

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7 имени Героя Советского Союза
В.Х.Хазиева Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса внеурочной деятельности
«Факультатив «Уроки здоровья»

Уровень начального общего образования
Срок освоения - 4 года (1-4 классы)

Строительева Вероника Владимировна,
классный руководитель

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. НОРМАТИВНАЯ БАЗА ДЛЯ СОСТАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Факультатив «Уроки здоровья» основной образовательной программы начального общего образования разработана в соответствии с требованиями:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с учетом актуальных изменений и дополнений);
2. ФГОС начального общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 (с учетом актуальных изменений и дополнений);
3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (зарегистрирован 12.07.2023 № 74229)

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Факультатив «Уроки здоровья» основной образовательной программы начального общего образования реализуется с учетом рабочей программы воспитания Учреждения.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Данная программа строится *на принципах:*

- **научности;** в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- **доступности;** которых определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
- **системности;** определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

ПРАКТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ КУРСА

Содержание занятий направлено на то, чтобы научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Занятия носят научно-образовательный характер.

Изучение программного материала начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения;

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здоровотворчества».

Планируемые результаты.

Можно выделить следующие уровни планируемых результатов внеурочной образовательной деятельности:

- первый уровень достигается в процессе взаимодействия с педагогом: приобретение школьником социального знания (знания об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.д.);
- второй уровень достигается в дружественной детской среде: получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества;
- третий уровень достигается во взаимодействии с социальными субъектами: - получение школьником опыта самостоятельного общественного действия

Формы оценки результатов внеурочной образовательной деятельности должны быть представлены чёткими критериями, понятными учащимся. Во многом такие критерии определяют взаимоотношения учителя и ученика во время обучения, поэтому они должны соответствовать ряду требований:

- какие именно компоненты содержания подлежат оцениванию;
- средства и методы оценивания, особенно для заданий творческого характера;
- средства контроля должны быть разнообразными, позволяющими оценить знания и умения учащихся, проследить изменения в развитии и личностных

качествах школьников; - средства контроля должны соответствовать целям и задачам внеурочной образовательной деятельности;

– элементы обязательного содержания программы должны подлежать точному оцениванию;

– аппарат контроля должен предусматривать не только итоговый контроль, но и предоставлять возможность отслеживания промежуточных результатов.

Наиболее удобными формами представления образовательных результатов внеурочной деятельности являются следующие:

– портфолио ученика;

– самооценка;

– выставка достижений учащихся.

При организации внеурочной деятельности обучающихся планируется использовать собственные ресурсы (педагоги внутришкольного дополнительного образования, учителя - предметники, классные руководители). Если ребенок занимается профессионально спортивным или творческим направлением в кружках города, то это зачитывается в данное направление внеурочной деятельности обучающегося.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ФАКУЛЬТАТИВ «УРОКИ ЗДОРОВЬЯ»

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Факультатив «Уроки здоровья» основной образовательной программы начального общего образования рассчитана на 4 года освоения курса

1 класс

1. Дружи с водой.

Советы Доктора Воды: особенности организма и забота о своем здоровье. Как вода помогает избавиться от микробов.

Практические занятия

Игра «Друзья Вода и Мыло». Инсценировка отрывка из сказки «Мойдодыр» К.Чуковского.

2. Забота о глазах.

Глаза – главные помощники человека. Правила бережного отношения к зрению.

Практические занятия

Гимнастика для глаз. Игра «Полезно-вредно». Проведение опыта «Воздействие света на зрачок глаза»

3. Уход за ушами.

Чтобы уши слышали: как сберечь органы слуха

Практические занятия

Самомассаж ушей. Опыт «Звучащий предмет»

2. Уход за зубами

Почему зубы болят. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку здоровой

Практические занятия

Упражнение «Спрятанный сахар».

Практикум «чистка зубов». Оздоровительная минутка.

3. Уход за руками и ногами.

«Рабочие инструменты человека»: руки и ноги. Уход за ногтями.

Практические занятия

Игра-соревнование «Кто больше?» Динамический час

Конкурс знатоков пословиц и поговорок

4. Забота о коже.

Зачем человеку кожа. Надежная защита организма. Если кожа повреждена. Правила ухода за кожей.

Практические занятия

Игра «Угадай-ка». Опыт «Почувствуй предмет». Практикум: оказание первой помощи при повреждении кожных покровов.

5. Как следует питаться.

Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Я выбираю кашу!

Практические занятия

Занятие-обсуждение по стихотворению С.Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала». Игра «Что разрушает здоровье».

6. Как сделать сон полезным.

Сон – лучшее лекарство. Гигиена сна.

Практические занятия

Игра «Плохо-хорошо» (по гигиене сна). Анализ стихотворения С.Михалкова «Не спать»

7. Настроение в школе.

Беседа «От чего зависит настроение»

Практические занятия

Динамический час. Упражнения «Азбука волшебных слов», «Сотвори солнце в себе»

8. Настроение после школы.

Беседа с активным слушанием «Как создать хорошее настроение».

Практические занятия

Анкетирование «Любишь - не любишь». Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ»

9. Поведение в школе.

Правила поведения «Я – ученик».

Практические занятия

Игра «Какой ты ученик». Анализ стихотворения Б.Заходера «Перемена». Игра-практикум «В столовой».

10. Вредные привычки.

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.

Практические занятия

Игра «Да – нет». Оздоровительная минутка. Анализ ситуаций.

11. Мышцы, кости и суставы.

Беседа по теме «Осанка – стройная спина!» Правила для поддержания правильной осанки.

Практические занятия

Оздоровительная минутка «Хожение по камушкам». Динамический час.

12. Как закаляться. Обтирание и обливание.

Если хочешь быть здоров – закаляйся! Шесть признаков здорового и закаленного человека.

Практические занятия

Классная выставка «Мы дружим с физкультурой и спортом». Игра «Эрудит»

13. Как правильно вести себя на воде

Правила безопасности на воде. Как научиться плавать (советы)

Практические занятия

Подвижные игры «Море волнуется», «Совушка»

14. И снова и гигиене

Анализ «Вредных советов» Г.Остера и «Очень правдивой истории» Л.Яхнина.

Практические занятия

Викторина «Чистота и здоровье». Игры «Письма», «Отгадай-ка!»

15. О пользе витаминов.

Беседа «Что я знаю про витамины».

Практические занятия

Инсценировка «Спор овощей». Игры «Вершки и корешки», «Кто больше».

Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин»

16. Наша безопасность.

Беседа «Очень подозрительный тип»

Практические занятия

Практикум «Один дома» «Встреча на улице»

17. Народные игры.

Рассказ о народных подвижных играх

Практические занятия

Разучивание игры «Городки»

18. Подвижные игры

Доктора природы (обобщение)

Практические занятия

Разучивание игр «Салки», «Русская лапта»

2класс

1. Почему мы бодем.

Причины болезни. Признаки болезни.

Практические занятия

Тест «Твое здоровье. Игра-соревнование «Кто больше?» Практикум «Как помочь больному»

2. Кто и как предохраняет нас от болезней

Как организм помогает себе сам? Что такое здоровый образ жизни. Режим дня.

Практические занятия

Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?» Составление памятки. Оздоровительная минутка.

3. Кто нас лечит.

Какие врачи нас лечат. Встреча с врачом-педиатром.

Практические занятия

Динамический час. Валеологический самоанализ.

4. Прививки от болезней.

Инфекционные болезни. О прививках.

Практические занятия

Игра-соревнование «Кто больше?» Анализ стихотворения С.Михалкова «Прививка». Игра «Полезно – вредно»

5. Что нужно знать о лекарствах.

Какие лекарства мы выбираем? Домашняя аптечка.

Практические занятия

Игра «Валеологический светофор». Практикум «В аптеке»

6. Как избежать отравлений.

Отравление лекарствами. Пищевые отравления.

Практические занятия

Игра-соревнование «Кто ответит правильно?» Практикум «Помоги себе сам».

Оздоровительная минутка.

7. Безопасность при любой погоде.

Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза.

Практические занятия

Игра «Полезно – вредно». Динамический час.

8. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте

Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице.

Практические занятия

Игра «Валеологический светофор». Практикум «Пешеходный переход». Игра «Да и нет»

9. Правила поведения на воде

10. Вода – наш друг. Правила купания в открытой воде.

Практические занятия

Динамический час. Викторина «Водоемы нашей местности»

11. Правила обращения с огнем.

Чтобы огонь не причинил вреда. Правила поведения при пожаре.

Практические занятия

Практическая работа «Эвакуация при пожаре в школе». Командная игра «Пожарная каска»

12. Как уберечься от поражения электрическим током.

Чем опасен электрический ток? Правила обращения с бытовыми электроприборами.

Практические занятия

Первая помощь пострадавшему.

13. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.

Травмы. Как оказать первую помощь.

Практические занятия

Практикум по теме. Динамический час.

14. Как защититься от насекомых.

Укусы насекомых. Как оказать первую помощь.

Практические занятия

15. Практикум по теме. Викторина

Что мы знаем о собаках и кошках? Первая помощь при укусах кошек и собак. Правила обращения с животными.

16. *Практические занятия*

Анкетирование «Четвероногий друг». Практикум «Помоги себе сам»

17. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом.

Отравление ядовитыми веществами. Отравление угарным газом. Первая помощь.

Практические занятия

Практикум по теме.

18. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах обморожении.

Как помочь себе при тепловом ударе. Как уберечься от мороза.

Практические занятия

Практикум «Помоги себе сам»

19. Первая помощь при травмах.

Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался.

Практические занятия

Наложение холодного компресса. Наложение шины. Бинтование раны.

20. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.

Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело

Практические занятия

Практикум по теме. Оздоровительная минутка.

21. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.

Укусы змей. Первая помощь.

Практические занятия

Игра «Самый внимательный»

22. Сегодняшние заботы медицины

Неизлечимые болезни века. Как вырасти здоровым. Я выбираю движение.

Практические занятия

Тест «Оцени себя сам»

3класс

1. Чего не надо бояться.

Как воспитывать уверенность и бесстрашие. Чего мы боимся.

Практические занятия

«Нарисуй свой страх»

2. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.

Учимся делать добро. Спешим делать добро.

Практические занятия

Игра «Почему это произошло?». Лексическая работа с пословицами о добре и зле.

3. Почему мы говорим неправду

Поможет ли нам обман? Неправда и ложь в пословицах и поговорках.

Практические занятия

Практическая работа со словарем С.И.Ожегова. Анализ ситуации (рассказ Л.Толстого «Косточка»)

4. Почему мы не слушаем родителей.

Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.

Практические занятия

Игра-тест «Мои обиды»

5. Надо уметь сдерживать себя.

Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность.

Практические занятия

Чтение по ролям стихотворения А.Барто «Девочка-ревушка». Динамический час.

6. Не грызи ногти, не ковыряй в носу.

Как отучить себя от вредных привычек.

Практические занятия

Игры «Давай поговорим», «Доскажи словечко»

7. Как относиться к подаркам.

Как принимать и дарить подарки.

Практические занятия

Разыгрывание и анализ ситуаций по теме.

8. Как следует относиться к наказаниям.

Наказание – как средство воспитания.

Практические занятия

Анализ ситуации (стихотворение Э.Мошковской «В обиде»)

9. Как нужно одеваться.

Одежда.

Практические занятия

Игры «Кто больше», «Правильный ответ». Оздоровительная минутка.

10. Как вести себя с незнакомыми людьми.

Ответственное поведение. Азбука личной безопасности.

Практические занятия

Практикум по теме (проигрывание ситуаций)

11. Как вести себя, если что-то болит.

Что такое боль.

Практические занятия

Кроссворд по теме.

12. Как вести себя за столом.

Сервировка стола. Правила поведения за столом.

Практические занятия

Практикум «Сервировка стола»

13. Как вести себя в гостях.

Ты идешь в гости.

Практические занятия

Г.Остер «Вредные советы». Игра «Гости на пороге»

14. Как вести себя в общественных местах.

Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, кино, школе.

Практические занятия

Практикум «Мы – пассажиры»

15. «Нехорошие слова». Недобрые шутки»

Умеем ли мы вежливо общаться по телефону. Умеем ли мы разговаривать по телефону.

Практические занятия

Игры «Комплимент», «Телефон»

16. Что делать, если не хочется в школу.

Беседа с активным слушанием «Помоги себе сам»

Практические занятия

Конкурс рисунков «Школа моей мечты»

17. Чем заняться после школы.

Умей организовать свой досуг.

Практические занятия

Стихотворный монтаж «О свободном времени»

18. Как выбирать друзей.

Беседы с активным слушанием «Что такое настоящая дружба», «Кто может считаться

настоящим другом»

Практические занятия

Игры «Хочу быть...», «Любит – не любит»

19. Как помочь родителям.

Как доставить родителям радость.

Практические занятия

Игры «Если бы я был взрослым...»

20. Как помочь больным и беспомощным.

Если кому-нибудь нужна твоя помощь. «Спешите делать добро»

Практические занятия

Анализ стихотворения Е.Благиной «Наш дедушка». Ролевая игра «Правило доброты»

21. Повторение.

Огонек здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни.

Практические занятия

Урок-соревнование «Культура здорового образа жизни»

4класс

1. Наше здоровье.

Что такое здоровье? Что такое эмоции? Чувства и поступки. Стресс.

Практические занятия

Измерение частоты пульса. Игры «Давай поговорим», «Твое имя»

2. Как помочь сохранить здоровье.

Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

3. Помоги себе сам.

Практические занятия

Игра «Дерево решений»

4. Злой волшебник – алкоголь.

Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай свой выбор.

Практические занятия

Анализ басни С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Список проблем»

5. Злой волшебник – наркотик.

Беседа «Наркотик – смерть»

Практические занятия

«Наркотик» - тренинг безопасного поведения.

6. Мы – одна семья»

Мальчишки и девчонки. Моя семья.

Практические занятия

Выставка рисунков «Моя семья» Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»

7. Повторение.

Дружба. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. Я здоровье сберегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы!

Практические занятия

Игра-путешествие «Откуда берутся грязнули?». КВН «Наше здоровье». День здоровья.

Формы организации деятельности программы:

- театрализованное действие «Дружба»;
- спортивный праздник «День здоровья»
- сюжетно-ролевые игры «Умеем ли мы правильно питаться» и «Я выбираю кашу»;
- костюмированный праздник «Чистота и здоровье»;
- игры-путешествия «Откуда берутся грязнули?», «Чистота и порядок» и «Будем делать хорошо и не будем плохо»;
- урок – КВН «Наше здоровье»;
- праздники «Я здоровье берегу – сам себе я помогу» и «Будьте здоровы».

При реализации программы используются групповые и индивидуальные формы работы, основным элементом которых является игровая педагогика.

Основные виды деятельности учащихся:

- навыки дискуссионного общения;
- опыты;
- игра.

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- 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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на уроке.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

Социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются

группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

п/п	Тема учебного занятия, раздела	К оличес тво часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
1 класс (33 часа)				
	Советы доктора Воды	1	Урок-игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Друзья Вода и Мыло.	1	Занятие-обсуждение	https://uchi.ru
	Глаза - главные помощники человека.	1	Игра-соревнование	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Чтобы уши слышали.	1	Урок-опыт	https://uchi.ru
	Почему болят зубы.	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Чтобы зубы были здоровыми.	1	Урок-игра	https://uchi.ru
	Как сохранить улыбку красивой.	1	Урок-путешествие	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	«Рабочие инструменты» человека	1	Урок-игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Зачем человеку кожа.	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Надёжная защита организма	1	Классная выставка	https://uchi.ru
	Если кожа повреждена.	1	Игра-соревнование	https://uchi.ru
	Питание - необходимое условие для жизни человека	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Здоровая пища для всей семьи	1	Игра-	https://uchi.ru

			соревнование	https://resh.edu.ru/
	Сон – лучшее лекарство.	1	Урок-опыт	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Как настроение?	1	Занятие-обсуждение	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Я пришёл из школы	1	Урок-путешествие	https://uchi.ru
	Я – ученик.	1	Урок-игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Правила поведения в школе.	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Вредные привычки.	1	Урок-путешествие	https://uchi.ru
	Вредные привычки. Составление памятки «Это нужно запомнить!»	1	Урок-игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Скелет - наша опора.	1	Классная выставка	https://uchi.ru
	Осанка – стройная спина!	1	Сюжетно-ролевая игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Если хочешь быть здоров!	1	Занятие-обсуждение	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Правила безопасности на воде.	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Чтобы душа была здорова	1	Урок-опыт	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Народные игры	1	Сюжетно-ролевая игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Русская игра «Городки»	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Подвижная игра «Салки».	1	Урок-игра	https://uchi.ru
	Подвижная игра «У медведя во бору»	1	Урок-путешествие	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/

	Подвижная игра «Третий лишний»	1	Сюжетно-ролевая игра	https://uchi.ru
	Подготовка праздника «Если хочешь быть здоров!»	1	Урок-игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Праздник «Если хочешь быть здоров!»	1	Занятие-обсуждение	https://uchi.ru
	Зелёная аптека. О грибах и лекарственных растениях	1	Урок-опыт	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
2 класс (35 часов)				
	Причина болезни	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Признаки болезни	1	Беседа	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Как здоровье?	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Как организм помогает себе сам	1	Урок-путешествие	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Здоровый образ жизни	1	Урок-сказка	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Какие врачи нас лечат	1	Урок-викторина	https://uchi.ru
	Инфекционные болезни	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
	Прививки от болезней	1	Урок-сказка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Какие лекарства мы выбираем	1	Урок-путешествие	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
0	Домашняя аптека	1	Урок-сказка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
1	Отравление лекарствами	1	Беседа	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
2	Пищевые отравления	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
3	Если солнечно и жарко	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
4	Если на улице дождь и гроза	1	Игра-соревнование	https://uchi.ru

5	Опасность в нашем доме	1	Игра-соревнование рок	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
6	Как вести себя на улице	1	Беседа	https://uchi.ru
7	Вода - наш друг	1	Урок-путешествие	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
8	Чтобы огонь не причинил вреда	1	Урок-путешествие	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
9	Чем опасен электрический ток	1	Беседа	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
0	Травмы	1	Урок-викторина	https://uchi.ru
1	Укусы насекомых	1	Урок-путешествие	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
2	Что мы знаем про собак и кошек	1	Урок-игра	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
3	Отравление ядовитыми веществами	1	Урок-сказка	https://uchi.ru
4	Отравление угарным газом	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
5	Как помочь себе при тепловом ударе	1	Урок-игра	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
6	Как уберечься от мороза	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
7	Растяжение связок и вывих костей	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
8	Переломы	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
9	Если ты ушибся или порезался	1	Урок-игра	https://uchi.ru
0	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	Урок-путешествие	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
1	Укус змеи	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
2	Расти здоровым	1	Игра-соревнование	https://uchi.ru
3	Воспитавай себя	1	Урок-сказка	https://uchi.ru

4	Я выбираю движение	1	Выставка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
5	Я выбираю движение	1	Выставка	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
3 класс (35 часов)				
	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1	Урок-игра	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Учимся думать.	1	Беседа	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Спешу делать добро.	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
	Поможет ли нам обман.	1	Игра-соревнование	https://uchi.ru
	«Неправда – ложь в пословицах и поговорках.	1	Урок-сказка	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1	Урок-сказка	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Все ли желания выполнимы.	1	Игра-соревнование	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Как воспитать в себе сдержанность.	1	Выставка	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
0	Как отучить себя от вредных привычек.	1	Выставка	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
1	Как отучить себя от вредных привычек.	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
2	Я принимаю подарок.	1	Урок-путешествие	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
3	Я дарю подарки.	1	Игра-соревнование	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
4	Наказание.	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
5	Одежда.	1	Урок-сказка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Ответственное поведение.	1	Игра-	https://uchi.ru

6			соревнование	
7	Боль.	1	Беседа	https://uchi.ru
8	Сервировка стола.	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
9	Правила поведения за столом.	1	Урок-путешествие	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
0	Ты идешь в гости.	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
1	Как вести себя в транспорте и на улице.	1	Урок-сказка	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
2	Как вести себя в театре, кино, школе.	1	Беседа	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
3	Умеем ли мы вежливо обращаться.	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
4	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
5	Помоги себе сам.	1	Беседа	https://uchi.ru
6	Умей организовать свой досуг.	1	Урок-викторина	https://uchi.ru
7	Что такое дружба.	1	Урок-игра	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
8	Кто может считаться настоящим другом.	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
9	Как доставить родителям радость.	1	Беседа	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
0	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	1	Игра-соревнование	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
1	Спешите делать добро.	1	Выставка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
2	Огонек здоровья.	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
3	Путешествие в страну здоровья.	1	Урок-путешес-	https://foxford.ru/ https://uchi.ru

			твие	
4	Культура здорового образа жизни.	1	Игра-соревнование	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
5	Культура здорового образа жизни.	1	Беседа	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
4 класс (35 часов)				
	Что такое здоровье?	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Что такое эмоции?	1	Беседа	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Чувства и поступки	1	Урок-викторина	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
	Стресс	1	Урок-путешествие	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Учимся думать и действовать	1	Урок-сказка	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	Учимся находить причину и последствия событий	1	Беседа	https://uchi.ru
	Умей выбирать	1	Урок-сказка	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
	Принимаю решение	1	Урок-сказка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
	Я отвечаю за свои решения	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
0	Что мы знаем о курении	1	Выставка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
1	Зависимость	1	Выставка	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
2	Умей сказать НЕТ	1	Урок-путешествие	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
3	Как сказать НЕТ	1	Урок-сказка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
4	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	1	Беседа	https://uchi.ru
5	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	1	Урок-сказка	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
	Волевое поведение	1	Урок-сказка	https://uchi.ru

6				
7	Алкоголь	1	Беседа	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
8	Алкоголь – ошибка	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
9	Алкоголь – сделай выбор	1	Урок-путешествие	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
0	Наркотик	1	Урок-игра	https://uchi.ru
1	Наркотик – тренинг безопасного поведения	1	Игра-соревнование	https://uchi.ru https://resh.edu.ru/
2	Мальчишки и девчонки	1	Беседа	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
3	Моя семья	1	Урок-игра	https://uchi.ru
4	Дружба	1	Урок-викторина	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
5	День здоровья	1	Беседа	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
6	Умеем ли мы правильно питаться?	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
7	Я выбираю кашу	1	Урок-игра	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
8	Чистота и здоровье	1	Урок-викторина	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
9	Откуда берутся грязнули?	1	Беседа	https://uchi.ru
0	Чистота и порядок	1	Игра-соревнование	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
1	Будем делать хорошо и не будем плохо	1	Выставка	https://foxford.ru/ https://uchi.ru
2	КВН «Наше здоровье»	1	Урок-викторина	https://uchi.ru
3	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	1	Урок-путешествие	https://uchi.ru
4	Будьте здоровы!	1	Урок-сказка	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/
5	Будьте здоровы!	1	Беседа	https://foxford.ru/ https://www.yaklass.ru/
	ИТОГО	35		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического объединения

учителей начальных классов

МБОУ «СОШ № 7 им. Героя Советского

Союза В.Х. Хазиева ЗМР РТ»

от « 28 » 08 2023 г. № 1

В.В.Строительева

подпись руководителя МО

Ф. И. О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

подпись

Л.Э.Родионова

Ф. И. О.

от « 29 » 08 2023 г.