

Приложение к ФОП НОО

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Гимназия № 14»

Медведникова Н.А.

Приказ № 315 от 29.08.2024 г.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 00CAF9501B0356100EC9112EE206A532FD

Владелец: Медведникова Наталья Александровна

Действителен с 04.02.2025 до 30.04.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Будь здоров»

на уровень 1-4 класс

муниципального бюджетного

общеобразовательного учреждения «Гимназия №14»

г. Набережные Челны

2024 г.

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими задачами:

- Формирование: представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся 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.

2.Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Для достижения поставленных целей предусматривается отбор основных форм и методов деятельности учителя и учащихся. В ходе реализации программы используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

Программа реализуется в работе с обучающимися 1–4 классах: запланировано проведение в 1 классах-33, во 2-4 классах -34 внеурочных занятия.

Содержание программы внеурочной деятельности «Будь здоров»

1 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Краткое содержание	Формы проведения занятий
1.	Я в школе и дома Режим дня школьника.	Беседа «Что такое режим дня». Практическая работа. Составление режима дня школьника.	Беседа
2.	Я в школе и дома Наши руки.	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Тематическая беседа о гигиене.	Составление режима дня школьника.
3.	Я в школе и дома Путешествие в королевство «Будь здоров!»	Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Представление презентации о здоровье, о здоровом и больном организме.	Тематическая беседа о гигиене рук
4.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Безопасность в доме.	Беседа об опасностях, которые могут быть дома. Коллективная беседа о правилах поведения в доме, о службах помощи	Представление презентации о здоровье, о здоровом и больном организме.
5.	Я и моё ближайшее окружение Вредные привычки.	Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам. Тематическая беседа в микрогруппах о пользе и вреде привычек.	Практикум о ежедневной заботе о здоровье зубов.
6.	Чтоб забыть про докторов Хорошо здоровым быть!	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Викторина о здоровом образе жизни.	Практикум
7.	Я в школе и дома Заботимся о зубах	Беседа о потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.	Викторина об организме человека.

		Практикум о ежедневной заботе о здоровье зубов.	
8.	Я в школе и дома Утренняя зарядка	Беседа, направленная на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения. Практикум.	Практикум о правилах закаливания.
9.	Чтоб забыть про докторов Советы доктора Неболита	Тематическая беседа о гигиене рук. Викторина об организме человека. Игра – инсценировка.	Практикум
10.	Я и моё ближайшее окружение Маленькая ложь.	Коллективная беседа о правилах поведения в доме, о службах помощи. Обсуждение ситуаций «правда» и «ложь».	Тематическая беседа
11.	Питание и здоровье Овощи и фрукты – витаминные продукты	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Представление презентации о пользе овощей и фруктов.	Представление презентации о пользе овощей и фруктов
12.	Чтоб забыть про докторов Профилактика простудных заболеваний	Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым". Практикум.	Тематическая беседа о пользе злаков
13.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Правила безопасности на льду	Первая доврачебная помощь Тематический конкурс рисунков.	Викторина «Полезные продукты»
14.	Я и моё ближайшее окружение Что такое характер?	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома. Просмотр и обсуждение мультфильма «В стране невыученных уроков». Тематическая беседа.	Беседа о ежедневном рационе питания
15.	Чтоб забыть про докторов Знакомимся с врачами	Презентация профессии врача. Развитие познавательных процессов, значимые взрослые. Презентация профессий.	Презентация национальных блюд разных народов. Их польза для здоровья

16.	Чтоб забыть про докторов Заботимся о глазах	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Практическое занятие.	Беседа рациональном питании.
17.	Чтоб забыть про докторов Простуду победим	Беседа о влиянии окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Представление презентации о здоровье, о здоровом и больном организме. Практическое занятие	Викторина о здоровом образе жизни.
18.	Я в школе и дома Как устроен человек	Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым". Тематическая беседа о строении человека.	Игра – инсценировка
19.	Я и моё ближайшее окружение Миру мир	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение. Конкурс рисунков о семье, о мире в семье.	Практикум
20.	Я в школе и дома Если хочешь быть здоров-закаляйся	Тематическая беседа о методах профилактики простудных заболеваний. Практикум о правилах закаливания.	Презентация профессий.
21.	Я и моё ближайшее окружение Мои питомцы	Обсуждение в микрогруппах о правилах поведения и общения с животными. Презентация своего питомца.	Практическое занятие
22.	Питание и здоровье Хлеб – всему голова	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Тематическая беседа о пользе злаков.	Тематическая беседа о методах профилактики простудных заболеваний.
23.	Питание и здоровье Рецепты здоровья	Знания об основных витаминах в продуктах питания; о необходимости разнообразно питаться; о	Тематическая беседа в микрогруппах о пользе и вреде привычек.

		полезных и не очень полезных для здоровья продуктах. Викторина «Полезные продукты».	
24.	Питание и здоровье Что едят на завтрак и обед, полдник и ужин	Основы знаний о пользе и вреде лекарств, о самолечении. Беседа о ежедневном рационе питания.	Обсуждение ситуаций «правда» и «ложь».
25.	Я в школе и дома Учусь держать себя в руках	Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения. Практикум.	Тематическая беседа.
26.	Я и моё ближайшее окружение Всемирный день здоровья	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. Подвижные игры.	Конкурс рисунков о семье, о мире в семье.
27.	Я в школе и дома Я расту!	Знания об основных видах съедобных грибов, о пользе и вреде ядовитых грибов. Тематическая беседа.	Презентация своего питомца
28.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Ядовитые растения	Беседа о ежедневном рационе питания дома, в школе и в путешествии. Викторина об организме человека. Тематическая беседа о ядовитых грибах.	Подвижные игры
29.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Мы едем, едем, едем	Беседа о поведении на воде о том, как не захлебнуться водой. Викторина по правилам поведения в транспорте.	Коллективная беседа о правилах поведения в доме, о службах помощи
30.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения	Конкурс тематических рисунков

	Правила безопасности на воде	во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Конкурс тематических рисунков.	
31.	Питание и здоровье Кругосветное путешествие вокруг стола	Основы правильного закаливания. Где и когда это нужно делать. Презентация национальных блюд разных народов. Их польза для здоровья.	Тематическая беседа о ядовитых грибах
32.	Питание и здоровье Школа здорового питания	Беседа о ежедневном рационе питания. Презентация национальных блюд разных народов. Их польза для здоровья. Беседа рациональном питании.	Викторина по правилам поведения в транспорте
33	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Летние опасности. Опасные животные	Обсуждение в микрогруппах о правилах поведения и общения с животными	Конкурс тематических рисунков

2 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Краткое содержание	Формы проведения занятий
1.	Я в школе и дома. Учеба и здоровье.	Беседа «Что такое режим дня». Практическая работа. Составление режима дня школьника.	Составление режима дня школьника.
2.	Я в школе и дома. Гигиена- это важно!	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Тематическая беседа о гигиене.	Тематическая беседа о гигиене
3.	Азбука здоровья. Здорово жить здорово!	Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Практикум о правилах закаливания.	Практикум о ежедневной заботе о здоровье зубов.
4.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма	Беседа об опасностях, которые могут быть дома. Игра – инсценировка.	Конкурс рисунков

	Безопасно ли дома?		
5.	Чтоб забыть про докторов. «Вредные» вредные привычки.	Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам. Конкурс рисунков на тему «Вредные привычки»	Представление презентации о здоровье, о здоровом и больном организме.
6.	Чтоб забыть про докторов. Трудно ли беречь здоровье.	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Тематическая беседа о методах профилактики простудных заболеваний.	Викторина об организме человека.
7.	Я в школе и дома. Здоровые зубы- мое богатство.	Беседа о потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений. Практикум о ежедневной заботе о здоровье зубов.	Практикум о правилах закаливания.
8.	Азбука здоровья. Одевайся по сезону.	Беседа, направленная на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения. Практикум по сезонным изменениям в одежде.	Практикум
9.	Чтоб забыть про докторов. Чистота- залог здоровья.	Тематическая беседа о гигиене рук. Викторина об организме человека.	Обсуждение ситуаций «правда» и «ложь».
10.	Азбука здоровья. Почему врать вредно для здоровья.	Коллективная беседа о правилах поведения в доме, о службах помощи. Обсуждение ситуаций «правда» и «ложь».	Тематическая беседа о строении человека
11.	Чтоб забыть про докторов. Волшебные витамины.	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Игра – инсценировка.	Викторина «Полезные продукты»
12.	Чтоб забыть про докторов.	Обучение здоровому образу жизни за счет	Беседа о ежедневном рационе питания

	Помощь при несчастных случаях.	формирования умений делать выбор "быть здоровым". Тематическая беседа об оказании 1 помощи.	
13.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Опасный лед!	Первая доврачебная помощь Тематический конкурс рисунков.	Беседа «Пищевая аллергия»
14.	Я и моё ближайшее окружение. Почему непослушание вредит здоровью.	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома. Просмотр и обсуждение мультфильма «Нехочуха».	Игра – инсценировка
15.	Я и моё ближайшее окружение. Медицинские профессии.	Презентация профессии врача. Развитие познавательных процессов, значимые взрослые. Представление презентации о медицинских профессиях.	Тематический конкурс рисунков
16.	Я в школе и дома. «Глаза - окно на мир»	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, Конкурс рисунков.	Беседа с презентацией о лекарственных препаратах
17.	Я в школе и дома. О простудных заболеваниях.	Беседа о влиянии окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Представление презентации о здоровье, о здоровом и больном организме.	Тематическая беседа о ядовитых грибах
18.	Азбука здоровья. Как я устроен.	Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым". Тематическая беседа о строении человека.	Конкурс рисунков
19.	Я и моё ближайшее окружение. Здоровье и взаимоотношения в семье.	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в	Конкурс рисунков

		школе и дома; моё настроение. Конкурс рисунков о семье и мире в семье.	
20.	Чтоб забыть про докторов. Проектная работа. О закаливании.	Тематическая беседа о методах профилактики простудных заболеваний. Проект на тему «Как правильно закаляться»	Тематическая беседа о методах профилактики простудных заболеваний.
21.	Я и моё ближайшее окружение «Собака- непредсказуемое животное»	Обсуждение в микрогруппах о правилах поведения и общения с животными. Презентация своего питомца.	Викторина об организме человека.
22.	Азбука здоровья. Как мы растем.	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Викторина «Полезные продукты».	Игра – инсценировка
23.	Азбука здоровья. Я и здоровое питание.	Знания об основных витаминах в продуктах питания; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах. Беседа о рациональном питании.	Тематическая беседа об оказании 1 помощи
24.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Лекарство- польза или вред.	Основы знаний о пользе и вреде лекарств, о самолечении. Беседа с презентацией о лекарственных препаратах.	Проект
25.	Чтоб забыть про докторов. Чтобы уши не болели.	Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения. Беседа «Что можно и нельзя при болях в ушах».	Беседа «Что можно и нельзя при болях в ушах»
26.	Чтоб забыть про докторов. Почему важно беречь здоровье.	Знания об основных витаминах в продуктах	Коллективная беседа о правилах питания

		питании; 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. Коллективная беседа о правилах поведения в доме, о службах помощи.	
27.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Ядовитые растения.	Знания об основных видах съедобных грибов, о пользе и вреде ядовитых грибов. Тематическая беседа о ядовитых грибах.	Конкурс тематических рисунков
28.	Я в школе и дома. Мы едем, едем, едем...	Беседа о ежедневном рационе питания дома, в школе и в путешествии. Викторина об организме человека.	Беседа о рациональном питании.
29.	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Правила безопасности на воде.	Беседа о поведении на воде о том, как не захлебнуться водой. Конкурс рисунков.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Нехочуха»
30.	Азбука здоровья. Весна и здоровье.	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Беседа о ежедневном рационе питания.	Представление презентации о медицинских профессиях
31.	Чтоб забыть про докторов. Если хочешь быть здоров – закаляйся.	Основы правильного закаливания. Где и когда это нужно делать. Конкурс тематических рисунков.	Конкурс рисунков о семье и мире в семье.
32.	Азбука здоровья. Что такое аллергия.	Беседа о ежедневном рационе питания. Презентация национальных блюд разных народов. Их польза для здоровья. Беседа рациональном питании.	Презентация своего питомца

		Беседа «Пищевая аллергия».	
33.	Я и моё ближайшее окружение. Опасные животные.	Обсуждение в группах правил поведения с животными. Конкурс рисунков «Мои любимые животные»	Беседа
34	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Летние опасности	Готовность ученика целенаправленно использовать знания в повседневной жизни. Влияние окружающей среды на здоровье. Беседа	Обсуждение в группах правил поведения с животными.

3 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Краткое содержание	Формы проведения занятий
1.	Я в школе и дома. Режим дня школьника	Беседа «Что такое режим дня». Практическая работа «Составление режима дня школьника».	Беседа
2.	Я в школе и дома. В гостях у Мойдодыра	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, Игровая деятельность, подвижные игры.	Беседа
3.	Питание и здоровье. Хорошо здоровым быть	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Обмен мнениями.	Практикум
4.	Основы личной безопасности. Безопасность в доме	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Правила поведения дома. Дидактическая игра.	Игра
5.	Я и моё ближайшее окружение. Вредные привычки	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию. Беседа с	Беседа

		опорой на презентацию по теме.	
6.	Я в школе и дома. Путешествие в королевство «Будь здоров!»	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Составление режима питания.	Беседа
7.	Чтоб забыть про докторов. Что бы зубы ни болели	Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор «быть здоровым». Практикум гигиены полости рта.	Беседа
8.	Я в школе и дома. Одевайся по сезону	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Представление комплекса утренней зарядки.	Беседа
9.	Основы личной безопасности. Друзья Вода и Мыло	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Круглый стол, мнения и рассуждения.	Практикум
10.	Я и моё ближайшее окружение. Маленькая ложь.	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. Беседа с презентацией.	Беседа
11.	Питание и здоровье. Витаминная семья	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. Представление сведений о пользе витаминов.	Работа с видеоматериалом
12.	Основы личной безопасности.	Первая доврачебная помощь. Презентация мер	Беседа

	Первая помощь при несчастном случае	профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем.	
13.	Основы личной безопасности. Правила безопасности на льду	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые. Составление кластера «Правила безопасности на льду». Рисование предупреждающих знаков.	Практикум
14.	Я и моё ближайшее окружение. Что такое характер? Непослушание	Моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию. Беседа о характере.	Беседа
15.	Чтоб забыть про докторов. В гостях у Айболита	Представление знаний о медицинских работниках разных специальностей.	Беседа
16.	Основы личной безопасности. Забота о глазах	Упражнения для сохранения и укрепление зрения, Зарядка для глаз.	Практикум
17.	Чтоб забыть про докторов. Чихали мы на простуду	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома. Презентация основных методов профилактики простудных заболеваний.	Практикум
18.	Чтоб забыть про докторов. Как устроен человек	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. Дидактическая игра.	Дидактическая игра
19.	Я и моё ближайшее окружение. Дорогое слово	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома. Круглый стол – рассуждения, мнения.	Практикум
20.	Чтоб забыть про докторов. Если хочешь быть здоров – закаляйся	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений	Беседа

		зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни. Презентация правил закаливания.	
21.	Основы личной безопасности. Собака бывает кусачей	Первая доврачебная помощь. Зимние игры-забавы.	Конкурс рисунков
22.	Я в школе и дома. Как стать Гулливером	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома. Конкурс рисунков.	Конкурс рисунков
23.	Чтоб забыть про докторов. Лакомств – 1000, а здоровье одно	Формирование нравственных представлений и убеждений. Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор «быть здоровым». Практикум организации безопасной и здоровой среды обитания.	Беседа
24.	Чтоб забыть про докторов. Что нужно знать о лекарствах	Формирование нравственных представлений и убеждений. Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор «быть здоровым». Презентация правил использования разных видов лекарственных препаратов.	Практикум
25.	Чтоб забыть про докторов. Чтобы уши слышали	Формирование нравственных представлений и убеждений. Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор «быть здоровым». Составление правил по уходу за ушами.	Беседа
26.	Я и моё ближайшее окружение. Всемирный день здоровья	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. Конкурс рисунков.	Дидактическая игра

27.	Я и моё ближайшее окружение. Каким я был. Есть. Буду.	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. Рассказывание о своих достижениях.	Беседа
28.	Основы личной безопасности. Секреты в лукошке Ядовитые растения	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Беседа о ядовитых растениях. Практикум – зарядка для глаз.	Игра
29.	Основы личной безопасности. Мы едем, едем, едем	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Эстафеты с предметами.	Эстафета
30.	Основы личной безопасности. Правила безопасности на воде	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи. Беседа о правилах безопасности на воде. Подвижные игры.	Беседа
31	Чтоб забыть про докторов. Если хочешь быть здоров – закаляйся	Формирование нравственных представлений и убеждений. Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор «быть здоровым». Малоподвижные игры.	Работа с видеоматериалом
32	Основы личной безопасности. Об аллергии	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи. Составление правил укрепления здоровья.	Беседа
33	Основы личной безопасности. Опасные животные	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи. Беседа об опасных животных. Представление презентаций.	Практикум

34	Основы личной безопасности. Летние опасности	Воспитание здорового образа жизни. Круглый стол, мнения и рассуждения	Спортивная игра
----	--	---	-----------------

4 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Краткое содержание	Формы проведения занятий
1.	Здоровье в твоих руках. Режим соблюдаем – здоровье сохраняем	Составление режима дня школьника. Составление правил здорового сна. Оформление памятки «Мой режим дня»	Беседа
2.	Со спортом дружить-здоровым быть. В движении быть – долго жить	Игровая деятельность, подвижные игры. Знакомство с новыми забавными народными играми на свежем воздухе «Снежные баталии», «Игра на меткость и другие игры.	Занятие-практикум
3.	Тайна нашего здоровья. Здоровье – это важно	Обмен мнениями. Расширение представлений учащихся о факторах, влияющих на здоровье человека.	Беседа
4.	Правильное питание. Питание и здоровье	Дидактическая игра. Правила приёма пищи. Прослушивание стихотворения К. И. Чуковского «Барабек».	Дидактическая игра
5.	Правильное питание. Пищеварение	Беседа с опорой на презентацию по теме . Советы по правильному питанию.	Занятие-практикум
6.	Правильное питание. Режим питания.	Составление режима питания. . Формирование привычки правильно питаться и соблюдать режим питания.	Диспут
7.	Тайна нашего здоровья. Королева Зубная щетка	Практикум гигиены полости рта. Формирование у детей ответственности к своему здоровью и к навыкам личной гигиены	Беседа

8.	Со спортом дружить-здоровым быть. Организм в порядке – спасибо зарядке	Представление комплекса утренней зарядки. Работа с памяткой «Пять причин делать зарядку».	Научные исследования
9.	Тайна нашего здоровья. Школа чистых наук	Круглый стол, мнения и рассуждения. Разговор об основных правилах гигиены.	Научные исследования
10.	Тайна нашего здоровья. Микробы – наши соседи	Беседа с презентацией. Получение некоторые представления о микробах, об их свойствах, знакомство с простыми способами борьбы с болезнетворными микробами;	Занятие-практикум
11.	Тайна нашего здоровья. Для чего нам витамины	Представление сведений о пользе витаминов. Формирование навыка определять наличие витамина С в продуктах.	Поисковая деятельность
12.	Тайна нашего здоровья. Хорошо здоровым быть	Презентация мер профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем. Беседа на тему « Методы борьбы с сезонными вирусными заболеваниями».	Диспут
13.	Береги себя. Правила безопасности на льду	Рисование предупреждающих знаков. Формирование у детей представления о правилах безопасного поведения на водоемах в осенне-зимний период	Диспут
14.	Здоровье в твоих руках. Сижку не криво – пишу красиво	Составление правил посадки на письме. Беседа на тему « Как посадка за рабочим столом влияет на почерк человека».	Научные исследования
15.	Тайна нашего здоровья. Люди в белых халатах	Представление знаний о медицинских работниках разных специальностей. Игра « поставь диагноз». Знакомство обучающихся с историей	Беседа

		появления в календаре памятной даты первый понедельник октября - «Международный день врача».	
16.	Тайна нашего здоровья. Что значит острое зрение	Упражнения для сохранения и укрепление зрения, Зарядка для глаз. Просмотр видеоролика о строении человеческого глаза.	Беседа
17.	Тайна нашего здоровья. Нам простуда нипочём	Презентация основных методов профилактики простудных заболеваний.	Беседа
18.	Тайна нашего здоровья. Как устроен человек	Дидактическая игра. Знакомство с плакатом «Как устроен человек», и муляжом строения человека.	Поисковая деятельность
19.	Тайна нашего здоровья. Почему нам хочется спать	Круглый стол – рассуждения, мнения. Просмотр видеоролика, выяснение значения сна в жизни человека.	Беседа с просмотром видеоролика
20.	Со спортом дружить-здоровым быть. Если хочешь быть здоров – закаляйся	Презентация правил закаливания. Игра «Здоровье – это...». Работа с памяткой «Закаливание- это хорошо!»	Научные исследования
21.	Со спортом дружить-здоровым быть. Мороз не велик, стоять не велит	Зимние игры-забавы. Изучение памятки «Где можно играть и где нельзя играть».	Занятие-практикум
22.	Здоровье в твоих руках. Витамины каждый день.	Конкурс рисунков. Ознакомление детей с витаминами и продуктами их содержащие.	Научные исследования
23.	Береги себя. Какие бывают опасности.	Практикум организации безопасной и здоровой среды обитания. Обсуждение с детьми опасных ситуации в повседневной жизни, а также формулирование алгоритма поведения при их наступлении.	Занятие-практикум
24.	Тайна нашего здоровья. Лекарства- друзья или враги	Презентация правил использования разных видов лекарственных препаратов. Просмотр и	Презентация. Беседа

		обсуждение видеоролика « Витамины».	
25.	Тайна нашего здоровья. Острое ухо, это как?	Составление правил по уходу за ушами. Исследование-эксперимент для определения значимости органа слуха.	Беседа
26.	Тайна нашего здоровья. Всемирный день здоровья	Конкурс рисунков. Знакомство детей со значимостью Всемирного Дня здоровья.	Беседа
27.	Со спортом дружить-здоровым быть. Юные спортсмены.	Рассказывание о своих спортивных достижениях. Конкурс рисунков. Интерактивное знакомство со знаменитыми спортсменами Республики Татарстан.	Беседа
28.	Тайна нашего здоровья. Наши глазки не устанут	Практикум – зарядка для глаз . Исследование-эксперимент для определения значимости органа зрения.	Исследование-эксперимент
29.	Со спортом дружить-здоровым быть. Мы со спортом дружим, никогда не тужим	Эстафеты с предметами. Составление памятки при подвижных играх. Разговор о важности работы в команде.	Поисковая деятельность
30.	Со спортом дружить-здоровым быть. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья	Подвижные игры. Знакомство с игрой « Путешествие по снегу»	Занятие –практикум
31	Тайна нашего здоровья. Как быстро отдохнуть	Малоподвижные игры. Знакомство с новыми малоподвижными видами игр. Игра в парах.	Игры
32	Тайна нашего здоровья. Здоровый образ жизни	Составление правил укрепления здоровья. Раскрытие понятия здоровый образ жизни .	Занятие-практикум
33	Здоровье в твоих руках Позвоночник – наша опора	Выполнение упражнений для профилактики сколиоза. Беседа на тему «Что нужно делать тому, кто хочет иметь правильную осанку?». Составление памятки.	Беседа
34	Со спортом дружить-здоровым быть.	Сохранение и укрепление здоровья детей через	Беседа

	Летние забавы	приобщение к здоровому образу жизни. Знакомство и разучивание подвижных игр.	
--	---------------	--	--

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности

«Будь здоров»

Личностные результаты

Личностными результатами изучения данного курса являются:

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий проблемного и эвристического характера;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения самостоятельно делать выбор, какой поступок совершить;
- готовность ученика целенаправленно использовать знания в учении и в повседневной жизни;
- критическое отношение к информации и избирательность её восприятия;
- уважение к информации о частной жизни и информационным результатам других людей;
- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий с жизненными ситуациями;
- начало профессионального самоопределения, ознакомление с миром профессий, связанных с информационными и коммуникационными технологиями.

Метапредметные результаты

Познавательные универсальные учебные действия

- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебной задачи;
 - высказываться в устной и письменной формах;
 - владеть основами смыслового чтения текста;
 - анализировать объекты, выделять главное;
 - осуществлять синтез (целое из частей);
 - проводить сравнение, классификацию по разным критериям;
- Обучающийся получит возможность научиться:
- осуществлять расширенный поиск информации в соответствии поставленной задачей с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
 - фиксировать информацию с помощью инструментов ИКТ;
 - осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
 - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
 - использованию навыка поиска и анализа информации в основном учебном процессе и повседневной практике взаимодействия с миром.

Регулятивные универсальные учебные действия

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль;

- различать способ и результат действия;
- оценивать свои действия на уровне ретро-оценки;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок;
- выполнять учебные действия в материале, речи, в уме.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проявлять познавательную инициативу;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- самостоятельно находить варианты решения познавательной задачи;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя.

Коммуникативные универсальные учебные действия

- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться, приходить к общему решению;
- соблюдать корректность в высказываниях;
- задавать вопросы по существу;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- контролировать действия партнера;
- владеть монологической и диалогической формами речи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;
- аргументировать свою позицию и координировать ее с позицией партнеров при выработке общего решения в совместной деятельности;
- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- допускать возможность существования различных источников информации, в том числе совпадающих, и учитывать и сохранить авторство источника информации;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Будь здоров»

1 класс

Наименование раздела, темы	Общее количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1. Я в школе и дома Режим дня школьника.	1	School-collection.edu.ru/collection edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
2. Я в школе и дома Наши руки.	1	school-collection.edu.ru/collection edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
3. Я в школе и дома Путешествие в королевство «Будь здоров!»	1	School-collection.edu.ru/collection edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
4. Я в школе и дома Заботимся о зубах.	1	School- collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Meto dicheskie_videouroki.htm apkpro.ru

5. Я в школе и дома Утренняя зарядка.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
6. Я в школе и дома Как устроен человек.	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
7. Я в школе и дома Если хочешь быть здоров- закаляйся	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
8. Я в школе и дома Учусь держать себя в руках.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
9. Я в школе и дома Я расту!	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
10. Питание и здоровье Овощи и фрукты – витаминные продукты.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
11. Питание и здоровье Хлеб – всему голова.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
12. Питание и здоровье Рецепты здоровья.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
13. Питание и здоровье. Что едят на завтрак и обед, полдник и ужин.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
14. Питание и здоровье Кругосветное путешествие вокруг стола.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
15. Питание и здоровье Школа здорового питания.	1	School-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/ /
16. Чтоб забыть про докторов Хорошо здоровым быть!	1	School-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
17. Чтоб забыть про докторов Советы доктора Неболита.	1	schoolcollection.edu.ru/collection/edsoo.ru/ Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/

18. Чтоб забыть про докторов Профилактика простудных заболеваний.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
19. Чтоб забыть про докторов Знакомимся с врачами.	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
20. Чтоб забыть про докторов Заботимся о глазах.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
21. Чтоб забыть про докторов Простуду победим.	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
22. Я и моё ближайшее окружение Вредные привычки.	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
23. Я и моё ближайшее окружение Маленькая ложь.	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
24. Я и моё ближайшее окружение Что такое характер?	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
25. Я и моё ближайшее окружение Миру мир.	1	School-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
26. Я и моё ближайшее окружение Мои питомцы.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
27. Я и моё ближайшее окружение Всемирный день здоровья.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm
28. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Безопасность в доме.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/

29. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Правила безопасности на льду.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm
30. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Ядовитые растения.	1	apkpro.ru/
31. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Мы едем, едем, едем.	1	apkpro.ru/
32. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Правила безопасности на воде.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
33. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Летние опасности. Опасные животные	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
Итого	33	

2 класс

Наименование раздела, темы	Общее количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.Я в школе и дома Учеба и здоровье.	1	http://www.nachalka.com/
2. Я в школе и дома Гигиена- это важно!	1	http://www.nachalka.com/
3. Я в школе и дома Здоровые зубы- мое богатство.	1	http://www.nachalka.com/ School-collection.edu.ru/collection edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
4. Я в школе и дома «Глаза – окно на мир»	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
5.Я в школе и дома О простудных заболеваниях.	1	School-collection.edu.ru/collection

		edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
6. Я в школе и дома Мы едем, едем, едем...	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
7.Азбука здоровья. Здорово жить здорово!	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
8.Азбука здоровья. Одевайся по сезону	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
9.Азбука здоровья. Почему врать вредно для здоровья.	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
10. Азбука здоровья. Как я устроен.	1	School-collection.edu.ru/collection edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
11.Азбука здоровья. Как мы растем.	1	school-collection.edu.ru/collection edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
12.Азбука здоровья. Весна и здоровье.	1	schoolcollection.edu.ru/collectionedsoo.ru/ Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
13. Азбука здоровья. Что такое аллергия.	1	school- collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
14.Основы личной безопасности и профилактика травматизма Безопасно ли дома?	1	school- collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
15.Основы личной безопасности и профилактика травматизма Опасный лед!	1	school- collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
16.Основы личной безопасности и профилактика травматизма Лекарство- польза или вред.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
17.Основы личной безопасности и профилактика травматизма Ядовитые растения.	1	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/
18.Основы личной безопасности и профилактика травматизма Правила безопасности на воде.	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
19. Чтоб забыть про докторов. «Вредные» вредные привычки.	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
20. Чтоб забыть про докторов. Трудно ли беречь здоровье.	1	http://www.nachalka.com/

21. Чтоб забыть про докторов. Чистота- залог здоровья.	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
22. Чтоб забыть про докторов. Волшебные витамины.	1	
23. Чтоб забыть про докторов. Помощь при несчастных случаях.	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
24. Чтоб забыть про докторов. Проектная работа. О закаливании.	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
25. Чтоб забыть про докторов. Чтобы уши не болели.	1	http://www.nachalka.com/
26. Чтоб забыть про докторов. Почему важно беречь здоровье.	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
27. Чтоб забыть про докторов. Если хочешь быть здоров – закаляйся.	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
28. Чтоб забыть про докторов. Я и здоровое питание.	1	http://www.nachalka.com/
29. Я и моё ближайшее окружение Почему непослушание вредит здоровью.	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
30. Я и моё ближайшее окружение Медицинские профессии	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru
31. Я и моё ближайшее окружение Здоровье и взаимоотношения в семье.	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
32. Я и моё ближайшее окружение «Собака- непредсказуемое животное»	1	http://www.nachalka.com/
33. Я и моё ближайшее окружение. Опасные животные.	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
34. Основы личной безопасности и профилактика травматизма Летние опасности	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
Итого	34	

3 класс

Наименование раздела, темы	Общее количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1. Я в школе и дома. Режим дня школьника	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
2. Я в школе и дома. В гостях у Мойдодыра	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
3. Я в школе и дома. Путешествие в королевство «Будь здоров!»	1	
4. Я в школе и дома. Одевайся по сезону	1	
5. Я в школе и дома. Как стать Гулливером	1	https://mega-talant.com/catalog/cat_2
6. Питание и здоровье. Хорошо здоровым быть	1	https://mega-talant.com/catalog/cat_2
7. Питание и здоровье. Витаминная семья	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
8. Основы личной безопасности Безопасность в доме	1	
9. Основы личной безопасности Друзья Вода и Мыло	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
10. Основы личной безопасности Первая помощь при несчастном случае	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
11. Основы личной безопасности Правила безопасности на льду	1	http://www.nachalka.com/
12. Основы личной безопасности Забота о глазах	1	https://easyen.ru/index/katalog/0-95
13. Основы личной безопасности Собака бывает кусачей	1	https://mega-talant.com/catalog/cat_2
14. Основы личной безопасности Секреты в лукошке Ядовитые растения	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
15. Основы личной безопасности Мы едем, едем, едем	1	https://mega-talant.com/catalog/cat_2
16. Основы личной безопасности Правила безопасности на воде	1	https://infourok.ru/konspekt-integrirovannogo-zanyatiya-cto-my-znaem-o-rybah-v-starshej-gruppe-4999963.html

17. Основы личной безопасности Об аллергии	1	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-russkaya-matreshka-1239561.html
18. Основы личной безопасности Опасные животные	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo/2012/02/13/prezentatsiya-udivitelnyy-mir-krasok?ysclid=I9ye98qvb9365170446
19. Я и моё ближайшее окружение. Вредные привычки	1	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-russkaya-matreshka-1239561.html
20. Я и моё ближайшее окружение. Маленькая ложь.	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo/2012/02/13/prezentatsiya-udivitelnyy-mir-krasok?ysclid=I9ye98qvb9365170446
21. Я и моё ближайшее окружение. Что такое характер? Непослушание	1	https://infourok.ru/konspekt-integrirovannogo-zanyatiya-chto-my-znaem-o-rybah-v-starshej-gruppe-4999963.html
22. Я и моё ближайшее окружение. Дорогое слово	1	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-russkaya-matreshka-1239561.html
23. Я и моё ближайшее окружение. Всемирный день здоровья	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo/2012/02/13/prezentatsiya-udivitelnyy-mir-krasok?ysclid=I9ye98qvb9365170446
24. Я и моё ближайшее окружение. Каким я был. Есть. Буду.	1	https://infourok.ru/konspekt-integrirovannogo-zanyatiya-chto-my-znaem-o-rybah-v-starshej-gruppe-4999963.html
25. Чтоб забыть про докторов. Чтобы зубы не болели	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo/2012/02/13/prezentatsiya-udivitelnyy-mir-krasok?ysclid=I9ye98qvb9365170446

26. Чтоб забыть про докторов. В гостях у Айболита	1	https://infourok.ru/konspekt-integrirovannogo-zanyatiya-cto-my-znaem-o-rybah-v-starshej-gruppe-4999963.html
27. Чтоб забыть про докторов. Чихали мы на простуду	1	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-russkaya-matreshka-1239561.html
28 Чтоб забыть про докторов. Как устроен человек	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo/2012/02/13/prezentatsiya-udivitelnyy-mir-krasok?ysclid=19ye98qvb9365170446
29. Чтоб забыть про докторов. Если хочешь быть здоров – закаляйся	1	https://infourok.ru/konspekt-integrirovannogo-zanyatiya-cto-my-znaem-o-rybah-v-starshej-gruppe-4999963.html
30. Чтоб забыть про докторов. Лакомств – 1000, а здоровье одно	1	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-russkaya-matreshka-1239561.html
31. Чтоб забыть про докторов. Что нужно знать о лекарствах	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo/2012/02/13/prezentatsiya-udivitelnyy-mir-krasok?ysclid=19ye98qvb9365170446
32. Чтоб забыть про докторов. Чтобы уши слышали	1	https://infourok.ru/konspekt-integrirovannogo-zanyatiya-cto-my-znaem-o-rybah-v-starshej-gruppe-4999963.html
33. Чтоб забыть про докторов. Если хочешь быть здоров – закаляйся	1	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-russkaya-matreshka-1239561.html
34. Чтоб забыть про докторов. Летние опасности	1	https://viki.rdf.ru/list-all-presentations
Итого 34		

4 класс

Наименование раздела, темы	Общее количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1. Тайна нашего здоровья Здоровье – это важно	1	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom
2 Тайна нашего здоровья. Королева Зубная щетка	1	https://mega-talant.com/catalog/cat_2
3 Тайна нашего здоровья. Школа чистых наук	1	https://education.yandex.ru/
4. Тайна нашего здоровья Микробы – наши соседи	1	https://www.uchportal.ru/
5. Тайна нашего здоровья Для чего нам витамины	1	https://urok.1sept.ru/
6. Тайна нашего здоровья Хорошо здоровым быть.	1	https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/
7. Тайна нашего здоровья Люди в белых халатах.	1	https://education.yandex.ru/
8. Тайна нашего здоровья Что значит острое зрение?	1	http://school-collection.edu.ru/ Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
9. Тайна нашего здоровья Нам простуда нипочём.	1	https://education.yandex.ru/
10. Тайна нашего здоровья Как устроен человек.	1	https://uchi.ru Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
11. Тайна нашего здоровья Почему нам хочется спать.	1	https://education.yandex.ru/

12. Тайна нашего здоровья Лекарства – друзья или враги.		http://school-collection.edu.ru/
13. Тайна нашего здоровья Острое ухо, это как ?	1	http://www.nachalka.com/ Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
14. Тайна нашего здоровья Всемирный день здоровья.	1	https://education.yandex.ru/
15. Тайна нашего здоровья Наши глазки не устанут.	1	http://school-collection.edu.ru/ Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
16. Тайна нашего здоровья Как быстро отдохнуть.	1	https://education.yandex.ru/
17. Тайна нашего здоровья Здоровый образ жизни.	1	https://uchi.ru Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
18. Здоровье в твоих руках Режим соблюдаем- здоровье сохраняем	1	http://school-collection.edu.ru/
19. Здоровье в твоих руках Сижу не криво- пишу красиво	1	http://www.nachalka.com/ Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
20. Здоровье в твоих руках Витамины каждый день.	1	https://uchi.ru
21. Здоровье в твоих руках Позвоночник-наша опора.	1	https://education.yandex.ru/
22. Правильное питание. Питание и здоровье.	1	https://urok.1sept.ru/

23. Правильное питание. Пищеварение.	1	https://uchi.ru
24. Правильное питание. Режим питания.	1	https://education.yandex.ru/
25. Береги себя. Правила безопасности на льду.	1	https://urok.1sept.ru/
26. Береги себя. Какие бывают опасности.	1	https://www.uchportal.ru/
27. Со спортом дружить-здоровым быть. В движении быть-долго жить.	1	https://www.uchportal.ru/
28. Со спортом дружить-здоровым быть. Организм в порядке- спасибо зарядке.	1	https://resh.edu.ru Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
29. Со спортом дружить-здоровым быть. Если хочешь быть здоровым –закаляйся.	1	http://www.nachalka.com/
30. Со спортом дружить-здоровым быть. Мороз не велик , стоять не велит.	1	https://education.yandex.ru/
31. Со спортом дружить-здоровым быть. Юные спортсмены.	1	https://education.yandex.ru/
32. Со спортом дружить-здоровым быть. Мы со спортом дружим, никогда не тужим.	1	https://resh.edu.ru Электронная форма учебника (ЭФУ) – диск
33. Со спортом дружить-здоровым быть. Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья.	1	http://www.nachalka.com/
34. Со спортом дружить-здоровым быть. Летние забавы	1	http://www.nachalka.com/
Итого	34	

Лист согласования к документу № Рабочая программа Будь здоров 1-4 класс от 28.02.2025
Инициатор согласования: Медведникова Н.А. Директор
Согласование инициировано: 28.02.2025 09:49

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Медведникова Н.А.		 Подписано 28.02.2025 - 09:49	-