

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Начальная школа – детский сад № 2»  
города-курорта Кисловодска

# **Тематика уроков здоровья в начальной школе**

**(Методическая копилка)**

**Выступление на заседании  
проблемно-творческой группы**

Автор: Калинина Е. Ю.

Ноябрь 2018 г.

# Тематика уроков здоровья

## 1 класс

### **Тема 1. Дружи с водой**

Урок 1. Советы доктора Воды

Урок 2. Друзья Вода и Мыло

### **Тема 2. Забота о глазах**

Урок 3. Глаза — главные помощники человека

### **Тема 3. Уход за ушами**

Урок 4. Чтобы уши слышали

### **Тема 4. Уход за зубами**

Урок 5. Почему болят зубы

Урок 6. Чтобы зубы были здоровыми

### **Тема 5. Уход за руками и ногами**

Урок 7. «Рабочие инструменты» человека

### **Тема 6. Забота о коже**

Урок 8. Зачем человеку кожа

Урок 9. Если кожа повреждена

### **Тема 7. Как следует питаться**

Урок 10. Питание - необходимое условие для жизни человека

Урок 11. Здоровая пища для всей семьи

### **Тема 8. Как сделать сон полезным?**

Урок 12. Сон — лучшее лекарство

### **Тема 9. Настроение в школе**

Урок 13. Как настроение?

### **Тема 10. Настроение после школы**

Урок 14. Я пришел из школы

### **Тема 11. Поведение в школе**

Уроки 15-16. Я — ученик

### **Тема 12. Вредные привычки**

Уроки 17-18. Вредные привычки

### **Тема 13. Мышцы, кости и суставы**

Урок 19. Скелет — наша опора

Урок 20. Осанка — стройная спина!

### **Тема 14. Как закаляться. Обтирание и обливание**

Урок 21. Если хочешь быть здоров

### **Тема 15. Как правильно вести себя на воде**

Урок 22. Правила безопасности на воде

### **Тема 16. Игры и упражнения на воде**

Уроки 23-27. Обучение плаванию

### **Тема 17. Народные игры**

Урок 28. Русская игра «Городки»

### **Тема 18. Подвижные игры**

Урок 29. Подвижные игры

Урок 30. Обобщающий

## 2 класс

### **Тема 1. Почему мы болеем**

Урок 1. Причины болезни

Урок 2. Признаки болезни

Урок 3. Как здоровье?

### **Тема 2. Кто и как предохраняет нас от болезней**

Урок 4. Как организм помогает себе сам

Урок 5. Здоровый образ жизни

### **Тема 3. Кто нас лечит**

Урок 6. Какие врачи нас лечат

### **Тема 4. Прививки от болезней**

Урок 7. Инфекционные болезни

Урок 8. Прививки от болезней

### **Тема 5. Что нужно знать о лекарствах**

Урок 9. Какие лекарства мы выбираем

Урок 10. Домашняя аптечка

### **Тема 6. Как избежать отравлений**

Урок 11. Отравление лекарствами

Урок 12. Пищевые отравления

### **Тема 7. Безопасность при любой погоде**

Урок 13. Если солнечно и жарко

Урок 14. Если на улице дождь и гроза

### **Тема 8. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте**

Урок 15. Опасность в нашем доме

Урок 16. Как вести себя на улице

### **Тема 9. Правила безопасного поведения на воде**

Урок 17. Вода - наш друг

### **Тема 10. Правила обращения с огнем**

Урок 18. Чтобы огонь не причинил вреда

### **Тема 11. Как уберечься от ударов электрическим током**

Урок 19. Чем опасен электрический ток

### **Тема 12. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов**

Урок 20. Травмы

### **Тема 13. Как защититься от насекомых**

Урок 21. Укусы насекомых

### **Тема 14. Предосторожности при обращении с животными**

Урок 22. Что мы знаем о собаках и кошках

### **Тема 15. Первая помощь при отравлениях жидкостями, пищей, парами, газами, дымом**

Урок 23. Отравление ядовитыми веществами

Урок 24. Отравление угарным газом

### **Тема 16. Первая помощь при перегревании и тепловых ударах, при ожогах и обморожении**

Урок 25. Как помочь себе при тепловом ударе

Урок 26. Если ты обморозился

### **Тема 17. Первая помощь при травмах**

Урок 27. Растяжение связок и вывих костей

Урок 28. Переломы

Урок 29. Если ты ушибся или порезался

### **Тема 18. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос, горло**

Урок 30. Если в глаз, ухо, нос или горло попал посторонний предмет

### **Тема 19. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек**

Урок 31. Укус змеи

### **Тема 20. Сегодняшние заботы медицины**

Урок 32. Расти здоровым

Урок 33. Воспитай себя

Урок 34. Я выбираю движение

### **3 класс**

#### **Тема 1: Чего не надо бояться?**

Урок 1. Как воспитывать уверенность и бесстрашие?

#### **Тема 2: Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным**

Урок 2: Учимся думать

Урок 3. Спешу делать добро

#### **Тема 3. Почему мы говорим не правду**

Урок 4. Поможет ли нам обман?

Урок 5. «Неправда — ложь» в пословицах и поговорках

#### **Тема 4. Почему мы не слушаемся родителей?**

Урок 6. Надо ли прислушиваться к советам родителей?

Урок 7. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга?

#### **Тема 5. Надо уметь сдерживать себя**

Урок 8. Все ли желания выполнимы?

Урок 9. Как воспитать в себе сдержанность

#### **Тема 6. Не грызи ногти, не ковыряй в носу**

Урок 10. Как отучить себя от вредных привычек

Урок 11. Как отучить себя от вредных привычек

#### **Тема 7. Как относиться к подаркам**

Урок 12. Я принимаю подарок

Урок 13. Я дарю подарки

#### **Тема 8. Как следует относиться к наказаниям**

Урок 14. Наказание

#### **Тема 9. Как нужно одеваться**

Урок 15. Одежда

#### **Тема 10. Как вести себя с незнакомыми людьми**

Урок 16. Ответственное поведение

#### **Тема 11. Как вести себя, когда что-то болит**

Урок 17. Боль

#### **Тема 12. Как вести себя за столом**

Урок 18. Сервировка стола

Урок 19. Правила поведения за столом

#### **Тема 13. Как вести себя в гостях**

Урок 20. Ты идешь в гости

#### **Тема 14. Как вести себя в общественных местах**

Урок 21. Как вести себя в транспорте и на улице

Урок 22. Как вести себя в театре, кино, школе

#### **Тема 15. «Нехорошие слова». Недобрые шутки**

Урок 23. Умеем ли мы вежливо общаться

Урок 24. Умеем ли мы разговаривать по телефону?

#### **Тема 16. Что делать, если не хочется в школу**

Урок 25. Помоги себе сам

#### **Тема 17. Чем заняться после школы**

Урок 26. Умей организовать свой досуг

#### **Тема 18. Как выбрать друзей**

Урок 27. Что такое дружба

Урок 28. Кто может считаться настоящим другом?

#### **Тема 19. Как помочь родителям**

Урок 29. Как доставить родителям радость?

#### **Тема 20. Как помочь больным и беспомощным**

Урок 30. Если кому-нибудь нужна твоя помощь

Урок 31. Спешите делать добро

#### **Тема 21. Повторение**

Урок 32. Огонек здоровья

Урок 33. Путешествие в страну здоровья

Урок 34. Культура здорового образа жизни. (Урок - соревнование)

## **4 класс**

### **Тема 1. Наше здоровье**

Урок 1. Что такое здоровье?

Урок 2 . Что такое эмоции?

Урок 3 . Чувства и поступки

Урок 4. Стресс

### **Тема 2. Как помочь сохранить себе здоровье**

Урок 5. Учимся думать и действовать

Урок 6. Учимся находить причину и последствия событий

Урок 7. Умей выбирать

### **Тема 3. Что зависит от моего решения?**

Урок 8. Принимаю решение Урок 9. Я отвечаю за свое решение

### **Тема 4. Злой волшебник табак**

Урок 10. Что мы знаем о курении

### **Тема 5. Почему некоторые привычки называются вредными**

Урок 11. Зависимость

Урок 12. Умей сказать НЕТ

Урок 13. Как сказать НЕТ

Урок 14. Почему вредной привычке ты скажешь нет?

Урок 15. Я умею выбирать — тренинг безопасного поведения

### **Тема 6. Помоги себе сам**

Урок 16. Волевое поведение

### **Тема 7. Злой волшебник алкоголь**

Урок 17. Алкоголь

Урок 18. Алкоголь — ошибка

Урок 19. Алкоголь — сделай выбор

### **Тема 8. Злой волшебник наркотик**

Урок 20. Наркотик

Урок 21. Наркотик тренинг безопасного поведения

### **Тема 9. Мы одна семья**

Урок 22. Мальчишки и девчонки

Урок 23. Моя семья.

Нестандартные уроки и уроки-праздники

### **Тема 10. Повторение**

Урок 24. Дружба

Урок 25. «День здоровья»

Урок 26. Умеем ли мы правильно питаться?

Урок 27. Я выбираю кашу

Урок 28. Чистота и здоровье

Урок 29. Откуда берутся грязнули? (игра-путешествие)

Урок 30. Чистота и порядок

Урок 31. Будем делать хорошо и не будем плохо

Урок 32. Урок-КВН «Наше здоровье»

Урок 33. «Я здоровье берегу — сам себе я помогу»

Урок 34. Будьте здоровы



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 320871763559102820710709962820099434473656575720

Владелец Птушкина Ирина Николаевна

Действителен с 03.11.2023 по 02.11.2024