Карта программы по спортивно-оздоровительному направлению

**«Планета здоровья»**

В программе предложено широкое использование игровых и прблемных ситуаций, что позволяет каждому ученику приобретать собственный положительный опыт в решении ситуаций и проблем, которые в дальнейшем будут плезны в реальной жизни. В ходе такой подготовки стремление к здоровью у ребенка становится естественной потребностью в жизни. Обучающиеся приобретут умения принимать решения в пользу своего здоровья и оказывать первую помощь в сложных критических ситуациях, связанных с угрозой здоровью и жизни.

**Педагоги**:Карпеева Нина Александровна, учитель начальных классов, первая квалификационная категория. 1 класс

Удалова Лидия Валерьевна, учитель начальных классов, СЗД. 2 а класс

**Содержание программы**:

**1 год обучения**

Советы доктора Воды. Друзья: вода и мыло.Глаза – главные помощники человека. Подвижные игры. Чтобы уши слышали. Почему болят зубы? Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой? Рабочие инструменты человека. Зачем человеку кожа. Надежная защита организма. Если кожа повреждена. Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Сон – лучшее лекарство. Как настроение? Я пришел из школы. Я – ученик. Вредные привычки. Скелет- наша опора. Осанка – стройная спина. Если хочешь быть здоров. Правила безопасности на воде. Обобщающие занятия «Доктора здоровья»

**2 год обучен**ия

Причины болезни. Признаки болезни. Как здоровье? Как организм помогает себе. Здоровый образ жизни. Какие врачи нас лечат. Инфекционные болезни. Прививка от болезней. Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка. Отравление лекарствами. Пищевые отравления. Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза. Опасность в нашемс доме.Как вести себя на улице. Вода- наш друг. Как уберечься от мороза. Чтобы огонь не причинил вреда. Чем опасен электрический ток. Укусы насекомых. Что мы знаем про собак и кошек. Отравление ядовитыми веществами. Как помочь себе при тепловом ударе. Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался. Если в глаз, нос или горло попало постороннее тело. Укусы змей. Расти здоровым. Воспитай себя. Я выбираю движение.

**3 год обучения**

 Уверенность и бесстрашие. Учимся думать.Спеши делать добро. Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность. Как отучить себя от вредных привычек. Я принимаю подарок. Я дарю подарки. Наказание. Одежда. Ответственное поведение. Боль. Правила поведения за столом. Ты идешь в гости. Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, кино, школе. Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону. Помоги себе сам. Умей организовать свой досуг. Что такое дружба. Кто может считаться хорошим другом. Как доставить родителям радость. Если кому-нибудь нужна твоя помощь. Спешите сделать добро. Огонек здоровья. Путешествие в страну здоровья.Культура здорового образа жизни.

**4 год обучен**ия

Что такое здоровье. Что такое эмоции.Чувства и поступки.Стресс. Учимсядумать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать. Принимаю решение. Я отвечаю за свое решение. Что мы знаем о курении. Зависимость. Умей сказать нет. Как сказать нет. Почему вредной привычке ты скажешь нет. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. Волевое поведение. Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкогль – сделай выбор. Наркотик. Мальчишки и девчонки. Моя семья. Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Будем здоровы!

**Цели программы**

Создание условий для формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к здоровью и необходимости бережного отношения к нему.

**Результат програм**мы

Предметные:

- знают сохранения и поддержания собсвенного здоровья на долгие годы;

- умеют сознательно относиться к своему здоровью;

Метапредметные:

- сформированы умения воспринимать и перерабатывать информацию;

- развиты коммуникативные навыки обучения.

Личностные:

- сформировано ответственное отношение к учению;

- развито чувство ответственного отношения к сохранению личного здоровья, как и индивидуальной и общественной цепи.

**Материально- техническая база**

1. Наличие кабинета, спортзала, игровой площадки.
2. Компьютер.

3.Интерактивная доска

Спортивный и игровой материал.