

<p><b>Рассмотрено</b></p> <p>На заседании М.О учителей начальных классов и Физической культуры</p> <p>Протокол №1</p> <p>от «28 »августа 2022г.</p>	<p><b>Проверено:</b></p> <p>Зам.директора по УВР</p> <p>_____ О.В. Лаврушкина</p> <p>от « 29 »августа 2022г.</p>	<p>Утверждено: приказом</p> <p>№702</p> <p>от « 01 » сентября 2022г.</p> <p>Директор ГБОУ ООШ №39 г. Сызрани</p> <p>_____ И.Н.Лисина</p>
---	--	--

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

«Радуга здоровья»

2-4 классы

Рабочая программа ГБОУ ООШ № 39 г. о. Сызрань внеурочной деятельности «Радуга здоровья» (спортивно-оздоровительное направление) на уровне начального общего образования (2-4 классы) составлена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. № 373) к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования. Авторы: В.И. Лях, «Просвещение», 2016г. Раздел «Внеурочная деятельность. Кружки общефизической подготовки».

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты.**

*Учеников будут сформированы:*

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность в сотрудничестве со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этически чувствознакомство с культурой русского народа
- уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными** результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

### **Регулятивные УУД:**

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

### **Познавательные УУД:**

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

## **КоммуникативныеУУД:**

Обучающийсянаучится:

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

## **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую деятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности**

### **2 класс**

#### **Секреты здоровья.**

Режим дня. Комплекс утренней гимнастики. Гигиена зубов, ротовой полости, кожи. Уход за руками и ногами. Охрана зрения, слуха. Профилактика сколиоза, плоскостопия. Профилактика простудных заболеваний. Закаливание. Лекарственные растения. Вред курения, употребления алкоголя и наркотиков для организма. Зависимость благополучия и хорошего

настроения от умения управлять своими эмоциями. Сон – лучшее лекарство. Питание – необходимое условие жизнедеятельности. Режим питания. Полезные продукты. Витамины.

### **Попрыгать, поиграть.**

Подвижные игры. Спортивные игры и эстафеты. Игры разных народов.

### **Профилактика детского травматизма.**

Правила дорожного движения. Правила пожарной безопасности. Правила поведения в быту. Правила поведения в природе.

## **3 класс**

1, **Здоровый образ жизни.** Конкурс рисунков «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

2. **Игры на свежем воздухе.** Спорт любить — здоровым быть!

Подвижные игры на свежем воздухе «Краски», «Колечко», «3<sup>ий</sup> лишний».

Народные игры. «Борьба вцепи», «Золотые ворота». Игры моих родителей.

3. **Должен знать каждый.** Дорога в школу. Составление

безопасного маршрута следования от дома до школы. Режим дня школьника.

4. **Народные игры.** Народные игры. «Найди садись», «Казаки – разбойники». Народные игры. «Чехарда», «Сантики – фантики».

"Здоровым быть здорово!" игровая программа. Игры моих бабушки и дедушек.

Мониторинг физического развития. «Дед Мазай», «Море волнуется».

«Садовник», «День – ночь».

5. **Упражнения и игры на развитие внимания.** Подвижные игры

«Пустое место», «Моргалки».

6. **Вредные привычки.** Курение – это болезнь.

7. **Бег (8 ч).** Играя, подружись с бегом «Гигантские шаги». Игры –

эстафеты (скакалки, мячи, обручи). Игры с прыжками «Зайцы в огороде». Кто сильнее? Разучивание игр-соревнований «Бой петухов», «Борьба в садников».

8. **Игры с мячом.** Мой весёлый звонкий мяч! «Халихало! Стоп!».

Сюжетные игры.

**9. Зимние игры.** Зимние забавы. Лыжные гонки. Эстафеты на санках. «Клубледяных инженеров».

**10. Питание и здоровье.** Полезные привычки в питании. Фрукты – лучшие продукты. Конкурс рисунков. Беседа «Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!». Практическая работа. Беседа «Полезные и вредные привычки». Здоровое питание – отличное настроение. Помогите себе сам (презентация). Викторина «Быть здоровым – здорово!». Час здоровья. Полезные привычки в питании. Овощина твоём столе.

**11. Эстафетные игры.** Разучивание игр-эстафет «Команда быстрых ног».

**12. Полезные привычки.** «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». Анкета, викторина.

#### **4 класс**

Русская народная игра «Жмурки». Русская народная игра «Кот и мышь».

Русская народная игра «Горелки». Русская народная игра «Салки».

Русская народная игра «Пятнашки». Русская народная игра «Охотники и зайцы».

Русская народная игра «Фанты». Русская народная игра «Салки с

приседаниями». Русская народная игра «Волк». Русская народная игра

«Птицелов». Подвижная игра «Совушка». Подвижная игра «Мышелов».

Подвижная игра «Пустое место». Подвижная игра «Карусель». Подвижная игра «Кто быстрее». Подвижная игра «Конники- спортсмены». Подвижная игра «Лягушата и цыплята». Подвижная игра «Карлики и великаны».

Эстафета «Передача мяча». Эстафета «С мячом». Эстафета зверей. Эстафета

«Быстрые и ловкие». Эстафета «Вызов номеров». Эстафета по кругу.

Эстафета с обручем. Русская народная игра «Гори, гори ясно!».

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». Бурятская народная игра «Ищем палочку». Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними

платок». Маврийская народная игра «Катание мяча». Татарская народная

игра «Серый волк». Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». Чувашская игра «Рыбки». Русская народная игра «Охотники и зайцы».

### 3. Тематическое планирование

#### 2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	ЭОР
1.	Если хочешь быть здоров	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.	Настроение в школе и дома.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.	Поведение в школе.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4.	Поведение в школе.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5.	Болезни глаз. Как их предупредить.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6.	Болезни глаз. Как их предупредить.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7.	Слух - большая ценность для человека.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

8.	Комплекс утренней нарушения осанки и плоскостопия.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9.	Комплекс утренней нарушения осанки и плоскостопия.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10.	Режим питания.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11.	Режим питания.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12.	Овощи, ягоды и продукты.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13.	Работа над проектом	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14.	Пищевые отравления. Съедобные и грибы.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15.	Работа над проектом «Питания».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16.	Если хочешь быть здоров – закаляйся!	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

17.	Если хочешь быть здоров – закаляйся!	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18.	Почему мы боеем Кто и как предохраняет нас от болезней. Профессия-врач	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19.	Игры на развитие восприятия.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20.	Игры на развитие памяти.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21.	Обобщение по разделу. Игра «Учимся не болеть».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22.	Подвижные игры.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
23.	Подвижные игры.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24.	Подвижные игры.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
25.	Подвижные игры.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26.	Подвижные игры.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>



			<p>ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
27.	Спортивные игры и эстафеты.	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
28.	Спортивные игры и эстафеты.	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
29.	Спортивные игры и эстафеты.	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
30.	Спортивные игры и эстафеты.	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
	Спортивные игры и эстафеты.	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
31.	Элементы улицы дорожного: проезжая часть, обочина, кювет, пешеходная и велосипедная дорожка	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
32.	Элементы улицы дорожного: проезжая часть, обочина, кювет, пешеходная и велосипедная дорожка	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
33.	Светофорные виды.	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:  <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a>          Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
34.	Экскурсия «Элементы улицы дорожного».	1	<p>УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>          ЯКласс:</p>

			<a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
--	--	--	--

### 3 класс

№ п\п	Тема занятия	Количество часов	ЭОР
1.	Вводное занятие. За здоровый образ жизни.	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.	Конкурс рисунков «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.	Вводное занятие. За здоровый образ жизни.	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4.	Конкурс рисунков «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5.	Спорт любить — здоровым быть!	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6.	Подвижные игры на свежем воздухе «Краски», «Колечко», «Зий лишний»	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7.	Спорт любить — здоровым быть!	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8.	Подвижные игры на свежем воздухе «Краски», «Колечко»,	1	УЧНі.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a>

	«Зий лишний»		Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9.	Спорт любить — здоровым быть!	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10.	Подвижные игры на свежем воздухе «Краски», «Колечко», «Зий лишний»	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11.	Народные игры. «Борьба в цепи», «Золотые ворота».	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12.	Игры моих родителей.	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13.	Народные игры. «Борьба в цепи», Игры моих родителей.	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14.	Игра «Золотые ворота».	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15.	Дорога в школу..		УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16.	Составление безопасного маршрута следования от дома до школы	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17.	Дорога в школу. Составление безопасного маршрута следования	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная

	от дома до школы.		школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18.	Режим дня школьника.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19.	Режим дня школьника.	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20.	Народные игры. «Найди и садись», «Казачьи – разбойники».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21.	Народные игры. «Найди и садись».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22.	Казачьи – разбойники».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
23.	Народные игры. «Чехарда».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24.	Сантики – фантики».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
25.	Народные игры. «Чехарда», «Сантики – фантики».	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26.	Здоровым быть здорово!" игровая программа	1	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

27.	Здоровым быть здорово!" игровая программа	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
28.	Игры моих бабушек и дедушек.	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29.	Мониторинг физического развития	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30.	Мониторинг физического развития	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
31.	Народная игра. «Дед Мазай»,	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
32.	«Море волнуется».	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
33.	Народная игра. «Дед Мазай»	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34.	Игры разных народов. «Садовник», «День – ночь».	1	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

#### 4 класс

№ п\п	Темазанятия	Количествочас ов	ЭОР
-------	-------------	------------------	-----

1.	«Здоровье и здоровый образ жизни»	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.	Правила личной гигиены	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.	Физическая активность и здоровье	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4.	Как познать себя	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5.	Питание необходимое условие для жизни человека	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6.	Здоровая пища для всей семьи	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7.	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8.	Секреты здорового питания. Рацион питания	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9.	Богатырская силушка» –КВН	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10.	Домашняя аптечка	0,5	UCHi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>

			ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11.	«Мы за здоровый образ жизни»	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12.	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13.	«Береги зрение с молодую».	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14.	Как избежать искривления позвоночника	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15.	Отдых для здоровья	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16.	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье - викторина	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17.	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18.	«Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaclass.ru/">https://www.yaclass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19.	Кукольный спектакль «Спешите делать»	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс:

	добро»		<a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20.	Что такое дружба? Как дружить в школе?	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21.	Мода и школьные будни	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22.	Делу время ,потехе час. Текущий контроль знаний- игра викторина	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
23.	Что болезней не бояться, над спортом заниматься	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24.	День здоровья«Здоровый образ жизни».	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
25.	Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26.	Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
27.	Размышление о жизненном опыте	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
28.	Вредные привычки и их профилактика	0,5	УЧИ.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a>



			Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29.	Школа и моёнастроение	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30.	В мире интересного. - итоговая диагностика	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
31.	Я и опасность.	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
32.	Игра «Мойгоризонт»	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
33.	Гордо реет флаг здоровья	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34.	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». Составление книги здоровья.	0,5	УСНi.RU: <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a> ЯКласс: <a href="https://www.yaklass.ru/">https://www.yaklass.ru/</a> Российская электронная школа: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>