» |  |  |
| 32 | Что мы едим, пьем, чем лакомимся? | Учить понимать, как важно в жизни правильное здоровое питание для организма любого человека | Уметь выбрать здоровые продукты | Презентация «Полезные продукты» |  |  |
| 33 | Золотые правила питания. | Знать правила питания |  |  |  |
| 34 | «Витаминка и её друзья» театрализованная игровая программа | Знать необходимость брать пример с тех, кто занимается делами, полезными для здоровья |  |  |  |