

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Кишертский районный центр детского творчества»

Рекомендовано

методическим
советом

МБУ ДО «Кишертский РЦДТ»

Протокол № 1

от 09.09.2015

Директор  В.А. Медведев

Утверждено

педагогическим
советом

МБУ ДО «Кишертский РЦДТ»

Протокол № 1

от 09.09.2015

Директор  В.А. Медведев



ПРОГРАММА

дополнительного образования

«Азбука безопасности»

Возрастной состав: 7-10 лет

Продолжительность образовательного процесса: 4 года

Автор: педагог дополнительного
образования Первушина Е.В.

Кишерт
2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Мир вступил в эру больших скоростей, и система ценностей меняется очень быстро, но только один показатель стабильно держится на самой верхней точке всемирной системы ценностей – Счастье Здорового Человека.

В каждом человеке заложен потенциал здоровья, но этот потенциал может быть реализован по-разному под влиянием индивидуальных особенностей и тех социальных условий, в которых формируется личность.

На протяжении всей жизни человек постоянно подвергается различным стрессам. Способность преодолевать их воздействие зависит от внутренних возможностей организма и условий окружающей среды.

Состояние здоровья населения является критическим: сокращается продолжительность жизни, падает рождаемость, преобладает смертность над рождаемостью, происходит алкоголизация и наркотизация не только взрослых, но и детей.

Причины такого положения дел кроются не только в недостаточности или недоступности медицинского обслуживания, не только в слабости научно-технической базы и дефиците информации по сохранению и восстановлению здоровья, но и в ценностных ориентациях современного человека, в специфике социокультурных фактов, влияющих на образ жизни и отношение людей к собственному здоровью.

Во все времена у всех народов мира непреходящей ценностью человека и общества являлось и является физическое и психическое здоровье. Ещё в древности оно понималось врачами и философами как главное условие свободной деятельности человека, его совершенства. Но, несмотря на большую ценность, придаваемую здоровью, понятие «здоровье» с давних пор не имело конкретного научного определения. И в настоящее время существуют разные подходы к его определению.

И.И. Брехман подчёркивает, что здоровье – это не отсутствие болезней, а физическая, социальная и психологическая гармония человека, доброжелательные отношения с другими людьми, с природой и самим собой.

Он пишет, что «здоровье человека – это способность сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого источника сенсорной, вербальной и структурной информации». Следуя этому определению можно сказать, что здоровье в целом – это сумма физического, психического и нравственного здоровья.

И.И. Брехман, говоря о проблеме здоровья, отмечает, что оно очень часто занимает в иерархии ценностей человека далеко не первое место, которое отводится материальным благам жизни, карьере, успеху, и т.д.,

Поэтому задача взрослых. Педагогов и родителей, состоит не только в том, чтобы оберегать и защищать ребёнка, но и в том, чтобы подготовить его к встрече с различными сложными и опасными жизненными ситуациями, сформировать потребность в сохранении и укреплении своего здоровья, привить детям с младшего возраста культуру здорового образа жизни.

Цель программы. Создание условий для оздоровления детей, пропаганды здорового образа жизни, формирования сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.

Задачи программы:

1. Содействовать охране и укреплению здоровья детей.
2. Сформировать знания о правильном питании, профилактике травматизма, распространенных инфекционных заболеваниях.
3. Сформировать представление об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих.
4. Познакомить с правилами и нормами поведения, основами этикета.
5. Формировать потребности в здоровом образе жизни.
6. Способствовать формированию правильных действий в случае возникновения опасных ситуаций.
7. Воспитывать уважение к окружающим, чувство добра, сострадания, любви.
8. Воспитывать чувство бережного отношения друг к другу.

Программа предназначена для детей школьного возраста (1-4 класс общеобразовательной школы). Школьный возраст, как и все возрасты, открывается критическим, или переломным периодом. Давно замечено, что ребёнок при переходе от дошкольного к школьному возрасту очень резко меняется и становится более трудным в воспитательном отношении, чем прежде. Это какая-то переходная ступень – уже не дошкольник и ещё не школьник. Поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь ребёнка. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится отныне учение, важнейшей обязанностью – обязанность учиться, приобретать знания. А учение – это серьёзный труд, требующий организованности, дисциплину, волевые усилия ребёнка. Школьник включается в новый для него коллектив, в котором он будет жить, учиться, развиваться.

Происходит функциональное совершенствование мозга, и поэтому младшие школьники в высокой степени возбудимы и импульсивны. Основной деятельностью, его первой и важнейшей обязанностью становится учение – приобретение новых знаний, умений и навыков, накопление систематических сведений об окружающем мире, природе и обществе. Учебная деятельность в начальных классах стимулирует, прежде всего, развитие психических процессов непосредственного познания окружающего мира – ощущений и восприятий. Младшие школьники отличаются остротой и свежестью восприятия, своего рода созерцательной любознательностью. Младший школьник с живым любопытством воспринимает окружающую среду, которая с каждым днём раскрывает перед ним всё новые и новые стороны.

Значительно лучше в младшем школьном возрасте развито непроизвольное внимание. Всё новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание детей, без всяких усилий с их стороны.

Поэтому на занятиях широко используется наглядный материал, дети имеют возможность участвовать в разыгрываемых ситуациях, видеть в них себя и

товарищей, оценивать своё поведение и поведение товарищей. Дети 7-10 лет быстрее запоминают и прочнее сохраняют в памяти конкретные сведения, события, лица, предметы, факты, чем определения, описания, объяснения. Поэтому важно проведение бесед, содержащих примеры из жизни, видеоматериалов, приглашение интересных людей, примеры собственной жизни детей.

Младший школьный возраст – возраст достаточно заметного формирования личности. Для него характерны новые отношения со взрослыми и сверстниками, включение в целую систему коллективов. Для этого необходимо в этом возрасте не только научить ребёнка учиться, но и правильно выстраивать отношения с окружающими, дать чёткое представление ребёнку, что он есть часть общества. В младшем школьном возрасте закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности.

Изучаемый теоретический материал, ситуативные игры способствуют формированию и закреплению новой системы отношений к людям, коллективу, к учению и связанным с ними обязанностям, формируют правильное, безопасное отношение к миру.

У младшего школьника имеется целый ряд потребностей, которые были характерны и для дошкольника. У него по-прежнему сильно потребность в игровой деятельности, однако содержание игры изменяется, и это необходимо учитывать в выборе дидактических игр. Как и у дошкольника, у младшего школьника сильна потребность в движениях. Он не может долго сидеть неподвижно. Именно поэтому предоставляется детям возможность двигаться.

В этом возрасте дети способны анализировать свои поступки, объяснять их и, что не менее важно, привыкают анализировать высказывания старших, поэтому на занятиях широко используются игры, предполагающие вышеперечисленные действия.

Говоря о первокласснике, мы убеждаемся, что младший школьный возраст – это возраст многочисленных изменений и новообразований для ребёнка. К началу обучения в школе, у детей происходит резкая смена деятельности. Ребёнку предоставляется большая самостоятельность, увеличивается время его пребывания дома без присмотра родителей.

Всё это при неправильном поведении и распределении времени может привести к различного рода травмам, заболеваниям, психологическим расстройствам.

Здоровье человека – это самое большое его богатство, поэтому формирование представлений о здоровье и о здоровом образе жизни должно начинаться с самого раннего возраста.

Программа предусматривает просвещение младших школьников не только в области физического здоровья, но и предполагает повышение уровня духовного благополучия детей. Поэтому программа состоит из трёх основных блоков изучающих вопросы здорового образа жизни, безопасности и норм этикета.

Основные принципы обучения.

Принцип воспитывающего обучения. Во время проведения занятий важным для педагога является не только выдача определённых знаний детям, но и

проведение постоянного анализа по формированию их личности, гибкость, вариативность и индивидуальный подход в становлении основных личностных качеств.

Принцип связи обучения с практикой. Полученные теоретические знания закрепляются в игровой деятельности, на наглядных примерах.

Принцип сознательности и активности. Дети постоянно включаются в решение проблемных ситуаций, в процесс обсуждения, поиска истины, широко используются коллективные, групповые формы учебной деятельности.

Принцип прочности. Развитие познавательной активности, ненавязчивое повторение ранее изученного через грамотный подбор игр и упражнений на повторение.

Занятия по программе проводятся один раз в неделю, продолжительностью 1 академический час в неделю, 36 часов в год.

Формы и методы работы.

Для активизации познавательного интереса на занятиях используются стихи, загадки, кроссворды, пословицы и поговорки. В каждое занятие наряду с теоретическим материалом включается практическая деятельность: творческие задания, минуты релаксации, прогулки – общение с природой, психологические тренинги, игры, развлечения, разыгрывание ситуаций.

На отдельные занятия возможно приглашение психолога, медицинского работника, инспектора пожарной охраны, инспектора по профилактике дорожно-транспортных происшествий.

**Учебно – тематический план
1 год обучения**

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Итого	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
«Здоровый образ жизни»				
2	Основы здорового образа жизни	6	4	2
3	Профилактика заболеваний	4	2	2
4	Основы медицинских знаний	3	2	1
«Правила безопасности»				
5	Азбука безопасности на улице	4	2	2
6	Один дома	2	1	1
7	ЧС и правильные действия	3	1	2
8	Безопасная природа	2	1	1
«Культура поведения и общения»				
9	Вежливость	3	2	1
10	Культура речи	2	1	1
11	Близкие люди	2	1	1
12	За столом	2	1	1
13	Общественные места	2	1	1
14	ИТОГО	36	20	16

Содержание программы

1.Вводное занятие.

Теория. Знакомство детей с программой, требованиями к занятиям, инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правилам поведения в учебном кабинете.

2.Основы здорового образа жизни.

Теория. Личная гигиена. Дружба с водой. Забота о глазах. Забота о коже.

Уход за зубами. Уход за ушами. Уход за волосами. Уход за руками и ногами.

Практика. Разучивание гимнастики для глаз. Чтение стихов и рассказов русских писателей и поэтов по теме. Оформление стенда «Гигиена и здоровье». Развлечение «Чистота и здоровье».

3.Профилактика заболеваний.

Теория. Закаливающие процедуры. Подвижные игры в зале и на воздухе. Дыхательная и пальчиковая гимнастика. Физкультминутки время и место их проведения.

Практика. Игровой массаж, массаж рук по методике А. Уманского и К. Динейки. Разучивание подвижных игр в зале и на воздухе. Закаливающее дыхание. Разучивание комплексов дыхательной и пальчиковой гимнастик.

Проведение детьми самостоятельно составленных физкультминуток.

Спортивное развлечение «Весёлые старты».

4. Основы медицинских знаний.

Теория. Заноза. Укус насекомого, Ушиб.

Практика. Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых, ушибах, попадании занозы в тело человека.

5. Азбука безопасности на улице.

Теория. Наиболее безопасный путь в школу и домой. Правила поведения на улице и дороге. Где можно и где нельзя играть. Транспорт. Мы – пешеходы, правила перехода дороги, движения пешеходов. Мы – пассажиры, обязанности пассажиров. Светофор и его сигналы. Дорожные знаки.

Практика. Экскурсия по улице, демонстрация правил движения пешеходов, перехода дороги. Беседа о встречающихся дорожных знаках.

Игра-драматизация «Поездка в автобусе». Встреча с инспектором по профилактике ДТП. Развлечение «Красный, жёлтый, зелёный».

6. Один дома.

Теория. Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Их профилактика. Как вести себя, когда ты дома один? Не торопись быть взрослым. Электричество и газ как источники возможной опасности. Лекарства и средства бытовой химии как источники опасности. Правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону. Если незнакомый человек стучится или звонит в дверь.

Практика. Просмотр плакатов, рисунков. Проигрывание ситуаций. Игра «Можно – нельзя». Викторина «Ты один остался дома».

7. ЧС и правильные действия.

Теория. Огонь и человек. Причины возникновения пожаров в доме. Дым и его опасность. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме.

Практика. Экскурсия в пожарную часть. Встреча с инспектором по пожарной безопасности. Разыгрывание ситуаций. Рассматривание плакатов с правильными и неправильными действиями людей в ЧС, коллективное обсуждение. Игровая программа «Мы пожарные». Игровая программа «Огонь наш друг – огонь наш враг».

8. Безопасная природа.

Теория. Температура окружающего воздуха, её влияние на здоровье человека. Одежда по сезону. Погодные условия (ветер, дождь, снег), правила поведения.

Опасные насекомые, правила поведения и меры защиты от них.

Практика. Прогулка в сквер. Игры: «Кто быстрее». «Назови правильно», «Кто лишний?», «Что лишнее?».

9. Вежливость.

Теория. Вежливость. Правила вежливости. Доброта. Внимание. Проявление внимания к старшим, младшим и больным людям.

Практика. Чтение и анализ стихов и рассказов о доброте, вежливости, внимании. Рассматривание иллюстраций с сюжетами поступков детей и коллективное обсуждение их. Просмотр фильма «Цветик – семицветик» и коллективное обсуждение поступков героев фильма. Игровая программа «Вежливость – залог успеха».

10. Культура речи.

Теория. Правила приветствия. Правила обращения. Звуковая культура речи. Правильность произношения, интонация.

Практика. Артикуляционная гимнастика «Приключение весёлого язычка». Голосовые и дыхательные упражнения.

11. Близкие люди.

Теория. Семья. Добрые дела в семье. Твори добро людям.

Практика. Этические беседы. Праздник для мам и бабушек «Как мы любим наших мам». Конкурс рисунков «Моя семья». Акция «Доброе дело».

12. За столом

Теория. Правила поведения за столом. Правильное пользование столовыми приборами. Обед в общественном месте.

Практика. Ситуативные игры: «За столом», «Как сидеть», «Столовые приборы».

13. Общественные места.

Теория. Общественное место. Правила поведения в общественных местах: школе, библиотеке, школьной столовой, на улице. Правила общения с окружающими людьми.

Практика. Ситуативные игры. Прогулки по улице. Поход в библиотеку на викторину «По страницам сказок».

Учебно-тематический план 2 год обучения

№	Тема	Количество часов		
		Итого	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
«Здоровый образ жизни»				
2	Основы здорового образа жизни	4	2	2
3	Профилактика заболеваний	4	2	2
4	Основы медицинских знаний	2	1	1
«Правила безопасности»				
5	Дорожная безопасность	4	2	2
6	Современное жильё	2	1	1
7	ЧС и действия	2	1	1
8	Безопасная природа	3	2	1
«Культура поведения и общения»				
9	Вежливость	5	3	2
10	Культура речи	2	1	1
11	Гости	3	2	1
12	За столом	2	1	1
13	Общественное место	2	1	1
14	Итого	36	20	16

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство детей с программой второго года обучения. Требования к занятиям, инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правилам поведения в учебном кабинете.

2. Основы здорового образа жизни.

Теория. Из чего состоит тело человека? Наши органы: головной мозг, сердце, желудок и кишечник. Органы дыхания. Позвоночник. Значение осанки в жизни человека.

Практика. Рассматривание скелета человека. Анализы ситуаций. Игры: «Вредно – полезно», «Кто больше назовёт», «Хорошо – плохо». Разучивание упражнений для формирования правильной осанки: «На посту», «За водой», «Препятствие», «Велосипед», «Прямой угол», «Футболисты», «Деревце», упражнений для профилактики плоскостопия. Наблюдение. Опыт. Дыхательная гимнастика: «Самолёт», «Шарик», «Кошечка», «Жук», «Косарь» и другие. Спортивный праздник: «Зов джунглей».

3.Профилактика заболеваний.

Теория. Понятие болезнь. Причины болезни. Признаки болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Природная аптека. Фитотерапия.

Практика. Анализ ситуаций. Рассматривание иллюстраций. Игры на узнавание лекарственных растений: «Узнай по запаху», «Узнай по описанию» и другие.

Практикум по приготовлению фиточая.

4.Основы медицинских знаний.

Теория. Инородное тело. Кровотечение из носа.

Практика. Оказание первой помощи при попадании инородного тела в глаз, ухо, нос. Оказание первой помощи при кровотечении из носа.

5.Дорожная безопасность.

Теория. Виды транспортных средств. Специальные транспортные средства.

Движение пешеходов по дорогам. Правила перехода дорог. Перекрёсток. Светофор и его сигналы. Правила перехода дорог при посадке из транспортного средства. Безопасное поведение на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть.

Практика. Экскурсия к проезжей части дороги. Упражнения в переходе дороги. Игра – драматизация «Поездка в автомобиле». Рассматривание плакатов «Дети и дорога» и коллективное обсуждение. Встреча с инспектором по профилактике ДТП. Развлечение «Азбука юного пешехода».

6.Современное жильё.

Теория. Службы экстренной помощи. Вызов экстренной помощи. Телефоны. Сообщение для службы экстренной помощи. Правила поведения во время спасения.

Практика. Ситуативные игры. Игра – тренинг «Я и телефон» (01 – примите вызов, 02 – примите вызов, 03 – примите вызов). Экскурсия в полицию.

7.ЧС и действия.

Теория. Сигнал «Внимание – всем!». Действия по сигналу «Внимание – всем!».

Практика. Действия во время сигнала «Внимание - всем!».

8.Безопасная природа.

Теория. Чистый воздух и его значение для человека. Причины загрязнения.

Правила безопасности на воде зимой, весной и летом. Опасные животные. Предосторожности при общении с животными.

Практика. Экскурсия к реке зимой, весной во время наводнения, летом.

Исследовательская работа с водой. Экологическая акция «Красота спасёт мир».

9.Вежливость.

Теория. Семья. Доброта. Дружба. Вежливость и речевой этикет.

Практика. Чтение произведений поэтов и писателей о доброте, дружбе, отношениях в семье. Рассказы детей о поступках. Коллективное обсуждение.

Акция « Доброе дело». Праздник «Загляните в мамины глаза».

10.Культура речи.

Теория. Правильное обращение к старшим. Обращение к продавцу, к учителю и другим людям. Как правильно задать вопрос.

Практика. Экскурсия в магазин и покупка товара.

11.Гости.

Теория. Правила гостеприимства. Приглашение гостей. Приём гостей. Игры с гостями. Угощение для гостей. Подарки. Я иду в гости.

Практика. Ситуативные игры. Праздник для родителей. Викторина «Мы идём в гости». Дидактические игры.

12.За столом.

Теория. Угощаем чаем. Знакомство с таким видом гостеприимства как «чаепитие», «вечерний чай». Происхождение чая и кофе. Традиции. Сервировка стола к чаю.

Практика. Чаепитие. Складывание салфеток разными способами.

13.Общественное место.

Теория. Правила поведения в общественном транспорте, школе, магазине, аптеке, на улице.

Практика. Экскурсия в магазин, аптеку. Прогулки по улице. Поездка в автобусе.

Учебно-тематический план 3 год обучения

№	Тема	Количество часов		
		Итого	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
«Здоровый образ жизни»				
2	Основы здорового образа жизни	4	3	1
3	Профилактика заболеваний	2	1	1
4	Основы медицинских знаний	2	1	1
«Правила безопасности»				
5	Дорожная безопасность	5	3	2
6	ЧС и действия	2	1	1
7	Современное жилище	2	1	1
8	Безопасная природа			
«Культура поведения и общения»				
9	Вежливость	5	3	2
10	Культура речи	2	1	1
11	За столом	2	1	1
12	Гости	4	2	2
13	Общение и дружба	2	1	1
14	Общественные места	3	1	2
15	Итого	36	20	16

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство детей с программой третьего года обучения, требованиями к занятиям. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правилам поведения в учебном кабинете.

2. Основы здорового образа жизни.

Теория. Режим дня. Правильный сон. Массаж. Релаксация. Здоровое питание.

Практика. Составление режима дня. Упражнения для релаксации: «Любопытная Варвара...». Игры: «Угадай-ка», «Полезно – неполезно», «Можно – нельзя», «Юный кулинар», «Плохо – хорошо». Опыты. Анализ ситуаций после прочтения произведений С. Михалкова.

3. Профилактика заболеваний.

Теория. Переедания. Пищевые отравления. Признаки.

Практика. Игра – соревнование «Кто лучше знает?». Игра «03 – примите вызов», Игра «Вредно – полезно».

Теория. Пищевые отравления. Угарный газ.

Практика. Первая помощь при пищевом отравлении, при отравлении угарным газом.

5. Дорожная безопасность.

Теория. Движение пешеходов. Элементы дорог. Перекрёсток. Дорожная разметка. Сигналы светофора. Безопасность пассажиров. Правила посадки и высадки из транспортного средства. Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.

Практика. Экскурсия по улице. Переход перекрёстка. Игры «Чья команда быстрее соберётся», «Красный, жёлтый, зелёный». Встреча с инспектором по пропаганде ДТП. Развлечение «На улице, не в комнате – о том ребята помните!»

6. ЧС и действия.

Теория. Лесные пожары. Действия школьников по их предупреждению.

Практика. Просмотр фильма «Лесные пожары» и коллективное обсуждение.

Игры: «Потуши огонь», «Спаси друзей» и другие. Участие в конкурсе плакатов «Берегите лес».

7. Современное жилище.

Теория. Пожар в общественных местах (школа, общественный транспорт, кинотеатр). Причины. Правила поведения. Общение с незнакомыми людьми.

Если ты потерялся на улице.

Практика. Игровой тренинг: «Один на улице», анализ ситуаций. Отработка плана эвакуации при срабатывании сигнала «пожар» в школе. Викторина «Если случился пожар».

8. Безопасная природа.

Теория. Правила безопасного поведения в лесу, в поле. Если ты заблудился. Как ориентироваться в лесу. Охрана лесов. Животные и растения, занесённые в Красную книгу. Съедобные и ядовитые грибы и ягоды.

Практика. Выход на природу. Анализ ситуаций. Обсуждение.

Проигрывание ситуаций. Чтение произведений поэтов и писателей о красоте леса. Игра «Съедобное – несъедобное». Конкурс рисунков «Мой край родной»

Экологическая викторина «В гости к Лесовичку».

9. Вежливость.

Теория. Семья. Знаменательные даты. Доброта. Чуткость. Сострадание. Трудолюбие. Доброжелательность.

Практика. Анализ ситуаций, коллективное обсуждение. Акция «Помоги ближнему». Изготовление подарков для больных одноклассников.

10. Культура речи.

Теория. Правила беседы и культура речи. Телефонный разговор.

Практика. Игровой тренинг «Разговор по телефону».

11. За столом.

Теория. Оформление праздничного стола. Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину. Правила подачи блюд. Столовые приборы.

Практика. Ситуативные игры. Сервировка стола.

Изготовление предметов для оформления праздничного стола своими руками.

12. Гости.

Теория. Правила гостеприимства. Приглашение гостей. Приём гостей. Угощение для гостей. Подарки для гостей. Приём подарков

от гостей. Игры с гостями. Внешность. Поход в гости. Что с собой брать?

Благодарность и подарки хозяевам дома.

Практика. Ситуативные игры. Праздник для первоклассников «Первый раз - в первый класс». Изготовление подарков своими руками.

13.Общение и дружба.

Теория. Дружба. Общение со сверстниками. Учись говорить «нет». Игры для друзей.

Практика. Ситуативные игры. Игры на природе, проводимые детьми.

14.Общественные места.

Теория. Правила поведения в школе, на улице, в кинотеатре.

Практика. Поход в кинотеатр на просмотр фильма.

**Учебно-тематический план
4 год обучения**

№	Тема	Количество часов		
		Итого	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
	«Здоровый образ жизни»			
2	Основы здорового образа жизни	4	2	2
3	Профилактика заболеваний	2	1	1
4	Основы медицинских знаний	5	3	2
	«Правила безопасности»			
5	Дорожная безопасность	4	2	2
6	ЧС и действия	5	3	2
7	Современное жилище	4	3	1
8	Безопасная природа	2	1	1
	«Культура и общение»			
9	Вежливость	5	3	2
10	Культура речи	2	1	1
11	За столом	2	1	1
12	Итого	36	21	15

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство детей с программой, требованиями к занятиям. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правилам поведения в учебном кабинете.

2. Основы здорового образа жизни.

Теория. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасности человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. *Практика.* Спортивный праздник «В здоровом теле – здоровый дух!». Конкурс плакатов «Пагубные привычки не для нас».

3. Профилактика заболеваний.

Теория. Профилактика вредных привычек человека.

Практика. Просмотр фильмов, плакатов и обсуждение.

4. Основы медицинских знаний.

Теория. Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Переломы. Вывихи. Растяжения связок. Укусы насекомых, кошек, собак. Кровотечения из носа. Ушибы. Попадание инородного тела в глаз, нос, ухо.

Практика. Первая помощь при переломах, вывихах, растяжениях связок, ушибах, попадании инородного тела в нос, глаза, ухо, при кровотечении из носа. Первая помощь при укусах насекомых, собак, кошек, человека. Посещение медицинского кабинета. Показ медиком перевязки и обработку ран.

5. Дорожная безопасность.

Теория. Повторение пройденного (1-3 класс). Езда на велосипеде.

Соблюдение правил поведения на дороге велосипедистами. Причины дорожно-транспортного травматизма. Железнодорожный транспорт. Его особенности. Безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом. Обязанности пассажиров. Встреча с инспектором по профилактике ДТП.

Практика. Показ фильма и обсуждения детей. Катание детей на велосипедах на стадионе. Спортивное мероприятие: «Гонки на велосипедах».

6.ЧС и действия.

Теория. Чрезвычайные ситуации природного происхождения – ураганы, снегопады, метели, наводнения. Их последствия. Мероприятия по защите.

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Примеры содержания речевой информации о чрезвычайных ситуациях. Встреча с инспектором ЕДДС.

Практика. Рассматривание плакатов, Просмотр фильмов. Экскурсия к реке во время наводнения.

7.Современное жилище.

Теория. Повторение пройденного (1-3 класс). Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных ситуаций в быту. Опасная высота (балкон, лестничная клетка).

Практика. Игровая программа «Вопросы и ответы».

8.Безопасная природа.

Теория. Ориентирование на местности. Понятие ориентира. Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу, часам и местным предметам. Безопасная переправа через водную преграду. Умение вязать узлы. Костёр. Меры пожарной безопасности при разведении костра. Основные правила поведения на воде при купании, катании на лодке. Способы и средства спасения утопающих.

Практика. Туристический поход на природу с родителями.

9.Вежливость.

Теория. Семья. Вежливость. Дружба. Взаимопомощь. Правда-неправда. Доброжелательность. Бережливость. Сострадание. Толерантность.

Практика. Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!».

Развлечение «Нам без дружбы не прожить, дружбой надо дорожить!».

10.За столом.

Теория. Повторение пройденного (1-3 класс). Сервировка и оформление праздничного стола.

Практика. Организация и проведения праздника с родителями «День именинника».

11.Культура речи.

Теория. Правильно ли мы говорим. Бранные слова. Слова – паразиты. Как правильно сформулировать просьбу, пожелание, поздравление.

Практика. Поздравление одноклассников.

Ожидаемые результаты 1 год обучения.

Дети должны знать:

1. Понятия «гигиена», «закаливание», «культура речи», «общественное место», «семья», «вежливость».
2. Основные правила личной гигиены, правила закаливания.
3. Дорожные знаки и их назначение.
4. Сигналы светофора.
5. Изучаемые правила безопасного поведения на улице и дома.
6. Правила обращения с электроприборами и огнём.
7. Вежливые слова.

Дети должны уметь:

1. Выполнять оздоровительные комплексы упражнений.
2. Проводить подвижные игры.
3. Узнавать дорожные знаки, правильно пользоваться ими.
4. Правильно вести себя в общественных местах: школе, школьной столовой, на улице, библиотеке.
5. Правильно пользоваться столовыми приборами.
6. Оказывать первую помощь при укусах насекомых, ушибах, попадании занозы в тело человека.

Ожидаемые результаты 2 год обучения

Дети должны знать:

1. Понятия «болезнь», «инфекция», «экстренная помощь», «дружба».
2. Из чего состоит тело человека. Органы. Значение их в жизни человека.
3. Пути распространения инфекций, профилактические действия при инфекционных заболеваниях.
4. Виды транспортных средств.
5. Правила перехода дорог.
6. Место для игр.
7. Телефоны экстренных служб.
8. Правила безопасности на воде зимой, весной, летом и осенью.
9. Лекарственные растения.
10. Правила поведения в общественных местах, за столом, в гостях.

Дети должны уметь:

1. Выполнять упражнения для формирования правильной осанки, для профилактики плоскостопия, дыхательные упражнения.
2. Оказывать первую помощь при попадании инородного тела в глаз, ухо, нос, кровотечении из носа.
3. Правильно переходить дорогу.
4. Вызвать экстренную помощь.
5. Правильно вести себя в общественном транспорте и в общественных местах.

Ожидаемые результаты 3 год обучения

Дети должны знать:

1. Понятия «режим дня», «релаксация», «массаж», «отравление», «чуткость», «сострадание», «трудолюбие», «перекрёсток».
2. Признаки переизбытка и отравления.
3. Правила перехода перекрёстка.
4. Правила пользования общественным транспортом.
5. Правила поведения при угрозе и во время аварии.
6. Предупреждение и действия при лесных пожарах.
7. Правила поведения на улице, в лесу, в поле.
8. Правила общения со сверстниками.
9. Правила поведения в кинотеатре.

Дети должны уметь:

1. Составить режим дня.
2. Выполнять упражнения для релаксации.
3. Оказывать первую помощь при пищевом отравлении, отравлении угарным газом.
4. Правильно переходить перекрёсток.
5. Правильно вести себя в общественном транспорте, на природе, на улице, при чрезвычайных ситуациях.
6. Различать съедобные и ядовитые грибы и ягоды.

Ожидаемые результаты 4 год обучения

Дети должны знать:

1. Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «вредные привычки», «взаимопомощь», «толерантность», «правда», «неправда», «бережливость».
2. Причины дорожно-транспортного травматизма.
3. Правила безопасности при движении железнодорожным транспортом.
4. Мероприятия по защите от чрезвычайных ситуаций природного происхождения.
5. Правила безопасности в быту.
6. Езда на велосипеде. Правила поведения на дороге.
7. Правила ориентирования на местности.
8. Правила на воде.
9. Основы правильной речи.
10. Правила гостеприимства, сервировки стола.

Дети должны уметь:

1. Пользоваться комплексами упражнений профилактического характера.
2. Ориентироваться на местности.
3. Правильно вести себя на природе, в общественном транспорте,

в общественных местах.

4. Выстраивать диалог с обслуживающим персоналом в местах общего пользования.

5. Корректно задавать вопросы, вести беседу со старшими людьми, сверстниками.

6. Оказывать первую помощь при переломах, вывихах, кровотечениях, ушибах, попадании инородного тела в тело человека, укуса насекомых, животных, человека.

7. Пользоваться правилами этикета дома и в гостях.

Литература

1. Пении Пальмано «Энциклопедия для девочек и мальчиков» (перевод с английского Ю.Ю. Змеевой), М.:РИПОЛ классик, 2009г.
2. Дик Н.Ф. «Начальная школа: премудрости Маркиза Этикета, или уроки вежливости на каждый день», Ростов: издательский дом ФЕНИКС, 2008г.
3. Суслов В.Н. «Этикет, учусь правилам поведения». 1-4 классы. Тесты, практические задания: учебно-методическое пособие. Ростов на Дону: Легион, 2010г.
4. Агапова И.А., Давыдова М.А. «Общество хороших манер». – Волгоград: Учитель, 2009г.
5. Лободина Н.В., Чурилова Т.Н. «Здоровьесберегающая деятельность» - Волгоград: Учитель, 2011г.
6. Езушина Е.В. «Уроки здоровья» - Волгоград, 2009г.
7. Е.В. Бачева. «Словарь семейного счастья». Пермь 2011г.
8. Е.В. Бачева. «Родной дом». 2006г.
9. Л.А. Обухова, Н.А. Лемяскина, О.Е. Жиренко, «135 уроков здоровья, или школа докторов природы». Москва, «ВАКО», 2014г.
10. Л.М. Голчарова «Правила дорожного движения для начальной школы», Ростов-на-Дону, Феникс, 2008г.