МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3

ГОРОДА СУРГУТА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено на заседании МСПротокол №\_\_\_\_\_\_от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. | СогласованоЗам. директора по ВВВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |  Утверждено Приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |

**Программа формирования культуры**

**здорового и безопасного образа жизни**

**«Научись спасать жизнь»,**

**реализуемая во внеурочной деятельности 5\_\_\_\_ класса**

**Классный руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**20\_\_\_-20\_\_\_ уч. год**

СУРГУТ, 20\_\_\_

**1. Пояснительная записка**

Современная школа стоит на пороге  разработки апробации и внедрения федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения (ФГОС). Обязательным компонентом  ФГОС является внеурочная деятельность.

Программа рассчитана на 35 часов по 1 часу в неделю.

Нововведение будет способствовать  сохранению здоровья наших детей. Человек – бесценное, уникальное явление во Вселенной. Человечество вызвало к  жизни  величайшие созидательные силы, оно же создало и гигантские средства разрушения, как мира, так и самого себя. Не  случайно в третьем тысячелетии на первый план, как главное условие жизнеспособности любой страны, выступает человеческий фактор. Обстановка общего кризиса социально-политических отношений, постоянная угроза террористических актов, рост наркомании и алкоголизма, ухудшение экологической среды, ухудшение здоровья, - все это требует неотложных контрмер.

По результатам многочисленных исследований здоровье школьников с 1 класса ухудшается, все больше с каждым годом его обучения в школе. Одна из причин – низкая двигательная активность и нахождение значительного времени в статичном сидячем положении за партой в школе, за компьютером дома. А ведь дети – это будущее нашего государства. Поэтому необходимо сделать акцент на активное формирование у подрастающего поколения установок на здоровый образ жизни, культуры здоровья.

***Здоровье****– это социокультурная характеристика человека, которая интегрирует системные элементы действенно-практической и смысловых сфер личности (жизнеспособность и внутренняя картина здоровья) и проявляется в успешности жизнедеятельности по достижению состояния благополучия (физического, душевного и социального).*

Следовательно, ***здоровый образ жизни****– это индивидуальная стратегия жизнедеятельности человека по достижению состояния благополучия, которая реализуется на основе ценностных социокультурных представлений о феномене «здоровье» и с учетом индивидуальных особенностей жизнеспособности.*

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «Научись спасать жизнь» представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования, формирования безопасного поведения.

Реализация внеурочной деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранении здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа «Научись спасать жизнь» направлена на формирование у школьников понятия «здоровье» как сложного социально-медико-психологического феномена, определяющего развитие личности в целом, непосредственное формирование двигательных умений и навыков, целесообразное воздействие на процесс развития физических качеств, формирование двигательных способностей. В то же время содержание курса составлено с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся начальной школы.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса.

Программа состоит из шести блоков в начальной школе:

Блок 1 – Полезные привычки (1 – 4 класс)

Блок 2 – Ослепительная улыбка на всю жизнь (1 – 3 класс)

Блок 3- Пожарная безопасность (1 – 4 класс)

Блок 4- Разговор о полезном питании (1 – 4 класс)

Блок 5- Дорожная безопасность (1 – 4 класс)

Блок 6 – Уроки здоровья (4 класс)

Программа состоит из четырех блоков в 5-8 классах:

Блок 1 - Дорожная безопасность.

Блок 2 - Пожарная безопасность.

Блок 3 - Гигиена школьника.

Блок 4 – Здоровый образ жизни. Вредные привычки

**Цель программы:**

Сбережение и укрепление здоровья участников образовательного процесса, внедрение в педагогическую практику на начальной ступени образования инновационных здоровьесберегающих и здоровьеформирующих педагогических технологий в условиях введения ФГОС.

**Задачи:**

* Формирование осознанного отношения младших школьников к своему физическому и психическому здоровью на основе целостного подхода путем передачи учащимися знаний, необходимых для развития здоровьесберегающего мышления и ориентации на здоровый образ жизни.
* Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактике вредных привычек и девиантных форм поведения.
* Формирование представлений и системы необходимых минимальных навыков поведения в ситуациях, представляющих опасность.
* Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.
* Обучение учащихся правилам поведения в случае возникновения пожара, формирование у них умений и навыков по применению первичных средств пожаротушения и оказания первой помощи пострадавшим.

Образовательная программа «Научись спасать жизнь» не задает строгой последовательности ее реализации.

Методика работы с детьми направлена на личностно-ориентированное взаимодействие с ребёнком и акцентирована на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Деятельность педагога направлена не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний и представлений в поведении. Ребёнок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Занятия следует проводить в игровой форме с использованием  сказочных сюжетов и персонажей. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

**Формы и методы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Методы** | **Формы** |
| Методы формирования сознания. | - Классные часы, их проведение и тематика в соответствии с планом воспитательной работы;- Беседы и диспуты с классом или индивидуально;- Читательские конференции;- Мини-лекции; |
| Методы организации деятельности и формирования опыта поведения. | - Педагогическое требование к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намёков;- Приучение и упражнение, содействующее формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни;- Регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях;- Тренинги для изменения негативных внутренних установок обучающихся (в том числе и к наркотизации), формирование опыта позитивного отношения к себе, к окружающим, к миру в целом;- Круглый стол – данную форму можно применить для формирования чётких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни. |
| Методы стимулирования   | - Поощрения в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, предоставление почётных прав, награждение;                  - Наказание состоит в лишении или ограничении определённых прав, в выражении морального порицания, осуждения. |
| Метод проектов | -  Исследовательские проекты (организация опроса среди сверстников для изучения вредных привычек в начальной школе);- Творческие проекты – санитарные бюллетени о здоровом образе жизни. |

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемая часть всего воспитательного процесса в школе.

Программа предполагает как проведение регулярных недельных внеурочных занятий со школьниками, так и возможность организовать соревнования, досуги и др. Программа реализовывается с учетом того что аудиторские занятия составляют менее 50% всех планируемых занятий.

**Универсальные компетенции, формирующиеся в процессе освоения содержания образовательной программы «Научись спасать жизнь»:**

-умение организовывать собственную жизнедеятельность по достижению состояния полного благополучия (физического или соматического, психологического и социального);

-умение активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;

-умение доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностные результаты изучения образовательной программы «Научись спасать жизнь»:**

-активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;

-проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;

-проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей во всех его проявлениях;

-оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

**Метапредметные результаты изучения образовательной программы «Научись спасать жизнь»:**

-характеристика личного и общественного здоровья как социальнокультурного феномена, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

-обеспечение защиты и сохранения личного и общественного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;

-планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;

-анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности с точки зрения возможных рисков нарушения здоровья и возможностей его совершенствования;

-управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

**Основные направления реализации программы:**

–    организация и проведение занятий по формированию безопасного поведения в разных ситуациях;

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе.

**2. Содержание программы в 5 классе**

**Блок 1. Дорожная безопасность**

|  |  |
| --- | --- |
| **№п\п** | **Тема занятия** |
| 1 | Схема безопасного движения «Дом – школа – дом» |
| 2  | Улицы и движение в населённых пунктах |
| 3 | Дорожные знаки и дополнительная информация |
| 4 | Некоторые понятия и термины «Правил дорожного движения» |
| 5 | Знакомство с дорожными знаками |
| 6 | Культура дорожного движения |
| 7 | Сигналы светофора и регулировщика |
| 8 | Азбука велосипедиста |
| 9 | Анализ детско-дорожного травматизма |

**Блок 2. Пожарная безопасность**

|  |  |
| --- | --- |
| **№п/п** | **Тема занятия** |
| 1 | Основные причины возникновения пожара. Опасные факторы при пожаре. |
| 2 | Действия при пожаре и взрыве |
| 3 | Первичные средства пожаротушения. |
| 4 | Пожар в школе |
| 5 | Действия при пожаре. |
| 6 | Действия при пожаре. |
| 7 | Основные поражающие факторы. |
| 8 | Ожоги. Виды поражений и оказание первой медицинской помощи. |
| 9 | Ожоги. Виды поражений и оказание первой медицинской помощи. |

**Блок 3. Гигиена школьников**

|  |  |
| --- | --- |
| **№п/п** | **Тема занятия** |
| 1 | Значение воды для здоровья человека. Закаливание водой. Значение гигиены тела для здоровья. |
| 2 | Виды закаливающих процедур. Значение закаливания для организма. Закаливание воздухом и солнцем. Гигиена закаливания.  |
| 3 | Значение и гигиена питания. Нормы питания. Режим питания. Здоровая пища для всей семьи. |
| 4 | Уход за зубами. Заболеваний глаз. Профилактика глазных заболеваний, предупреждение близорукости. Уход за ушами.  |
| 5 | Влияние правильной осанки на здоровье человека |
| 6 | Значение правильного дыхания. Дыхательная гимнастика. |
| 7 | Как бороться с усталостью |
| 8 | Витамины и их значение для растущего организма  |
| 9. | Гигиена рабочего места. Чистота на рабочем столе. |

**Блок 4. Здоровый образ жизни. Вредные привычки**

|  |  |
| --- | --- |
| **№п/п** | **Тема занятия** |
| 1 | Опасность – безопасность. Формирование чувства ответственности за свою жизнь. |
| 2 | Сохранение здоровья. Актуализация имеющихся знаний по теме, знакомство с понятиями «вредные вещества». |
| 3 | Табакокурение как вредная привычка. Понятие о вреде курения. Формирование негативной установки на курение. |
| 4 | Как сказать «нет» вредной привычке. (Тренировка поведенческих навыков по проблеме). |
| 5 | Профилактика ОРВИ и гриппа |
| 6 | Как бороться с усталостью |
| 7 | Волшебная страна здоровья |
| 8 | Сквернословию – «Нет!» |

**3. Результаты обучения в 5 классах**

**В результате реализации программы у учащихся будут сформированы следующие компетенции:**

-умение организовывать собственную жизнедеятельность по достижению состояния полного благополучия (физического или соматического, психологического и социального);

-умение активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;

-умение доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностные результаты изучения образовательной программы «Научись спасать жизнь»:**

-активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;

-проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;

-проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей во всех его проявлениях;

-оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Блок программы** | **Планируемые результаты (личностные):** |
|  |  | **У учащихся будут сформированы:** |
| 1 | Блок 1 – Дорожная безопасность.  | Потребность сознательно выполнять правила дорожной безопасности. Ориентироваться в дорожных ситуациях; оценивать свое поведение на дороге; объяснить товарищу правила поведения на дороге. |
| 2 | Блок 2 – Пожарная безопасность.  | Потребность сознательно выполнять в школе, на улице, дома правила пожарной безопасности.Развитие у детей навыков грамотного отношения с огнём. |
| 3 | Блок 3 – Гигиена школьника. | Потребность в выполнении режима дня и правил гигиены. Понимание необходимости регулярного и правильного ухода за телом, с основными правилами первой помощи. |
| 4 | Блок 4 – Здоровый образ жизни. Вредные привычки. | Понятие о ценности своего здоровья и здоровья своей семьи. Начальные представления о позитивных факторах, влияющих на здоровье человека. Элементарные представления о вредных привычках и факторах, влияющих на здоровье.  |

**Метапредметные результаты изучения образовательной программы «Научись спасать жизнь»:**

Регулятивные УУД:

• принимать и сохранять цель и учебную задачу; в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

• планировать (в сотрудничестве с учителем и самостоятельно) свои действия для решения задачи;

• учитывать правило (алгоритм) в планировании и контроле способа решения;

• выполнять действия по намеченному плану, а также по инструкциям, содержащимся в источниках информации (в заданиях учебника, справочном материале учебника — в памятках);

• контролировать процесс и результаты своей деятельности с учебным материалом, вносить необходимые коррективы;

• оценивать свои достижения, определять трудности, осознавать причины успеха и неуспеха и способы преодоления трудностей;

• адекватно воспринимать оценку своей работы учителями, товарищами, другими лицами.

Познавательные УУД:

• осознавать познавательную задачу, решать её (под руководством учителя или самостоятельно);

• самостоятельно находить перерабатывать и преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему);

• использовать такие виды чтения, как ознакомительное, изучающее, поисковое; осознавать цель чтения;

• использовать знаково-символические средства (в том числе модели, схемы, таблицы) для решения учебных и практических задач; создавать и преобразовывать модели и схемы.

• пользоваться словарями и справочным материалом;

• осуществлять синтез как составление целого из их частей;

• овладевать общими способами решения конкретных задач;

• осуществлять анализ, синтез, сравнение, сопоставление, классификацию, обобщение языкового материала, как по заданным критериям, так и по самостоятельно выделенным основаниям;

• осуществлять аналогии между изучаемым предметом и собственным опытом;

• составлять простейшие инструкции, определяющие последовательность действий при решении задачи;

• строить несложные рассуждения, устанавливать причинно-следственные связи, делать выводы, формулировать их.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Блок программы** | **Планируемые результаты (познавательные):** |
| 1 | Блок 1 – Дорожная безопасность.  | Элементарным навыкам дорожного движенияПравильно действовать при сложных ситуациях на дороге |
| 2 | Блок 2 – Пожарная безопасность.  | Элементарным навыкам пожарной безопасности, оказания первой медицинской помощиПравильно действовать при сигналах ГО и ЧС, эвакуации из здания. |
| 3 | Блок 3 – Гигиена школьника. | Элементарным навыкам по гигиене тела. Выполнять правила личной гигиены. |
| 4 | Блок 4 – Здоровый образ жизни. Вредные привычки. | Ценить свое здоровье и здоровье других людейПравильно питаться. Бороться с вредными привычками. |

**Коммуникативные УУД:**

• выражать свои мысли и чувства в устной и письменной форме;

• ориентируясь на задачи и ситуацию общения, соблюдая нормы литературного языка и нормы «хорошей» речи (ясность, точность, содержательность, последовательность выражения мысли и др.);

• ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии, участвовать в диалоге, общей беседе, совместной деятельности (в парах и группах), договариваться с партнёрами о способах решения учебной задачи, приходить к общему решению, осуществлять взаимоконтроль, задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

• адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; понимать зависимость характера речи от задач и ситуации общения;

• контролировать действия партнёра, оказывать в сотрудничестве необходимую помощь;

• учитывать разные мнения и интересы и высказывать своё собственное мнение (позицию), аргументировать его, оценивать мысли, советы, предложения других людей, принимать их во внимание и пытаться учитывать в своей деятельности;

• строить монологическое высказывание с учётом поставленной коммуникативной задачи, применять приобретённые коммуникативные умения в практике свободного общения.

**Предметные результаты изучения образовательной программы «Научись спасать жизнь»:**

**Блок 1- Дорожная безопасность**

**Планируемые результаты:**

с маршрутом безопасности «Дом – школа – дом», разработанного самостоятельно или с помощью родителей;

с понятиями и терминами «Правил дорожного движения»;

с культурой дорожного движения;

с правилами велосипедиста;

с причинами детско-дорожного травматизма.

**Повторят:**

изученные дорожные знаки;

элементы улиц и дорог, назначение дорожной разметки.

Значения сигналов светофора, виды светофоров, сигналы регулировщика.

**Научатся:**

понимать схематичное изображение для правильной ориентации на улицах и дорогах;

безопасному поведению на перекрёстке, дороге, во дворе;

оценивать ситуации, выбирать оптимальные передвижения по городу.

**Узнают:**

о причинах несчастных случаев и аварий на улицах и дорогах из-за типичных ошибок;

о правилах перехода улицы (дороги) при выходе из транспортных средств общего пользования;

предвидеть опасность при езде на велосипеде, обучить правилам обращения с ним.

**Блок 2 - Пожарная безопасность**

**Планируемые результаты:**

**Познакомятся:**

с опасными факторами при пожаре: воздействием токсичных продуктов горения и открытого огня, нехваткой кислорода, высокой температурой, падающими частями строительных конструкций и взрывов;

с причинами возникновения пожаров и о последствиях пожаров;

с безопасными и опасными местами в здании при взрыве;

с правилами противопожарного режима дома и в школе;

с видами огнетушителей и областью их применения;

с опасными местами в школе и с планом эвакуации детей из школы;

с правилами поведения в случае обнаружения огня, появлении дыма;

с правилами оказания первой помощи;

с видами ожогов, степени ожогов;

с правилами противопожарного режима.

**Узнают:**

о действиях при пожаре и взрыве;

о мерах предосторожности при обращении с огнём;

о правилах безопасности в школе, дома, в общественных местах;

о соблюдении правил пожарной безопасности;

о порядке вызова пожарной охраны, оповещения людей о пожаре и эвакуации;

как оказывать первую помощь при ожогах.

**Блок 3. Гигиена школьника**

**Планируемые результаты:**

**Узнают:**

о значении гигиены тела для здоровья;

о видах закаливающих процедур;

о гигиене закаливания;

о гигиене питания и необходимости витаминов;

о гигиене глаз, ротовой полости, ушей;

о влияние правильной осанки на здоровье человека;

о гигиене рабочего места;

о важности правильного дыхания;

как бороться с усталостью.

**Повторят:**

о важности закаливания воздухом, солнцем и водой;

о необходимости приема витаминов;

о соблюдении правил личной гигиены.

**Научатся:**

понимать, как важно соблюдать правила гигиены; ухаживать за глазами, полостью рта, ушами;

правилам бережного отношения к слуху, зрению;

следить за правильной осанкой и дыханием;

чередовать занятия и время отдыха;

следить за чистотой рабочего места.

**Блок 4. Здоровый образ жизни. Вредные привычки**

**Планируемые результаты:**

**Узнают:**

о факторах, влияющих на здоровье;

о значении ответственного поведение в отношении здоровья;

о понятие «вредные вещества», «вредные привычки»;

о вреде курения;

как сказать «нет» вредной привычке;

как не ругаться и не сквернословить.

**Повторят:**

о ценности здоровья для человека;

о важности профилактики простудных заболеваний;

о необходимости формирования полезных привычек.

**Научатся:**

анализировать свои привычки;

обсуждать разные варианты решения проблемных ситуаций и их последствия;- обсуждать опасные для здоровья ситуации;- обсуждать опасные ситуации, связанные с табаком;

понимать, как важно сделать правильный выбор: не курить.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование раздела | № п/п | Дата | Тема занятия |
| план | факт |  |
| Блок 1.  Дорожная безопасность | 1 |  |  | Схема безопасного движения «Дом – школа – дом» |
| 2 |  |  | Улицы и движение в населённых пунктах |
| 3 |  |  | Дорожные знаки и дополнительная информация |
| 4 |  |  | Некоторые понятия и термины «Правил дорожного движения» |
| 5 |  |  | Знакомство с дорожными знаками |
| 6 |  |  | Культура дорожного движения |
| 7 |  |  | Сигналы светофора и регулировщика |
| 8 |  |  | Азбука велосипедиста |
| 9 |  |  | Анализ детско-дорожного травматизма |
| Блок 2. Пожарная безопасность | 10 |  |  | Основные причины возникновения пожара. Опасные факторы при пожаре. |
| 11 |  |  | Действия при пожаре и взрыве |
| 12 |  |  | Первичные средства пожаротушения. |
| 13 |  |  | Пожар в школе |
| 14 |  |  | Действия при пожаре. |
| 15 |  |  | Действия при пожаре. |
| 16 |  |  | Основные поражающие факторы. |
| 17 |  |  | Ожоги. Виды поражений и оказание первой медицинской помощи. |
| 18 |  |  | Ожоги. Виды поражений и оказание первой медицинской помощи. |
| Блок 3. Гигиена школьников | 19 |  |  | Значение воды для здоровья человека. Закаливание водой. Значение гигиены тела для здоровья. |
| 20 |  |  | Виды закаливающих процедур. Значение закаливания для организма. Закаливание воздухом и солнцем. Гигиена закаливания.  |
| 21 |  |  | Значение и гигиена питания. Нормы питания. Режим питания. Здоровая пища для всей семьи. |
| 22 |  |  | Уход за зубами. Заболеваний глаз. Профилактика глазных заболеваний, предупреждение близорукости. Уход за ушами.  |
| 23 |  |  | Влияние правильной осанки на здоровье человека |
| 24 |  |  | Значение правильного дыхания. Дыхательная гимнастика. |
| 25 |  |  | Как бороться с усталостью |
| 26 |  |  | Витамины и их значение для растущего организма  |
| 27 |  |  | Гигиена рабочего места. Чистота на рабочем столе. |
| Блок 4. Здоровый образ жизни. Вредные привычки | 28 |  |  | Опасность – безопасность. Формирование чувства ответственности за свою жизнь. |
| 29 |  |  | Сохранение здоровья. Актуализация имеющихся знаний по теме, знакомство с понятиями «вредные вещества». |
| 30 |  |  | Табакокурение как вредная привычка. Понятие о вреде курения. Формирование негативной установки на курение. |
| 31 |  |  | Как сказать «нет» вредной привычке. (Тренировка поведенческих навыков по проблеме). |
| 32 |  |  | Профилактика ОРВИ и гриппа |
| 33 |  |  | Как бороться с усталостью |
| 34 |  |  | Волшебная страна здоровья |
| 35 |  |  | Сквернословию – «Нет!» |
|  |  |  |  |