


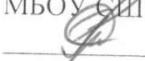
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя школа № 2 г.Сычевки

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО  
 / Л.А. Иванова /

Протокол № 1  
от « 28 » августа 2023г.

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР  
МБОУ СШ № 2 г. Сычевки  
 /Я.С. Грошенкова/

от «29» августа 2023г.

«Утверждено»

Директор  
МБОУ СШ № 2 г. Сычевки  
 /М.А. Алексеева/

Приказ № 72-о  
от «29» августа 2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности  
**«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»**  
(спортивно-оздоровительное направление)  
2 класс

Составители  
учителя высшей категори  
Иванова Л.А  
Беляева Ж.М

г.Сычевка  
2023 г.

## 1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения Программы НОО с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности.

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- основной образовательной программой начального общего образования МБОУ СШ №2 г. Сычевки.

**АКТУАЛЬНОСТЬ** программы «Азбука здоровья» заключается в решении следующих вопросов. Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения обучающихся?

### **Цель :**

- Становление ценностного отношения у учащихся начальной школы к здоровью и здоровому образу жизни.

### **Задачи:**

- формировать представления о правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- расширять кругозор школьников в области физической культуры;
- формировать у детей навыки гигиены и безопасности жизни;
- научить рационально организовывать режим дня, учёбы и отдыха; двигательной активности;

- познакомить с правилами поведения в обществе;
- развивать навыки культуры здоровья и здорового образа жизни;
- формировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать навыки безопасного и гигиенически правильного поведения, умение управлять своим психическим здоровьем;
- укреплять здоровье детей за счёт повышения их двигательной и гигиенической культуры;
- развивать детскую самостоятельность, познавательные процессы, адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков других людей;
- воспитывать у детей ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья;
- прививать любовь к окружающему миру природы и социальному окружению;

### **Место курса:**

На реализацию рабочей программы курса «Азбука здоровья» в 1-м классе отводится 66 часов 1 классе (2 раза в неделю)

## **2. Содержание программы внеурочной деятельности**

### ***Модуль №1 Введение «Вот мы и в школе».(16 ч.)***

Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

#### **1 класс — 4 часа**

*Тема 1.* Дорога к доброму здоровью (1 часа)

*Тема 2* Здоровье в порядке- спасибо зарядке (1 часа)

*Тема 3* В гостях у Мойдодыра (1 часа)

К. Чуковский «Мойдодыр»

*Тема 4 Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» (текущий контроль-праздник) (1 ч)*

#### **2 класс- 4 часа**

*Тема 1* Что мы знаем о ЗОЖ (1 часа)

*Тема 2* По стране Здоровейке (1 часа)

*Тема 3* В гостях у Мойдодыра (1 часа)

*Тема 4 Я хозяин своего здоровья(текущий контроль- КВН) (1 часа)*

#### **3 класс – 4 часа**

*Тема 1* «Здоровый образ жизни, что это?» (1 часа)

*Тема 2* Личная гигиена (1 часа)

*Тема 3* В гостях у Мойдодыра (1 часа)

*Тема 4 «Остров здоровья» (текущий контроль знаний - игра) (1 часа)*

#### **4 класс- 4 часа**

- Тема 2 «Здоровье и здоровый образ жизни» (1 часа)  
Тема 3. Правила личной гигиены (1 часа)  
Тема 3 Физическая активность и здоровье (1 часа)  
Тема 4 Как познать себя (Текущий контроль знаний –За круглым столом)(1 часа)

### **Модуль № 2. Питание и здоровье (20ч.)**

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.

#### **1 класс – 5 часов**

- Тема 1 Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники» (1 часа)  
Тема 2. Культура питания. Приглашаем к чаю (1 часа)  
Тема 3. Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться) (1 часа)  
Тема 4. Как и чем мы питаемся (1 часа)  
Тема 5 Красный, жёлтый, зелёный (Текущий контроль знаний- викторина) (1 часа)

#### **2 класс- 5 часов**

- Тема 1 Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь. (1 часа)  
Тема 2. Культура питания. Этикет. (1 часа)  
Тема 3. Беседа «Я выбираю кашу» (1 часа)  
Тема 4. «Что даёт нам море» (1 часа)  
Тема 5 Светофор здорового питания (Текущий контроль знаний- викторина) (1 часа)

#### **3 класс- 5 часов**

- Тема 1 Игра «Смак» (1 часа)  
Тема 2. Правильное питание –залог физического и психологического здоровья (1 часа)  
Тема 3. Вредные микробы (1 часа)  
Тема 4. Что такое здоровая пища и как её приготовить (1 часа)  
Тема 5 «Чудесный сундучок»Текущий контроль знаний – КВН (1 часа)

#### **4 класс- 5 часов**

- Тема 1 Питание необходимое условие для жизни человека (1 часа)  
Тема 2. Здоровая пища для всей семьи (1 часа)  
Тема 3. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени (1 часа)  
Тема 4. Секреты здорового питания. Рацион питания (1 часа)  
Тема 5 «Богатырская силушка»Текущий контроль знаний –КВН(1 часа)

### **Модуль № 3. Моё здоровье в моих руках( 28 ч.)**

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.

#### **1 класс (7 часов)**

- Тема 1 Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим (1 часа)  
Тема 2. Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим (1 часа)  
Тема 3 Стихотворение «Ручеёк» (1 часа)  
Тема 4 Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек» (1 часа)  
Тема 5 Как обезопасить свою жизнь (1 часа)  
Тема 6 День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим» (1 часа)  
Тема 7 В здоровом теле здоровый дух Текущий контроль знаний(Викторина)(1 часа)

#### **2 класс (7 часов)**

- Тема 1 Сон и его значение для здоровья человека (1 часа)

Тема 2. Закаливание в домашних условиях (1 часа)  
Тема 3 День здоровья «Будьте здоровы» (1 часа)  
Тема 4 Иммунитет (1 часа)  
Тема 5 Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. (1 часа)  
Тема 6 Спорт в жизни ребёнка. (1 часа)  
Тема 7 Слагаемые здоровья Текущий контроль знаний- за круглым столом(1 часа)

### **3 класс (7 часов)**

Тема 1 Труд и здоровье (1 часа)  
Тема 2. Наш мозг и его волшебные действия (1 часа)  
Тема 3 День здоровья «Хочу остаться здоровым» (1 часа)  
Тема 4 Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья (1 часа)  
Тема 5 Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. (1 часа)  
Тема 6 Экскурсия «Природа – источник здоровья» (1 часа)  
Тема 7 «Моё здоровье в моих руках» Текущий контроль знаний-викторина (1 часа)

### **4 класс (7 часов)**

Тема 1 Домашняя аптечка (1 часа)  
Тема 2. «Мы за здоровый образ жизни» (1 часа)  
Тема 3 Марафон «Сколько стоит твоё здоровье» (1 часа)  
Тема 4 «Береги зрение с молодю». (1 часа)  
Тема 5 Как избежать искривления позвоночника (1 часа)  
Тема 6 Отдых для здоровья (1 часа)  
Тема 7 Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний-викторина (1 часа)

## ***Модуль № 4. Я в школе и дома (68ч.)***

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.

### **1 класс (6 часов)**

Тема 1 Мой внешний вид –залог здоровья . (1 часа)  
Тема 2 Зрение – это сила (1 часа)  
Тема 3 Осанка – это красиво (1 часа)  
Тема 4 Весёлые перемены (1 часа)  
Тема 5 Здоровье и домашние задания (1 часа)  
Тема 6 Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим Текущий контроль знаний. (1 часа)

### **2 класс (6 часов)**

Тема 1 Я и мои одноклассники (1 часа)  
Тема 2. *Почему устают глаза?* (1 часа)  
Тема 3 Гигиена позвоночника. Сколиоз (1 часа)  
Тема 4 Шалости и травмы (1 часа)  
Тема 5 «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление (1 часа)  
Тема 6 Умники и умницы Текущий контроль знаний (1 часа)

### **3 класс (6 часов)**

Тема 1 Мой внешний вид –залог здоровья (1 часа)  
Тема 2. «Доброречие» (1 часа)  
Тема 3 С. Преображнский «Капризка» (1 часа)  
Тема 4 «Бесценный дар- зрение» (1 часа)  
Тема 5 Гигиена правильной осанки (1 часа)  
Тема 6 «Спасатели , вперёд!» Текущий контроль знаний (1 часа)

### **4 класс (6 часов)**

- Тема 1 «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим» (1 часа)  
 Тема 2. «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!» (1 часа)  
 Тема 3 Игра «Спешите делать добро» (1 часа)  
 Тема 4 Что такое дружба? Как дружить в школе? (1 часа)  
 Тема 5 Мода и школьные будни (1 часа)  
 Тема 6 Делу время , потехе час. Текущий контроль знаний- игра викторина (1 часа)

### **Модуль № 5. Чтоб забыть про докторов ( 16 ч.)**

Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".

#### **1 класс (4 часа)**

- Тема 1 *Хочу остаться здоровым* (1 часа)  
 Тема 2. Вкусные и полезные вкусы (1 часа)  
 Тема 3. День здоровья\_ «Как хорошо здоровым быть» (1 часа)  
 Тема 4 «Как сохранять и укреплять свое здоровье» Текущий контроль знаний- круглый стол (1 часа)

#### **2 класс (4 часа)**

- Тема 1 С. Преображенский «Огородники» (1 часа)  
 Тема 2. Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков) (1 часа)  
 Тема 3 День здоровья «Самый здоровый класс» (1 часа)  
 Тема 4 «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы Текущий контроль знаний- городской конкурс«Разговор о правильном питании» (1 часа)

#### **3 класс (4 часа)**

- Тема 1 Шарль Перро «Красная шапочка» (1 часа)  
 Тема 2. Движение это жизнь (1 часа)  
 Тема 3 День здоровья «Дальше, быстрее, выше» (1 часа)  
 Тема 4 «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании» (1 часа)

#### **4 класс (4 часа)**

- Тема 1 *Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься* (1 часа)  
 Тема 2. День здоровья\_«За здоровый образ жизни». (1 часа)  
 Тема 3 Преображенский «Огородники» (1 часа)  
 Тема 4 «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании» (1 часа)

### **Модуль № 6. Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)**

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.

#### **1 класс (3 часа)**

- Тема 1 *Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»* (1 часа)  
 Тема 2. Вредные и полезные привычки. (1 часа)  
 Тема 3 Я б в спасатели пошел” Текущий контроль знаний- ролевая игра (1 часа)

#### **2 класс (4 часа)**

- Тема 1 *Мир эмоций и чувств* (1 часа)  
 Тема 2. Вредные привычки (1 часа)  
 Тема 3 «Веснянка» (1 часа)  
 Тема 4 В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно –практическая конференция (1 часа)

#### **3 класс (4 часа)**

Тема 1 Мир моих увлечений (1 часа)

Тема 2. Вредные привычки и их профилактика (1 часа)

Тема 3 Добро лучше, чем зло, зависть, жадность.

А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке» (1 часа)

Тема 4 В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно –практическая конференция (1 часа)

**4 класс (4 часа)**

Тема 1 Размышление о жизненном опыте (1 часа)

Тема 2. Вредные привычки и их профилактика (1

часа) Тема 3 Школа и моё настроение (1 часа)

Тема 4 В мире интересного. Текущий контроль знаний- итоговая диагностика (1 часа)

**Модуль № 7. «Вот и стали мы на год взрослей» ( 16 ч.)**

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

**1 класс (4 часа)**

Тема 1 Опасности летом (просмотр видео фильма) (1 часа)

Тема 2. Первая доврачебная помощь (1 часа)

Тема 3 Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка» (1 часа)

Тема 4 Чему мы научились за год. Итоговый контроль знаний- диагностика. (1 часа)

**2 класс (4 часа)**

Тема 1 Я и опасность. (1 часа)

Тема 2. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы» (1 часа)

Тема 3 Первая помощь при отравлении (1 часа)

Тема 4 Наши успехи и достижения. Итоговый контроль знаний- диагностика (1 часа)

**3 класс (4 часа)**

Тема 1 Я и опасность. (1 часа)

Тема 2. Лесная аптека на службе человека (1 часа)

Тема 3 Игра «Не зная броду, не суйся в воду» (1 часа)

Тема 4 Чему мы научились и чего достигли. Итоговый контроль знаний- диагностика. (1 часа)

**4 класс (4 часа)**

Тема 1 Я и опасность. (1 часа)

Тема 2. Игра «Мой горизонт» (1 часа)

Тема 3 Гордо реет флаг здоровья (1 часа)

Тема 4 «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». Итоговый контроль знаний- Диагностика. Составление книги здоровья. (1 часа)



### 3. Планируемые результаты освоения обучающимися программы

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» является формирование следующих умений:

✓ *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.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### 1. 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).

#### 2. 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.

#### 3. КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:

✓ *Умение донести* свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

✓ *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).

#### **Планируемые предметные результаты**

*Выпускник научится:*

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;

- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье;

- применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, первоначальным представлениям о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;
- соблюдать свой режим дня;
- выполнять правила личной гигиены;
- выполнять гимнастику для глаз, упражнения для профилактики нарушения осанки, дыхательную гимнастику;
- приобретать первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- выполнять правила безопасного поведения на улице, на природе, на проезжей части, дома, в школе;
- выполнять правила культурного поведения при общении с окружающими людьми;
- осваивать навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- определять причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- оказывать первую медицинскую помощь при порезах и ушибах;
- использовать различные виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- выполнять физические упражнения, способствующие гармоничному развитию человека.

## 4. Тематическое планирование программы

### 1 класс – 66 ч

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	Форма контроля
I	Введение «Вот мы и в школе».	8	праздник игра беседа викторина
II	Питание и здоровье	12	Викторина игра круглый стол практическое занятие
III	Моё здоровье в моих руках	14	викторина мастер-класс проект игра
IV	Я в школе и дома	12	игра – викторина беседа практическое занятие дискуссия
V	Чтоб забыть про докторов	8	круглый стол ролевая игра мастер-класс
VI	Я и моё ближайшее окружение	6	проект круглый стол ролевая игра мастер-класс
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	8	диагностика
	Итого:	66	

### 2-4 класс – 68час

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	Форма контроля
I	Введение «Вот мы и в школе».	8	праздник игра беседа викторина
II	Питание и здоровье	10	викторина игра круглый стол практическое занятие

III	Моё здоровье в моих руках	14	викторина мастер-класс проект игра
IV	Я в школе и дома	12	игра – викторина беседа практическое занятие дискуссия
V	Чтоб забыть про докторов	8	круглый стол ролевая игра мастер-класс
VI	Я и моё ближайшее окружение	6	проект круглый стол ролевая игра мастер-класс
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	8	диагностика
	Итого:	68	

## 5. Учебно-методическое обеспечение

<b>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</b>
<b>Литература для учителя</b>
Ковалько В.И «Здоровьесберегающие технологии». М. «Вако»,2004 г.
Безруких М.М. Разговор о правильном питании. Методическое пособие для учителя. - Москва, Олма - Пресс, 2004г.
Азбука здоровья. Дидактические карточки для ознакомления с окружающим миром. М. ООО

«Маленький Гений – Пресс», 2010. – 33 с.
Дик Н.Ф «Классные часы в 3-4 классах», Ростов – на Дону, «Феникс», 2007 г.
Гречаная Т.Б. Полезные привычки. Методическое пособие для учителя. – Москва, Полимед, 2000.
Зайцев Г.К. «Школьная валеология».С.- Петербург. «Акцидент», 1998г.
Обухова Л.А. 135 уроков здоровья. Пособие для учителя. – Москва, Вако, 2004.
Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. Пособие для детей. – Санкт-Петербург, Детство- Пресс, 2006.
Ж. «Начальная школа», № 11, 2005 г.
<b>Дидактические материалы</b>
М. Безруких, Т. Филиппова «Разговор о правильном питании». Рабочая тетрадь для школьников. – М.:Олма Медиа Групп, 2012 г.
Ситников В.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник школьника. – Москва, Ключ-С, 1997.
Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. Пособие для детей. – Санкт-Петербург, Детство- Пресс, 2006.
Технологические карты занятий, памятки, карточки-задания.
Словари, справочники, энциклопедии.
<b>Технические средства обучения</b>
Ноутбук или компьютер.
Мультимедийный проектор
Интерактивная доска или проекционный экран.
Фотокамера цифровая. Видекамера.
Принтер
Аудио- и видеоматериалы, мультфильмы, компьютерные презентации, флипчарты.
<b>Наглядные пособия</b>
Натуральные пособия: овощи, фрукты, вода, аптечка, строение глаза, предметы личной гигиены и др.
Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы); плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Как правильно мыть руки», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Первая помощь при переломе», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры», «Правила безопасного поведения».
<b>Интернет - ресурсы</b>
Единая коллекция Цифровых Образовательных ресурсов - <a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
Мультфильм «Три котёнка» - <a href="https://www.youtube.com/watch?v=BWXiW6yuSdk">https://www.youtube.com/watch?v=BWXiW6yuSdk</a>
Видео «Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками» - <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Z_a-PAMBuIs">https://www.youtube.com/watch?v=Z_a-PAMBuIs</a>
Видео «Уроки осторожности тётушки Совы»- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=TRHzzjqvF4M">https://www.youtube.com/watch?v=TRHzzjqvF4M</a>
Зарядка для детей - <a href="https://www.youtube.com/watch?v=WuDuk6OjS0g">https://www.youtube.com/watch?v=WuDuk6OjS0g</a>
Как правильно мыть руки - <a href="http://yandex.ru/video/search?text=Как%20правильно%20мыть%20руки&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1465135169783331-15817974559042502388444758-man1-5622&amp;filmId=wikRvEi8UXI">http://yandex.ru/video/search?text=Как%20правильно%20мыть%20руки&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1465135169783331-15817974559042502388444758-man1-5622&amp;filmId=wikRvEi8UXI</a>
Дорожные знаки для детей - <a href="http://gamejulia.ru/dorozhnie-znaki-dlya-detey.html">http://gamejulia.ru/dorozhnie-znaki-dlya-detey.html</a>
Методическая разработка «С витаминами жить – здоровыми быть» - <a href="http://www.maam.ru/detskijsad/-s-vitaminami-druzhit-zdorovym-byt-scenarii-razvlechenija-dlja-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html">http://www.maam.ru/detskijsad/-s-vitaminami-druzhit-zdorovym-byt-scenarii-razvlechenija-dlja-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html</a>
Диагностика здорового образа жизни- <a href="http://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2016/03/07/diagnostika-zdorovogo-obraza-zhizni">http://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2016/03/07/diagnostika-zdorovogo-obraza-zhizni</a>
Тестирование учащихся - <a href="http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2012/03/13/test-zdorove-i-bezopasnost">http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2012/03/13/test-zdorove-i-bezopasnost</a> <a href="http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2013/10/20/test-zdorovyy-obraz-zhizni">http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2013/10/20/test-zdorovyy-obraz-zhizni</a> <a href="https://infourok.ru/material.html?mid=8688">https://infourok.ru/material.html?mid=8688</a>

## Календарно-тематическое планирование курса

### «Азбука здоровья»

1 класс

на 2023-2024 учебный год

учитель: Кольцова О.В.

№	Содержание (разделы, темы)	Даты проведения	
		план	коррек тировка
1.	Что мы знаем о ЗОЖ	05.09.	
2.	Дорога к доброму здоровью	07.09.	
3,4	Здоровье в порядке - спасибо зарядке	12.09. 14.09.	
5,6	В гостях у Мойдодыра	19.09. 21.09.	
7	Личная гигиена	26.09.	
8	Я хозяин своего здоровья	28.09.	
9	Витаминная тарелка на каждый день	3.10.	
10	Культура питания. Приглашаем к чаю	05.10.	
11	Как и чем мы питаемся	10.10.	
12	Я выбираю кашу	12.10.	
13	Культура питания. Этикет	17.10.	
14	Что даёт нам море	19.10.	
15	Игра «Смак»	24.10.	
16	Вредные микробы	26.10.	
17	Здоровая пища для всей семьи	7.11	
18	«Богатырская силушка» КВН	09.11.	
19,20	Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	14.11. 16.11.	
21, 22	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	21.11. 23.11.	
23	Как обезопасить свою жизнь	28.11	
24	День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»	30.11.	
25	В здоровом теле здоровый дух	05.12.	
26	Сон и его значение для здоровья человека	07.12.	
27	Закаливание в домашних условиях	12.12.	
28	Иммунитет	14.12.	
29	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”	19.12.	
30	Спорт в жизни ребёнка.	21.12.	
31	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	26.12.	
32	Отдых для здоровья	28.12	
33	Мой внешний вид –залог здоровья	9.01	
34	Зрение – это сила	11.01.	
35	Осанка – это красиво	16.01.	
36	Весёлые перемены	18.01.	
37	Здоровье и домашние задания	23.01.	
38	Гигиена позвоночника. Сколиоз	25.01.	
39	Шалости и травмы	30.01.	
40	Мой внешний вид –залог здоровья	6.02	

41	Класс не улица ребята! И запомнить это надо!	08.02	
42	Игра «Спешите делать добро»	13.02.	
43	Что такое дружба? Как дружить в школе?	15.02.	
44	Мода и школьные будни	27.02.	
45	Движение это жизнь	29.02	
46	День здоровья «Дальше, быстрее, выше»	5.03.	
47	Вкусные и полезные вкусности	7.03.	
48	Моё настроение. Передай улыбку по кругу.	12.03.	
49	Мир эмоций и чувств	14.03.	
50	Вредные и полезные привычки.	19.03.	
51	Я б в спасатели пошел	21.03.	
52	Мир моих увлечений	2.04	
53	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	9.04.	
54	Школа и моё настроение	11.04.	
55	Размышление о жизненном опыте	16.04.	
56	<u>Делу время , потехе час.</u>	18.04.	
57	Первая помощь при отравлении	23.04.	
58	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	25.04.	
60	Размышление о жизненном опыте	2.05.	
61	Первая доврачебная помощь	7.05	
62	Гордо реет флаг здоровья	14.05	
63	Игра «Мой горизонт»	16.05.	
64	Вредные и полезные растения. Промежуточная аттестация	21.05.	
65	Лесная аптека на службе человека	23.05	
66	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»		

**Календарно-тематическое планирование курса**  
**«Азбука здоровья»**  
**2 А класс**  
**на 2023-2024 учебный год**

**учитель: Иванова Л. А.**

№	Содержание (разделы, темы)	Даты проведения	
		план	коррек тировка
3.	Что мы знаем о ЗОЖ	01.09.	
4.	Дорога к доброму здоровью	06.09.	
3,4	Здоровье в порядке - спасибо зарядке	08.09. 13.09.	
5,6	В гостях у Мойдодыра	15.09. 20.09.	
7	Личная гигиена	22.09.	
8	Я хозяин своего здоровья	27.09.	
9	Витаминная тарелка на каждый день	29.09.	
10	Культура питания. Приглашаем к чаю	04.10.	
11	Как и чем мы питаемся	06.10.	



12	Я выбираю кашу	11.10.	
13	Культура питания. Этикет	13.10.	
14	Что даёт нам море	18.10.	
15	Игра «Смак»	20.10.	
16	Вредные микробы	25.10.	
17	Здоровая пища для всей семьи	27.10	
18	<u>«Богатырская силушка» КВН</u>	08.11.	
19,20	Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	10.11. 15.11.	
21, 22	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	17.11. 22.11.	
23	Как обезопасить свою жизнь	24.11.	
24	День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»	29.11.	
25	В здоровом теле здоровый дух	01.12.	
26	Сон и его значение для здоровья человека	06.12.	
27	Закаливание в домашних условиях	08.12.	
28	Иммунитет	13.12.	
29	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”	15.12.	
30	Спорт в жизни ребёнка.	20.12.	
31	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	22.12.	
32	Отдых для здоровья	27.12	
33	Мой внешний вид –залог здоровья	29.12.	
34	Зрение – это сила	10.01.	
35	Осанка – это красиво	12.01.	
36	Весёлые перемены	17.01.	
37	Здоровье и домашние задания	19.01.	
38	Гигиена позвоночника. Сколиоз	24.01.	
39	Шалости и травмы	26.01.	
40	Мой внешний вид –залог здоровья	31.01	
41	Класс не улица ребята! И запомнить это надо!	02.02	
42	Игра «Спешите делать добро»	07.02.	
43	Что такое дружба? Как дружить в школе?	09.02.	
44	Мода и школьные будни	14.02.	
45	Движение это жизнь	16.02	
46	День здоровья «Дальше, быстрее, выше»	21.02.	
47	Вкусные и полезные вкусности	28.02.	
48	Моё настроение. Передай улыбку по кругу.	01.03.	
49	Мир эмоций и чувств	06.03.	
50	Вредные и полезные привычки.	13.03.	
51	Я б в спасатели пошел	15.03.	
52	Мир моих увлечений	20.03.	
53	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	22.03.	
54	Школа и моё настроение	03.04.	
55	Размышление о жизненном опыте	05.04.	
56	Делу время , потехе час.	10.04.	
57	Первая помощь при отравлении	12.04.	
58	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	17.04.	
60	Размышление о жизненном опыте	19.04.	
61	Первая доврачебная помощь	24.04.	
62	Гордо реет флаг здоровья	26.04.	

63	Игра «Мой горизонт»	03.05.	
64	Вредные и полезные растения.	08.05.	
65	Лесная аптека на службе человека	10.05	
66	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	15.05.	
67	Опасности летом	17.05	
68	Промежуточная аттестация. Игра «Верно – неверно»	22.05.	

**Календарно-тематическое планирование курса  
«Азбука здоровья»  
2 Б класс  
на 2023-2024 учебный год**

**учитель: Беляева Ж. М.**

№	Содержание (разделы, темы)	Даты проведения	
		план	коррек тировка
1.	Что мы знаем о ЗОЖ	01.09.	
2.	Дорога к доброму здоровью	06.09.	
3,4	Здоровье в порядке - спасибо зарядке	08.09. 13.09.	
5,6	В гостях у Мойдодыра	15.09. 20.09.	
7	Личная гигиена	22.09.	
8	Я хозяин своего здоровья	27.09.	
9	Витаминная тарелка на каждый день	29.09.	
10	Культура питания. Приглашаем к чаю	04.10.	
11	Как и чем мы питаемся	06.10.	
12	Я выбираю кашу	11.10.	

13	Культура питания. Этикет	13.10.	
14	Что даёт нам море	18.10.	
15	Игра «Смак»	20.10.	
16	Вредные микробы	25.10.	
17	Здоровая пища для всей семьи	27.10	
18	<u>«Богатырская силушка» КВН</u>	08.11.	
19,20	Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	10.11. 15.11.	
21, 22	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	17.11. 22.11.	
23	Как обезопасить свою жизнь	24.11.	
24	День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»	29.11.	
25	В здоровом теле здоровый дух	01.12.	
26	Сон и его значение для здоровья человека	06.12.	
27	Закаливание в домашних условиях	08.12.	
28	Иммунитет	13.12.	
29	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”	15.12.	
30	Спорт в жизни ребёнка.	20.12.	
31	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	22.12.	
32	Отдых для здоровья	27.12	
33	Мой внешний вид –залог здоровья	29.12.	
34	Зрение – это сила	10.01.	
35	Осанка – это красиво	12.01.	
36	Весёлые перемены	17.01.	
37	Здоровье и домашние задания	19.01.	
38	Гигиена позвоночника. Сколиоз	24.01.	
39	Шалости и травмы	26.01.	
40	Мой внешний вид –залог здоровья	31.01	
41	Класс не улица ребята! И запомнить это надо!	02.02	
42	Игра «Спешите делать добро»	07.02.	
43	Что такое дружба? Как дружить в школе?	09.02.	
44	Мода и школьные будни	14.02.	
45	Движение это жизнь	16.02	
46	День здоровья «Дальше, быстрее, выше»	21.02.	
47	Вкусные и полезные вкусности	28.02.	
48	Моё настроение. Передай улыбку по кругу.	01.03.	
49	Мир эмоций и чувств	06.03.	
50	Вредные и полезные привычки.	13.03.	
51	Я б в спасатели пошел	15.03.	
52	Мир моих увлечений	20.03.	
53	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	22.03.	
54	Школа и моё настроение	03.04.	
55	Размышление о жизненном опыте	05.04.	
56	<u>Делу время , потехе час.</u>	10.04.	
57	Первая помощь при отравлении	12.04.	
58	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	17.04.	
60	Размышление о жизненном опыте	19.04.	
61	Первая доврачебная помощь	24.04.	
62	Гордо реет флаг здоровья	26.04.	
63	Игра «Мой горизонт»	03.05.	

64	Вредные и полезные растения.	08.05.	
65	Лесная аптека на службе человека	10.05	
66	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	15.05.	
67	Опасности летом	17.05	
68	Промежуточная аттестация. Игра «Верно – неверно»	22.05.	

**Календарно-тематическое планирование курса  
«Азбука здоровья»  
3 -а класс  
на 2023-2024 учебный год**

учитель: Алексеева Н.П.

№	Содержание (разделы, темы)	Даты проведения	
		план	коррек тивов ка
1.	«Здоровый образ жизни, что это?»	05.09	
2.	Личная гигиена.	06.09.	
3,4	В гостях у Мойдодыра.	12.09. 13.09.	
5,6	«Остров здоровья».	19.09. 20.09.	
7	Игра «Смак».	26.09.	
8	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья.	27.09.	
9	Вредные микробы	03.10	
10	Что такое здоровая пища и как её приготовить	04.10.	
11	«Чудесный сундучок»	10.10.	
12	Труд и здоровье.	11.10.	
13	Наш мозг и его волшебные действия.	17.10.	
14	День здоровья. «Хочу остаться здоровым»	18.10.	
15	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	24.10.	
16	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	25.10.	
17	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	07.11.	
18	Инструктаж по ТБ. «Моё здоровье в моих руках»	08.11.. 14.11.	
19,20	Мой внешний вид - залог здоровья	15.11. 21.11	
21, 22	«Доборечие»	22.11 28.11	
23	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	29.11	
24	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	05.12.	
25	«Бесценный дар- зрение».	06.12.	
26	Гигиена правильной осанки	12.12.	
27	«Спасатели, вперёд!»	13.12.	
28	Шарль Перро «Красная шапочка»	19.12.	
29	Движение это жизнь	20.12.	
30	День здоровья «Дальше, быстрее, выше»	26.12	

31	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	27.12.	
32	Мир моих увлечений.	09.01.	
33	Вредные привычки и их профилактика	10.01.	
34	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	16.01.	
35	Я и опасность.	17.01	
36	Лесная аптека на службе человека	23.01	
37	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	24.01.	
38	Класс не улица ребята! И запомнить это надо!	30.01	
39	Игра «Спешите делать добро»	31.01	
40	Вкусные и полезные вкусы	06.02.	
41	Моё настроение. Передай улыбку по кругу.	07.02.	
42	Мир эмоций и чувств	13.02.	
43	Вредные и полезные привычки.	14.02	
44	Первая доврачебная помощь	20.02.	
45	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	21.02.	
46	Школа и моё настроение	27.02	
47	Размышление о жизненном опыте	28.02	
48	<u>Делу время , потехе час.</u>	05.03.	
49	Первая помощь при отравлении	06.03.	
50	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	12.03.	
51	Размышление о жизненном опыте	13.03.	
52	Игра «Мой горизонт»	19.03.	
53	В мире интересного.	20.03.	
54	Подвижные игры на свежем воздухе.	02.04.	
55	Подвижные игры на свежем воздухе.	03.04	
56	Подвижные игры на свежем воздухе.	09.04	
57	Подвижные игры на свежем воздухе.	10.04.	
58	Труд и здоровье	16.04.	
60	Солнце , воздух и вода –наши лучшие друзья	17.04.	
61	День здоровья «Дальше, быстрее, выше	23.04.	
62	Гордо реет флаг здоровья	24.04.	
63	Вредные и полезные растения.	07.05.	
64	Опасности летом	08.05.	
65	Чему мы научились и чего достигли,	14.05	
66	Поход по родному краю	15.05.	
67	Поход по родному краю	21.05	
68	Промежуточная аттестация. Игра «Верно – неверно»	22.05.	

**Календарно-тематическое планирование курса  
«Азбука здоровья»  
3 Б класс  
на 2023-2024 учебный год**

**учитель: Козлова В.П.**

№	Содержание (разделы, темы)	Даты проведения	
		план	коррек тивов ка
1.	«Здоровый образ жизни, что это?»	04.09	
2.	Личная гигиена.	06.09.	
3,4	В гостях у Мойдодыра.	11.09. 13.09.	
5,6	«Остров здоровья».	18.09. 20.09.	
7	Игра «Смак».	25.09.	
8	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья.	27.09.	
9	Вредные микробы	02.10	
10	Что такое здоровая пища и как её приготовить	04.10.	
11	«Чудесный сундучок»	09.10.	
12	Труд и здоровье.	11.10.	
13	Наш мозг и его волшебные действия.	16.10.	
14	<u>День здоровья.</u> «Хочу остаться здоровым»	18.10.	
15	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	23.10.	
16	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	25.10.	
17	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	08.11.	
18	Инструктаж по ТБ. «Моё здоровье в моих руках»	13.11. 15.11.	
19,20	Мой внешний вид - залог здоровья	20.11. 22.11	
21, 22	«Доборечие»	27.11 29.11	
23	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	04.12.	
24	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	06.12.	

25	«Бесценный дар- зрение».	11.12.	
26	Гигиена правильной осанки	13.12.	
27	«Спасатели, вперёд!»	18.12.	
28	Шарль Перро «Красная шапочка»	20.12.	
29	Движение это жизнь	25.12.	
30	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	27.12	
31	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	29.12.	
32	Мир моих увлечений.	10.01.	
33	Вредные привычки и их профилактика	15.01.	
34	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	17.01.	
35	Я и опасность.	22.01	
36	Лесная аптека на службе человека	24.01	
37	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	29.01.	
38	Класс не улица ребята! И запомнить это надо!	31.01	
39	Игра «Спешите делать добро»	05.02	
40	Вкусные и полезные вкусы	07.02.	
41	Моё настроение. Передай улыбку по кругу.	12.02.	
42	Мир эмоций и чувств	14.02.	
43	Вредные и полезные привычки.	19.02	
44	Первая доврачебная помощь	21.02.	
45	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	26.02.	
46	Школа и моё настроение	28.02	
47	Размышление о жизненном опыте	04.03	
48	<u>Делу время , потехе час.</u>	06.03.	
49	Первая помощь при отравлении	11.03.	
50	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.	13.03.	
51	Размышление о жизненном опыте	18.03.	
52	Игра «Мой горизонт»	20.03.	
53	В мире интересного.	01.04.	
54	Подвижные игры на свежем воздухе.	03.04.	
55	Подвижные игры на свежем воздухе.	08.04	
56	Подвижные игры на свежем воздухе.	10.04	
57	Подвижные игры на свежем воздухе.	15.04.	
58	Труд и здоровье	17.04.	
60	Солнце , воздух и вода –наши лучшие друзья	22.04.	
61	День здоровья «Дальше, быстрее, выше	24.04.	
62	Гордо реет флаг здоровья	29.04.	
63	Вредные и полезные растения.	06.05.	
64	Опасности летом	08.05.	
65	Чему мы научились и чего достигли,	13.05	
66	Поход по родному краю	15.05.	
67	Поход по родному краю	22.05	
68	Промежуточная аттестация. Игра «Верно – неверно»	22.05.	

**Календарно-тематическое планирование курса  
«Азбука здоровья»  
4 А класс  
на 2023-2024 учебный год  
учитель: Шипаева М.В**

№ урока:	Тема:	Дата проведения по плану:	Кор-ка
1-2	<b>Модуль № 1 Введение «Вот мы и в школе».</b> «Здоровье и здоровый образ жизни»	1.09 4.09	
3-4	Правила личной гигиены	8.09 11.09	
5-6	Физическая активность и здоровье	15.09 18.09	
7-8	Как познать себя . Текущий контроль знаний –За круглым столом	22.09 25.09	
9-10	<b>Модуль № 2. Питание и здоровье</b> Питание необходимое условие для жизни человека	29.09 2.10	
11-12	Здоровая пища для всей семьи	6.10 9.10	
13-14	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	13.10 16.10	
15-16	Секреты здорового питания. Рацион питания	20.10 23.10	
17-18	«Богатырская силушка». Текущий контроль знаний –КВН	27.10 10.11	
19-20	<b>Модуль № 3. Моё здоровье в моих руках</b> Домашняя аптечка	13.11 17.11	
21-22	«Мы за здоровый образ жизни»	20.11 24.11	
23-24	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	27.11 1.12	
25-26	«Береги зрение смолоду».	4.12 8.12	
27-28	Как избежать искривления позвоночника	11.12 15.12	
29-30	Отдых для здоровья	18.12 22.12	
31-32	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье . Текущий контроль знаний-викторина	25.12 12.01	



33-34	<b>Модуль № 4Я в школе и дома</b> «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим».	15.01 19.01	
35-36	«Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»	22.01 26.01	
37-38	Игра «Спешите делать добро»	29.01 2.02	
39-40	Что такое дружба? Как дружить в школе?	5.02 9.02	
41-42	Мода и школьные будни	12.02 16.02	
43-44	Делу время , потехе час. Текущий контроль знаний- игра викторина	19.02 26.02	
45-46	<b>Модуль № 5. Чтоб забыть про докторов</b> Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1.03 4.03	
47-48	День здоровья «За здоровый образ жизни».	11.03 15.03	
49-50	Преображенский «Огородники»	18.03 22.03	
51-52	«Разговор о правильном питании» . Вкусные и полезные вкусности . Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»	1.04 5.04	
53-54	<b>Модуль № 6. Я и моё ближайшее окружение</b> Размышление о жизненном опыте	8.04 12.04	
55-56	Вредные привычки и их профилактика	15.04 19.04	
57-58	Школа и моё настроение	22.04 26.04	
59-60	В мире интересного. Текущий контроль знаний- итоговая диагностика	29.04 3.05	
61-62	<b>Модуль № 7. «Вот и стали мы на год взрослей»</b> Я и опасность.	6.05 13.05	
63-64	Игра «Мой горизонт»	17.05 20.05	
65-66	Гордо реет флаг здоровья	24.05	
67-68	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». Итоговый контроль знаний-Диагностика. Составление книги здоровья.		

**Календарно-тематическое планирование курса**  
**«Азбука здоровья»**  
**4 Б класс**  
**на 2023-2024 учебный год**  
**учитель: Руч Е.В.**

№ урока:	Тема:	Дата проведения по плану:	Кор-ка
1-2	<b>Модуль № 1 Введение «Вот мы и в школе».</b> «Здоровье и здоровый образ жизни»	1.09 4.09	

3-4	Правила личной гигиены	8.09 11.09	
5-6	Физическая активность и здоровье	15.09 18.09	
7-8	Как познать себя . Текущий контроль знаний –За круглым столом	22.09 25.09	
9-10	<b>Модуль № 2. Питание и здоровье</b> Питание необходимое условие для жизни человека	29.09 2.10	
11-12	Здоровая пища для всей семьи	6.10 9.10	
13-14	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	13.10 16.10	
15-16	Секреты здорового питания. Рацион питания	20.10 23.10	
17-18	«Богатырская силушка». Текущий контроль знаний –КВН	27.10 10.11	
19-20	<b>Модуль № 3. Моё здоровье в моих руках</b> Домашняя аптечка	13.11 17.11	
21-22	«Мы за здоровый образ жизни»	20.11 24.11	
23-24	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	27.11 1.12	
25-26	«Береги зрение смолоду».	4.12 8.12	
27-28	Как избежать искривления позвоночника	11.12 15.12	
29-30	Отдых для здоровья	18.12 22.12	
31-32	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье . Текущий контроль знаний-викторина	25.12 12.01	
33-34	<b>Модуль № 4Я в школе и дома</b> «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим».	15.01 19.01	
35-36	«Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»	22.01 26.01	
37-38	Игра «Спешите делать добро»	29.01 2.02	
39-40	Что такое дружба? Как дружить в школе?	5.02 9.02	
41-42	Мода и школьные будни	12.02 16.02	
43-44	Делу время , потехе час. Текущий контроль знаний- игра викторина	19.02 26.02	
45-46	<b>Модуль № 5. Чтоб забыть про докторов</b> Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1.03 4.03	
47-48	День здоровья «За здоровый образ жизни».	11.03 15.03	
49-50	Преображенский «Огородники»	18.03 22.03	
51-52	«Разговор о правильном питании» . Вкусные и полезные вкусности .	1.04 5.04	

	Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»		
53-54	<b>Модуль № 6. Я и моё ближайшее окружение</b> Размышление о жизненном опыте	8.04 12.04	
55-56	Вредные привычки и их профилактика	15.04 19.04	
57-58	Школа и моё настроение	22.04 26.04	
59-60	В мире интересного. Текущий контроль знаний- итоговая диагностика	29.04 3.05	
61-62	<b>Модуль № 7. «Вот и стали мы на год взрослей»</b> Я и опасность.	6.05 13.05	
63-64	Игра «Мой горизонт»	17.05 20.05	
65-66	Гордо реет флаг здоровья	24.05	
67-68	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». Итоговый контроль знаний-Диагностика. Составление книги здоровья.		