


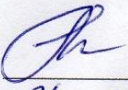
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1
с углубленным изучением отдельных предметов»
имени Максимова Николая Максимовича
Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан

рассмотрено на заседании
методического
объединения
руководитель

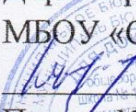
 Е. Н. Руинова
протокол № 1 от
28 » августа 2023 г.

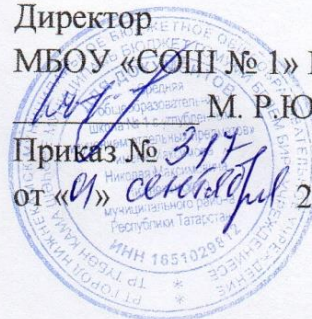
Согласовано

Заместитель директора по УР

 Н. В. Кузнецова
«31 » августа 2023 г.

Утверждаю

Директор
МБОУ «СОШ № 1» НМР РТ
 М. Р. Юнусов
Приказ № 317
от «01 » сентября 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Здоровейка»

уровень образования

начальное общее

1 - 4 классы

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Планируемые результаты	1 класс
Формирование универсальных учебных действий.	<p><i>Личностные</i></p> <p><i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • находить выход из стрессовых ситуаций; • принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания; • адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; <p>отвечать за свои поступки;</p> <ul style="list-style-type: none"> • значению физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; • знаниям о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания. • влиянию здоровья на успешную учебную деятельность; <p><i>Метапредметные</i></p> <p><u><i>Регулятивные</i></u></p> <p><i>Ученик научится</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье; • принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания. • основам развития познавательной сферы; • соблюдением общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях; • влиянию здоровья на успешную учебную деятельность; <p><u><i>Познавательные</i></u></p> <p><i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; • выполнять физические упражнения для развития физических навыков; • различать “полезные” и “вредные” продукты; • основам рационального питания; • правилам оказания первой помощи; • способам сохранения и укрепление здоровья; • основам развития познавательной сферы; <p><u><i>Коммуникативные</i></u></p> <p><i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работать в группе, учитывать мнения партнеров; • использовать в общении правила вежливости • ставить вопросы; • обращаться за помощью; • формулировать свои затруднения; • предлагать помощь и сотрудничество; • слушать собеседника. • договариваться и приходить к общему решению; • формулировать собственное мнение и позицию; • осуществлять взаимный контроль; • адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Планируемые результаты	2 класс
<p>Формирование универсальных учебных действий</p>	<p>Личностные <i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье; • способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. • делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить. • оценивать свои поступки в разных ситуациях; • развивать положительную мотивацию и познавательный интерес к занятиям физической культуры и спортом. <p>Метапредметные <u>Регулятивные</u> <i>Ученик научится</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебную задачу; • учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; • выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить; • соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями задачи. <p><u>Познавательные</u> <i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • проводить сравнение и классификацию по заданным критериям; • строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях; • осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза. • осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме, в том числе творческого характера; • устанавливать причинно-следственные связи. <p><u>Коммуникативные</u> <i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание; • допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; • формулировать собственное мнение и позицию; • задавать вопросы; • договариваться и приходить к общему решению; • формулировать собственное мнение и позицию; • осуществлять взаимный контроль; • адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. •

Формирование универсальных учебных действий

Личностные

Ученик научится:

уважительно относиться к окружающим;
 научится соблюдать изученные правила поведения в обществе;
 самостоятельно отвечать за свои поступки;
 выполнять заповеди и правила этикета;
 самостоятельно отвечать за свои поступки.
 воспитывать этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
 развивать положительную мотивацию и познавательный интерес к занятиям по программе «Азбука нравственности»;
 оценивать свои поступки в разных ситуациях;
 развивать начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

Метапредметные

Регулятивные

Ученик научится

использовать речь для регуляции своего действия;
 адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.
 выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
 соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями задачи.

Познавательные

Ученик научится:

навыкам контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
 ставить и формулировать проблемы.
 осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
 устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные

Ученик научится

работать в группе, учитывать мнения партнеров;
 ставить вопросы;
 обращаться за помощью;
 формулировать свои затруднения;
 предлагать помощь и сотрудничество;
 слушать собеседника.
 договариваться и приходить к общему решению;
 формулировать собственное мнение и позицию;
 осуществлять взаимный контроль;
 адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Планируемые результаты	4 класс
<p>Формирование универсальных учебных действий</p>	<p>Личностные <u>Ученик научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • определять и высказывать самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить. <p>Метапредметные Регулятивные <u>Ученик научится</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать речь для регуляции своего действия; • адекватное воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. • выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить; • соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями задачи. <p>Познавательные <u>Ученик научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • навыкам контроля и самооценки процесса и результата деятельности; • ставить и формулировать проблемы. • осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме, в том числе творческого характера; • устанавливать причинно-следственные связи. <p>Коммуникативные <u>Ученик научится</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • работать в группе, учитывать мнения партнеров; • ставить вопросы; • обращаться за помощью; • формулировать свои затруднения; • предлагать помощь и сотрудничество; • слушать собеседника. • договариваться и приходить к общему решению; • формулировать собственное мнение и позицию; • осуществлять взаимный контроль; • адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 класс		
Раздел, тема	Формы организации	Виды деятельности
Раздел 1. Введение. «Вот мы и в школе».		
Дорога к доброму здоровью.	Круглый стол	Познавательная
Здоровье в порядке - спасибо зарядке.	Групповые консультации	Спортивно-оздоровительная
В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»	Спектакль	Досугово-развлекательный
Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	Праздник	Досугово-развлекательный
Раздел 2. Питание и здоровье		
Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники».	Кружок художественного творчества	Конкурс рисунков
Культура питания. Приглашаем к чаю	Круглый стол	Практические занятия
Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	Спектакль	Досугово-развлекательный
Как и чем мы питаемся	Круглый стол	Познавательная
Красный, жёлтый, зелёный (Текущий контроль знаний викторина).	Интеллектуальные игры	Викторина
Раздел 3. Моё здоровье в моих руках		
Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	Круглый стол	Познавательная
Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	Дискуссии	Социальное творчество
Кукольный театр. Стихотворение «Ручеёк»	Спектакль	Досугово-развлекательные
Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек».	Дискуссии	Экскурсия
Как обезопасить свою жизнь.	Круглый стол	Познавательная
День здоровья «Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим».	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
В здоровом теле здоровый дух (Текущий контроль знаний викторина).	Интеллектуальные игры	Социальное творчество
Раздел 4. Я в школе и дома		
Мой внешний вид - залог здоровья .	дискуссии	Познавательная

Зрение – это сила	Круглый стол	Познавательная
Осанка – это красиво	Дискуссии	Спортивно-оздоровительная
Весёлые переменки	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
Здоровье и домашние задания	Круглый стол	Познавательная
Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим.	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
Раздел 5. Чтоб забыть про докторов		
Хочу остаться здоровым	Круглый стол	Познавательная
Вкусные и полезные вкусности	Дискуссия	Познавательная
День здоровья_ «Как хорошо здоровым быть»	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
Как сохранять и укреплять свое здоровье» (Текущий контроль знаний викторина).	Круглый стол	Познавательная
Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение		
Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	Кружок художественного творчества	Социальное творчество
Вредные и полезные привычки.	Круглый стол	Познавательная
Я б в спасатели пошел (Текущий контроль знаний ролевая игра).	Ролевая игра.	Социальное творчество
Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослых»		
Опасности летом (просмотр видео фильма)	Дискуссия	Познавательная
Первая доврачебная помощь	Круглый стол	Познавательная
Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	Спектакль	Досугово-развлекательная
Чему мы научились за год. Итоговый контроль знаний - диагностика.	Групповая консультация	Социальное творчество

2 класс		
Раздел, тема	Формы организации	Виды деятельности
<i>Раздел 1. Введение «Вот мы и в школе».</i>		
1.Что мы знаем о ЗОЖ	Круглый стол	Познавательная
2.По стране Здоровейке	Групповые консультации	Спортивно-оздоровительная
3.В гостях у Мойдодыра	Спектакль	Досугово-развлекательный
4.Я хозяин своего здоровья	Праздник	Досугово-развлекательный
<i>Раздел 2. Питание и здоровье</i>		
5.Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	Кружок художественного творчества	Конкурс рисунков
6.Культура питания. Этикет.	Круглый стол	Практические занятия
7.Спектакль «Я выбираю кашу»	Спектакль	Досугово-развлекательный
8. «Что даёт нам море»	Круглый стол	Познавательная
9. Светофор здорового питания	Интеллектуальные игры	Викторина
<i>Раздел 3. Моё здоровье в моих руках</i>		
10.Сон и его значение для здоровья человека	Круглый стол	Познавательная
11.Закаливание в домашних условиях	Дискуссии	Социальное творчество
12.День здоровья«Будьте здоровы»	Спектакль	Досугово-развлекательные
13.Иммунитет	Дискуссии	Экскурсия
14.Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	Круглый стол	Познавательная
15.Спорт в жизни ребёнка.	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
16.Слагаемые здоровья	Интеллектуальные игры	Социальное творчество
<i>Раздел 4. Я в школе и дома</i>		
17.Я и мои одноклассники	дискуссии	Познавательная
18.Почему устают глаза?	Круглый стол	Познавательная
19.Гигиена позвоночника. Сколиоз	Дискуссии	Спортивно-оздоровительная
20.Шалости и травмы	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
21.«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	Круглый стол	Познавательная
22.Умники и умницы	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
<i>Раздел 5. Чтоб забыть про докторов</i>		
23.С. Преображенский «Огородники»	Круглый стол	Познавательная
24.Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	Дискуссия	Познавательная
25.День здоровья «Самый здоровый класс»	Соревнования	Спортивно-оздоровительная
26.«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности	Круглый стол	Познавательная

Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение

27. Мир эмоций и чувств.	Кружок художественного творчества	Социальное творчество
28. Вредные привычки	Круглый стол	Познавательная
29. «Веснянка»	Ролевая игра.	Социальное творчество
30. В мире интересного	Круглый стол	Познавательная

Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей»

31. Я и опасность.	Дискуссия	Познавательная
32. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А. Колобова «Красивые грибы»	Круглый стол	Познавательная
33. Первая помощь при отравлении	Спектакль	Досугово-развлекательная
34. Наши успехи и достижения	Групповая консультация	Социальное творчество

3 класс

Раздел, тема	Формы организации	Виды деятельности
Введение. «Вот мы и в школе». 4 часа Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма		
Здоровый образ жизни, что это?»	Дискуссия	Проблемно – ценностное общение
Личная гигиена.	Групповая консультация	Проблемно – ценностное общение
В гостях у Мойдодыра.	Игра	Игровая, познавательная
«Остров здоровья» (текущий контроль знаний - игра)	Игра	Игровая, познавательная
Питание и здоровье 5 часов Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питания; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.		
Игра «Смак»	Игра	Игровая, познавательная
Правильное питание - залог физического и психологического здоровья.	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
Вредные микробы.	Групповая консультация	познавательная
Что такое здоровая пища и как её приготовить.	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
«Чудесный сундучок». <i>Текущий контроль знаний – КВН</i>	Игра	Игровая, познавательная
Моё здоровье в моих руках 7 часов Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.		
Труд и здоровье	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
Наш мозг и его волшебные действия	Беседа ,викторина	Проблемно – ценностное общение
День здоровья «Хочу остаться здоровым»	Игра	Игровая, познавательная
Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья	Игровая	Проблемно – ценностное общение
Беседа “Как сохранять и укреплять свое	Круглый стол	Проблемно –

здоровье”.		ценностное общение
Экскурсия «Природа – источник здоровья»	Экскурсия	Познавательная
«Моё здоровье в моих руках» Текущий контроль знаний - викторина	Викторина	Проблемно – ценностное общение
Я в школе и дома 6 часов Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.		
Мой внешний вид - залог здоровья	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
«Доброречие»	Викторина	Проблемно – ценностное общение
Спектакль С. Преображенский «Капризка»	Творческий проект	Досугово - развлекательная
«Бесценный дар - зрение»	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
Гигиена правильной осанки	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
«Спасатели, вперёд!» Текущий контроль знаний	Развивающая игра	Проблемно – ценностное общение
Чтоб забыть про докторов 4 часа Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".		
Шарль Перро «Красная шапочка»	Викторина	Досугово - развлекательная
Движение это жизнь	Круглый стол, игра	Проблемно – ценностное общение
День здоровья «Дальше, быстрее, выше»	Игра	Игровая, познавательная
Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности. Текущий контроль знаний - конкурс «Разговор о правильном питании»	Викторина	Досугово - развлекательная
Я и моё ближайшее окружение 4 часа Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.		
Мир моих увлечений	Игра	Игровая, познавательная
Вредные привычки и их профилактика	Круглый стол	Игровая, познавательная
Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С. Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	Творческий проект	Досугово - развлекательная
В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно – практическая	Исследовательские проекты	Познавательная

конференция.		
«Вот и стали мы на год взрослей» 4 часа Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.		
Я и опасность.	Круглый стол	Игровая, познавательная
Лесная аптека на службе человека	Круглый стол	Проблемно – ценностное общение
Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	Игра	Игровая, познавательная
Чему мы научились и чего достигли. Итоговый контроль знаний - диагностика.	Диагностика	Познавательная

4 класс		
Раздел, тема	Формы организации	Виды деятельности
«Вот мы и в школе» - 4 часа		
«Здоровье и здоровый образ жизни».	Поисковые операции.	Познавательная
Правила личной гигиены	Групповые консультации	
Физическая активность и здоровье	Экскурсия	Спортивно-оздоровительная
Как познать себя	Круглый стол	Познавательная
Питание и здоровье - 5 часов		
Питание - необходимое условие для жизни человека.	Исследовательские проекты	Проблемно-ценностное общение
Здоровая пища для всей семьи	Клубы по интересам	Досугово-развлекательная
Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	Исследовательские проекты	Проблемно-ценностное общение
Секреты здорового питания. Рацион питания	Клубы по интересам	
«Богатырская силушка». Текущий контроль знаний –КВН	Соревнование	Игровая
Моё здоровье, в моих руках-7 часов		
Домашняя аптечка	Клубы по интересам	Досугово-развлекательная
Мы за здоровый образ жизни»	Групповые консультации	Познавательная
Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	Дискуссия	Досугово-развлекательные
Береги зрение смолоду».	Групповые консультации	Проблемно-ценностное общение
Как избежать искривления позвоночника		
Отдых для здоровья	Дискуссия	Досугово-развлекательные
Умеем ли мы отвечать за своё здоровье. Текущий контроль знаний -викторина	Клубы по интересам	
Я в школе и дома - 6 часов		
«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим	Клубы по интересам	Досугово-развлекательные
«Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»		
Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	Спектакль	
Что такое дружба? Как дружить в школе?	Круглый стол	Социальное творчество
Мода и школьные будни	Клубы по интересам	Досугово-развлекательные
Делу время , потехе час. Текущий контроль знаний- игра- викторина		Художественное творчество
Чтоб забыть про докторов - 4часа		
Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	Клубы по интересам	Досугово-развлекательные
День здоровья «За здоровый образ жизни».	Соревнования	Спортивно-

		оздоровительная
Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	Спектакль	Досугово-развлекательные
Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности. Текущий контроль знаний - конкурс «Разговор о правильном питании»	Клубы по интересам	
Я и моё ближайшее окружение - 4 часа		
Размышление о жизненном опыте	Дискуссии	Досугово-развлекательная
Вредные привычки и их профилактика	Социально значимые проекты	Проблемно-ценностное общение
Школа и моё настроение	Дискуссии	Досугово-развлекательная
В мире интересного. Текущий контроль	Кружковая работа	
Вот и стали мы на год взрослей - 4 часа		
Я и опасность.	Круглый стол	Социальное творчество
Игра «Мой горизонт»	Интеллектуальная игра	Игровая
Гордо реет флаг здоровья	Исследовательские работы	Познавательная
«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». итоговый контроль знаний-Диагностика.	Групповая консультация	Социальное творчество

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 класс			Форма проведения	Цифровые образовательные ресурсы
№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
	Раздел 1. Введение. «Вот мы и в школе».	4		
1	Дорога к доброму здоровью.	1	Круглый стол	vneklassnoe_meropriyatie_na_temu.docx
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке.	1	Групповые консультации	https://infourok.ru/prezentaciya-zdorove-v-poryadke-spasibo-zaryadke-5724756.html
3	В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»	1	Спектакль	В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»
4	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	1	Праздник	https://multiurok.ru/files/prazdnik-chistoty-k-nam-priekhal-moidodyr-konspiekt-zaniatija-dlia-vnieurochnoi-deiatelnosti.html
	Раздел 2. Питание и здоровье	5		
5	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники».	1	Кружок художественного творчества	https://infourok.ru/prezentaciya-vitamini-nashi-druzya-2594824.html
6	Культура питания. Приглашаем к чаю	1	Круглый стол	https://uchitelya.com/nachalaya-shkola/146238-prezentaciya-kultura-pitaniya-priglashaem-k-chayu-1-klass.html
7	Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	1	Спектакль	

8	Как и чем мы питаемся	1	Круглый стол	https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-poznaniyu-mira-chem-mi-pitaemsa-3727519.html
9	Красный, жёлтый, зелёный (Текущий контроль знаний викторина).	1	Интеллектуальные игры	https://infourok.ru/igra-viktorina-po-pravilam-dorozhnogo-dvizheniya-krasniy-zheltiy-zeleniy-g-3621256.html
Раздел 3. Моё здоровье в моих руках		7		
10	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	1	Круглый стол	https://infourok.ru/prezentaciya-vneklassnogo-meropriyatiya-soblyudaem-my-rezhim-byt-zdorovymi-hotim-5449656.html
11	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	1	Дискуссии	
12	Кукольный театр. Стихотворение «Ручеёк»	1	Спектакль	
13	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек».	1	Дискуссии	
14	Как обезопасить свою жизнь.	1	Круглый стол	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2020/05/07/kak-obezopasit-svoyu-zhizn
15	День здоровья «Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим».	1	Соревнования	
16	В здоровом теле здоровый дух (Текущий контроль знаний викторина)	1	Интеллектуальные игры	https://infourok.ru/viktorina-v-zdorovom-tele-zdoroviy-duh-375577.html
Раздел 4. Я в школе и дома		6		
17	Мой внешний вид - залог здоровья .	1	Дискуссии	https://infourok.ru/prezentaciya-uroka-vneshniy-vid-zalog-zdorovya-po-vneurochnoy-deyatelnosti-po-kursu-

				kultura-zdorovya-klassi-2397697.html
18	Зрение – это сила	1	Круглый стол	https://infourok.ru/prezentaciya-k-klassnomu-chasuzrenie-eto-sila-4525742.html
19	Осанка – это красиво	1	Дискуссии	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2020/04/06/prezentatsiya-na-temu-krasivaya-osanka
20	Весёлые переменки	1	Соревнования	
21	Здоровье и домашние задания	1	Круглый стол	
22	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим.	1	Соревнования	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим.
	Раздел 5. Чтоб забыть про докторов	4		
23	Хочу остаться здоровым	1	Круглый стол	
24	Вкусные и полезные вкусности	1	Дискуссия	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2014/12/27/klassnyy-chas-v-1-klasse-samye-poleznye-produkty
25	День здоровья_ «Как хорошо здоровым быть»	1	Соревнования	
26	Как сохранять и укреплять свое здоровье». Текущий контроль знаний - круглый стол.	1	Круглый стол	https://infourok.ru/plankonspekt-vospitatelnogo-chasa-na-temu-kak-sohranit-svoyo-zdorove-klass-2775732.html
	Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение	3		
27	Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	1	Кружок художественного	

			творчества	
28	Вредные и полезные привычки.	1	Круглый стол	https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-poleznie-i-vrednie-privichki-dlya-nachalnoy-shkoli-952519.html
29	Я б в спасатели пошел” Текущий контроль знаний- ролевая игра	1	Ролевая игра.	Я б в спасатели пошел”
	Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей»	4		
30	Опасности летом (просмотр видео фильма)	1	Дискуссия	https://www.youtube.com/watch?v=jcDaSuxQ_FQ
31	Первая доврачебная помощь	1	Круглый стол	https://www.youtube.com/watch?v=VsuCi1m7-UM
32	Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	1	Спектакль	https://www.youtube.com/watch?v=Wi_-M4_JhbI
33	Чему мы научились за год. Итоговый контроль знаний- диагностика.	1	Групповая консультация	

2 класс			Форма проведения	Цифровые образовательные ресурсы
№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов		
	Введение «Вот мы и в школе».	4		
1	Что мы знаем о ЗОЖ	1	Круглый стол	Что мы знаем о ЗОЖ
2	По стране Здоровейке	1	Групповые консультации	
3	В гостях у Мойдодыра	1	Спектакль	https://infourok.ru/prezentaciya-v-gostyah-u-moydodira-440875.html
4	Я хозяин своего здоровья	1	Праздник	https://infourok.ru/vneurochnoe-zanyatie-ya-hozyain-svoemu-zdorovyu-1388653.html
	Питание и здоровье	5		
5	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	1	Кружок художественного творчества	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.
6	Культура питания. Этикет.	1	Круглый стол	Культура питания. Этикет.
7	Спектакль «Я выбираю кашу»	1	Спектакль	
8	«Что даёт нам море»	1	Круглый стол	«Что даёт нам море»
9	Светофор здорового питания	1	Интеллектуальные игры	
	Моё здоровье в моих руках	7		
10	Сон и его значение для здоровья человека	1	Круглый стол	https://infourok.ru/prezentaciya-po-vneurochnoj-deyatelnosti-vo-2-klasse-na-temu-zdorovyj-son-4419481.html
11	Закаливание в домашних условиях	1	Дискуссии	Закаливание в домашних условиях

12	День здоровья «Будьте здоровы»	1	Спектакль	
13	Иммунитет	1	Дискуссии	Иммунитет
14	Беседа «Как сохранять и укреплять свое здоровье».	1	Круглый стол	
15	Спорт в жизни ребёнка.	1	Соревнования	Спорт в жизни ребёнка.
16	Слагаемые здоровья	1	Интеллектуальные игры	https://infourok.ru/prezentaciya-slagaemie-zdorovya-klassniy-chas-422758.html
	Я в школе и дома	6		
17	Я и мои одноклассники	1	дискуссии	
18	Почему устают глаза?	1	Круглый стол	
19	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1	Дискуссии	https://infourok.ru/prezentaciya_po_vneurochnoy_deyatelnosti_na_temu-416126.htm
20	Шалости и травмы	1	Соревнования	
21	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	1	Круглый стол	https://infourok.ru/pourochnoe-planirovanie-po-zdoroveyka-razrabotka-urokov-i-kvn-1402971.html
22	Умники и умницы	1	Соревнования	
	Чтоб забыть про докторов	4		
23	С. Преображенский «Огородники»	1	Круглый стол	https://www.youtube.com/watch?v=XydcsthCqE
24	Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	1	Дискуссия	
25	День здоровья «Самый здоровый класс»	1	Соревнования	
26	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	Круглый стол	
	Я и моё ближайшее окружение	4		
27	Мир эмоций и чувств.	1	Кружок художественного творчества	Мир эмоций и чувств.

28	Вредные привычки	1	Круглый стол	https://infourok.ru/prezentaciya-vrednie-privichki-klassniy-chas-klass-2385721.html
29	«Веснянка»	1	Ролевая игра.	
30	В мире интересного	1	Круглый стол	
	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4		
31	Я и опасность.	1	Дискуссия	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2011/10/14/domashnie-opasnosti
32	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	1	Круглый стол	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»
33	Первая помощь при отравлении	1	Спектакль	Первая помощь при отравлении
34	Наши успехи и достижения	1	Групповая консультация	

3 класс			Форма проведения	Цифровые образовательные ресурсы
№п/п	Раздел, тема	Количество часов		
	Введение. «Вот мы и в школе».	4		
1	Здоровый образ жизни, что это?»	1	Дискуссия	https://infourok.ru/prezentaciya-k-klassnomu-chasuna-temu-zdorovyj-obraz-zhizni-3-klass-5047421.html
2	Личная гигиена.	1	Групповая консультация	Личная гигиена.
3	В гостях у Мойдодыра.	1	Игра	
4	«Остров здоровья» (текущий контроль знаний - игра)	1	Игра	https://infourok.ru/konspekt-klassnogo-chasa-prezentaciya-na-ostrove-zdorovya-klass-2427157.html
	Питание и здоровье	5		
5	Игра «Смак»	1	Игра	Игра «Смак»
6	Правильное питание - залог физического и психологического здоровья.	1	Круглый стол	
7	Вредные микробы.	1	Групповая консультация	https://infourok.ru/prezentaciya-po-okruzhayuschemu-miru-na-temu-bakterii-klass-477206.html
8	Что такое здоровая пища и как её приготовить.	1	Круглый стол	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2012/02/07/klassnyy-chas-zdorovoe-pitanie
9	«Чудесный сундучок». <i>Текущий контроль знаний – КВН</i>	1	Игра	

	Моё здоровье в моих руках	7		
10	Труд и здоровье	1	Круглый стол	Труд и здоровье
11	Наш мозг и его волшебные действия	1	Беседа ,викторина	
12	День здоровья «Хочу остаться здоровым»	1	Игра	
13	Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья	1	Игровая	https://infourok.ru/prezentaciya-solnce-vozduh-i-voda-nashi-luchshie-druzya-748512.html
14	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1	Круглый стол	
15	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1	Экскурсия	
16	.«Моё здоровье в моих руках» Текущий контроль знаний - викторина	1	Викторина	https://infourok.ru/klassniy-chas-po-zozh-moyo-zdorove-v-moih-rukah-3964613.html
	Я в школе и дома	6		
17	Мой внешний вид - залог здоровья	1	Круглый стол	
18	«Доборечие»	1	Викторина	
19	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	1	Творческий проект	https://www.youtube.com/watch?v=rdki5X4hRHM
20	«Бесценный дар - зрение»	1	Круглый стол	
21	Гигиена правильной осанки	1	Круглый стол	Гигиена правильной осанки
22	«Спасатели, вперёд!» Текущий контроль знаний	1	Развивающая игра	https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2013/06/15/prezentatsiya-spasateli-vperyod
	Чтоб забыть про докторов	4		
23	Шарль Перро «Красная шапочка»	1	Викторина	Шарль Перро «Красная шапочка»
24	Движение это жизнь	1	Круглый стол, игра	
25	День здоровья «Дальше, быстрее, выше»	1	Игра	
26	Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы. Текущий контроль знаний - конкурс «Разговор о правильном питании»	1	Викторина	https://www.youtube.com/watch?v=-empQf8K3V0
	Я и моё ближайшее окружение	4		
27	Мир моих увлечений	1	Игра	https://www.youtube.com/watch?v=Y3rqn7hsLBU
28	Вредные привычки и их профилактика	1	Круглый стол	https://www.youtube.com/watch?v=9N8yp_Im91o
29	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С. Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1	Творческий проект	https://www.youtube.com/watch?v=jFtFAPiPyxE
30	В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно – практическая конференция.	1	Исследовательские	

			проекты	
	«Вот и стали мы на год взрослей»	4		
31	Я и опасность.	1	Круглый стол	
32	Лесная аптека на службе человека	1	Круглый стол	https://www.youtube.com/watch?v=sR7Svmzr258
33	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	Игра	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»
34	Чему мы научились и чего достигли. Итоговый контроль знаний - диагностика.	1	Диагностика	

4 класс			Форма проведения	Цифровые образовательные ресурсы
№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов		
Введение «Вот мы и в школе» - 4 часа				
1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	1	Поисковые операции.	https://www.youtube.com/watch?v=Ipne2c-zOIQ
2	Правила личной гигиены	1	Групповые консультации	https://www.youtube.com/watch?v=9tnxLr5mqJw
3	Физическая активность и здоровье	1	Экскурсия	https://www.youtube.com/watch?v=wcGS_29asws
4	Как познать себя	1	Круглый стол	
Питание и здоровье – 5 часов				
5	Питание необходимое условие для жизни человека	1	Исследовательские проекты	https://www.youtube.com/watch?v=-9yyNUVt8W0
6	Здоровая пища для всей семьи	1	Клубы по интересам	https://www.youtube.com/watch?v=sSDDyJm8D7k
7	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1	Исследовательские проекты	https://www.youtube.com/watch?v=t2xH-fFGJtQ
8	Секреты здорового питания. Рацион питания	1	Клубы по интересам	https://www.youtube.com/watch?v=AuuQkiN4_ag
9	«Богатырская силушка»	1	Соревнование	«Богатырская силушка»

Моё здоровье в моих руках -7 часов			
10	Домашняя аптечка	1	Клубы по интересам https://www.youtube.com/watch?v=a6JWsMKv20o
11	«Мы за здоровый образ жизни»	1	Групповые консультации
12	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1	Дискуссия
13	«Береги зрение смолоду».	1	Групповые консультации https://www.youtube.com/watch?v=przFZjp4Np0
14	Как избежать искривления позвоночника	1	
15	Отдых для здоровья	1	Дискуссия https://www.youtube.com/watch?v=EMVS2ozxNcI
16	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1	Клубы по интересам
Я в школе и дома – 6 часов			
17	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1	Клубы по интересам https://www.youtube.com/watch?v=EJZIdvLq92w
18	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1	
19	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1	Спектакль https://www.youtube.com/watch?v=UrwbTpMeL70
20	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1	Круглый стол https://www.youtube.com/watch?v=ioxMjTfFj0
21	Мода и школьные будни	1	Клубы по интересам
22	Делу время , потехе час.	1	https://www.youtube.com/watch?v=_Ow0CyiHqrk
Чтоб забыть про докторов – 4 часа			
23	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	Клубы по интересам
24	День здоровья «За здоровый образ жизни».	1	Соревнования

25	Кукольный спектакль. Преображенский «Огородники».	1	Спектакль	
26	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	Клубы по интересам	https://www.youtube.com/watch?v=YuuyGPzUkgs
Я и моё ближайшее окружение – 4 часа				
27	Размышление о жизненном опыте	1	Дискуссии	
28	Вредные привычки и их профилактика	1	Социально значимые проекты	https://www.youtube.com/watch?v=LF9RbCmJ5PI
29	Школа и моё настроение	1	Дискуссии	
30	В мире интересного.	1	Кружковая работа	https://www.youtube.com/watch?v=gxru_-9-x60
«Вот и стали мы на год взрослей» - 4 часа				
31	Я и опасность.	1	Круглый стол	
32	Игра «Мой горизонт»	1	Интеллектуальная игра	
33	Гордо реет флаг здоровья	1	Исследовательские работы	
34	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1	Групповая консультация	
	Итого:	34		