

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лянторская средняя общеобразовательная школа № 3»**

«УТВЕРЖДЕНО»
приказом директора
от 31.08.2023 №701

**ПРОГРАММА
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Здоровым быть здорово»**

Основное общее образование

(уровень образования: начальное общее, основное общее, среднее общее образование)

6-8 классы

на 2023-2024 учебный год

Учитель: Луценко Андрей Николаевич

Программа внеурочной деятельности по спортивнооздоровительному направлению «Здоровым быть здорово» для 6-8классов

Современная быстро развивающаяся система образования, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения. Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровым быть здорово» (далее – Программа) содержит знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Данная программа внеурочной деятельности является комплексной программой, направленной на формирование культуры здоровья обучающихся, способствующей познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы, основного общего образования.

На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растет заболеваемость обучающихся. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата. Это повышает актуальность введения данной Программы. Актуальность и социальная значимость данного курса состоит в том, что он призван помочь растущему человеку в постижении норм здорового образа жизни и на их основе искать путь самовоспитания, саморазвития. Курс предполагает активное включение в творческий процесс учащихся, родителей, учителей, классных руководителей. Программа может рассматриваться как одна из ступеней формирования культуры здоровья обучающихся и неотъемлемая часть всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Практическая значимость данного курса состоит в том, что отношение к окружающей действительности формируется в совместной деятельности учителя и учащихся

Программа составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- «О направлении методических рекомендаций» Письмо Минпросвещения России от 05.07.2022 № ТВ-1290/03
- Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Лянторская СОШ № 3», утвержденной приказом от 31.08.2023 № 701

Цель настоящей программы:

Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентированной на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Задачи:

1. Воспитывать ценностное и ответственное отношение к здоровью, здоровому образу жизни, развивать культуру здорового образа жизни учащегося.
2. Формировать способность противостоять негативным воздействиям социальной среды, факторам микросоциальной среды.
3. Формировать готовность учащихся к социальному взаимодействию по вопросам здоровьесберегающего просвещения населения, инфекционных заболеваний; убежденности в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения.
4. Помочь овладеть современными оздоровительными технологиями.

Ценностные ориентиры содержания Программы направлены на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, организации здорового образа жизни. Форма реализации программы: практика.

Предполагается, что учащиеся, осваивающие данную Программу, не только изучают теоретические вопросы формирования здорового образа жизни, но и ведут пропаганду здорового образа жизни среди школьников. Активная жизненная позиция, умение взаимодействовать и включаться в проект, умение получать и передавать информацию, отсутствие вредных привычек, ведение здорового образа жизни, регулярные занятия физической культурой и спортом – это то, чем должен обладать волонтер для успешной работы.

Программа состоит из разделов:

Раздел 1. «Питание и здоровье»

Раздел 2. «Мое здоровье в моих руках»

Раздел 3. «Я в школе и дома»

Раздел 4. «Я и мое ближайшее окружение»

Раздел 5. «Первая доврачебная помощь»

В каждом разделе планируются:

1. Мероприятия здоровьесберегающего характера, связанные с календарными датами, посвященными проблемам сохранения здоровья.
2. Мероприятия, направленные на распространение информации.
3. Разработка и проведение гимназических мероприятий спортивной направленности.

4. Тренинги по выработке умений противостоять негативным воздействиям среды.

В основе реализации программы лежит системно-деятельный подход, который

предполагает:

- ориентацию на развитие обучающихся на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира личности обучающегося, его активной учебнопознавательной деятельности, формирование его готовности к саморазвитию;

- учёт индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, видов деятельности и форм общения при построении образовательного процесса.

Виды деятельности:

- игровая;
- познавательная;
- проблемно-ценностное общение;
- досугово-развлекательная.

Формы деятельности:

- конкурсы;
- викторины;
- экскурсии;
- профилактические занятия;
- акции;
- выставки;
- соревнования;
- распространение информации
- сбор (анкетирование, тестирование, опросы) и обработка данных.

Данная образовательная программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учетом образовательного процесса школы.

Программа адресована учащимся 6-8 классов и рассчитана на 34 часа в год.

Периодичность занятий – 1 час в неделю.

Программа может быть реализована классным руководителем, педагогом дополнительного образования, учителем.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности Личностные результаты освоения программы отражают:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края,
- 2) основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 3) 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 4) 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 5) 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 6) 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 7) 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 8) 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 9) 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 10) 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 11) 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

Метапредметные результаты освоения программы отражают:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.
5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.
6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.
7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
8. Смысловое чтение.
9. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.
10. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.
11. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ-компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами.
12. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

6 класс

Разделы (главы)	Разделы (главы)	Форма организации занятий	Основные виды деятельности учащихся
Введение (5ч.)			
Здоровье и здоровый образ жизни	Что такое здоровый образ жизни? Соблюдение правил личной гигиены в общественных местах.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Физическая активность и здоровье.	Влияние двигательной активности на умственное и физическое развитие ребенка. Комплекс упражнений на разные группы мышц. Выполнение комплекса упражнений на разные группы мышц.	Практическое занятие	Выполнение упражнений практического задания.
«Остров здоровья»	Текущий контроль знаний	Игра	Работа с научнопопулярной литературой;
«Самый сильный и ловкий»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Эстафета	Выполнение заданий эстафеты
Питание и здоровье (5 ч.)			
Питание необходимое условие для жизни человека	Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Значение жидкости для организма человека. Вредные и полезные привычки в	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов

	питании.		
Здоровая пища для всей семьи	Вкусные традиции моей семьи. Вкусные и полезные угощения.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	Кулинарные традиции и предпочтения современности и прошлого.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Богатырская силушка»	Текущий контроль знаний	Игра викторина	Выполнение заданий.
Мое здоровье в моих руках (15 ч.)			
Мы за здоровый образ жизни». Составление режима дня подростка.	Правильная организация режима дня — залог здоровья. Чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата.	Беседа. Практическое задание	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Наблюдение за демонстрациями учителя. Просмотр тематических фильмов
Береги зрение смолоду.	Гимнастика для глаз. Гигиенические нормативы, их значение для глаз при пользовании компьютером, телевизором.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Наблюдение за демонстрациями учителя. Просмотр тематических фильмов
Я здоровье берегу – сам себе я помогу»	Целебная сила движений (упражнения для снятия напряжения с мышц).	Беседа. Практическое задание	Работа с научнопопулярной литературой; Выполнение практического задания.
«День здоровья»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Подвижные игры на свежем воздухе.	Выполнение задания.
«Что такое эмоции?»	Что такое эмоции. Понятие.	Подвижные игры на свежем воздухе.	Выполнение задания.
«Чувства и поступки»	Что такое чувства и поступки.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей.
«Стресс».	Стресс-это... Стрессовые ситуации.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
«Зависимость-это...» Раскрытие понятия «зависимость».	Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи».	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Наблюдение за демонстрациями учителя.
«Алкоголь – ошибка» Вред.	Вред. Алкогольная зависимость. Детский, подростковый алкоголизм.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр

			тематических фильмов
Что мы знаем о курении.	Всё больше детей начинает курить со школьного возраста. Мало кто задумывается о вреде курения на организм.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
«Вредной привычке скажем НЕТ» Работа с плакатом «Дерево решений»	Работа с плакатом «Дерево решений»	Практическая работа Выполнение практического задания	Выполнение практического задания
Первая доврачебная помощь (5 ч.)			
Первая помощь при ожогах.	Первая помощь при ожогах разных видов.	Беседа, работа с дидактическим материалом	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Коллективный рисунок «Пожары глазами детей».	Умение представить и защитить свою работу.	Творческая работа.	Выполнение практического задания.
«Я б в пожарные пошёл...»	Формирование умений делать выбор	Экскурсия	Прослушивание рассказа пожарника.
Вот и стали мы на год взрослей» (4 ч.)			
«Опасности летом»	Правила поведения на воде в дни летних каникул	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни?»	В течение всего курса обучения по внеурочной деятельности учащиеся составляют книгу здоровья, руководствуясь принципом «знаю, могу, делаю».	Творческая работа	Работа с научнопопулярной литературой; электронными ресурсами. Выполнение практического задания.

7 класс

Разделы (главы)	Содержание	Форма организации занятий	Основные виды деятельности учащихся
Введение (4ч.)			
Здоровье и здоровый образ жизни	Соблюдение правил личной гигиены в школе, общественных местах.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Физическая активность и здоровье. Кросс «Золотая осень»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Кросс	Выполнение упражнений практического задания.
«День здоровья»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Эстафеты	Выполнение задания
Питание и здоровье (5 ч.)			
Питание необходимое условие для жизни человека	Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Вредные и полезные привычки в питании.	Беседа	Прослушивание рассказа
Здоровая пища для всей семьи	Вкусные традиции моей семьи. Вкусные и полезные угощения.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей.

Секреты здорового питания.	Основные хитрости здорового питания.		Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей.
Питание нашего времени	Фаст-фуд. Польза или вред?	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей.
Конкурс рисунков: «Мы - за здоровый образ жизни».	Умение представить и защитить свою работу		Выполнение творческой работы.
Мое здоровье в моих руках (15 ч.)			
«Профилактика вирусной инфекции»	Методы и средства профилактики для инфекции. вирусной	Беседа.	Прослушивание рассказа учителя. Просмотр тематических фильмов
«Стресс»	Стресс-это... Стрессовые ситуации. Пути выхода из стрессовых ситуаций.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений
«Зависимость-это...»	Раскрытие понятия «зависимость» Табакокурение. Алкогольная зависимость.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов.
1 декабря - День борьбы со СПИДом.	СПИД-чума 21 века.	Беседа.	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов.
Коллективный рисунок «ВИЧ-чума 21 века»	Умение представить и защитить свою работу	Творческая работа	Выполнение творческой работы.
«Детки в пивной клетке».	Детский, подростковый алкоголизм.	Беседа.	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов.
«Выше, дальше, быстрее...»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Спортивный праздник	Проведение спортивного мероприятия

«Защити меня»	О недопущении жестокого обращения и насилия.	Беседа.	Прослушивание рассказа учителя. Просмотр тематических фильмов.
«Посеешь привычку – пожнёшь характер».	Ещё раз о вредных привычках	Беседа.	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов.
«Вредной привычке скажем НЕТ»	Текущий контроль	Тест	Выполнение задания
«День здоровья»	Формирование потребности в здоровом образе жизни.	Соревнование	Выполнение задания.

8 класс

Разделы (главы)	Разделы (главы)	Форма организации занятий	Основные виды деятельности учащихся
Введение (4ч.)			
Здоровье и здоровый образ жизни	Соблюдение правил личной гигиены в школе, общественных местах.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Физическая активность и здоровье. Кросс «Золотая осень»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Кросс	Выполнение задания.
«День здоровья»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Экскурсия	Прослушивание рассказа учителя.
Питание и здоровье (5 ч.)			
Питание необходимое условие для жизни	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	Беседа	Прослушивание рассказа
Здоровая пища для всей семьи	Вкусные традиции моей семьи. Вкусные и полезные угощения.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
Секреты здорового питания.	Основные хитрости здорового питания.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей.
Секреты здорового питания.	Основные хитрости здорового питания.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Просмотр тематических фильмов.
Питание нашего времени	Фаст-фуд. Польза или вред?	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Просмотр тематических фильмов
Конкурс рисунков: «Мы - за здоровый образ жизни».	Умение представить и защитить свою работу	Творчество	Выполнение творческой работы.
Мое здоровье в моих руках (15 ч.)			
«Человек привычки - человек воли»	О привычках человека	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
«Я и мои привычки».	Ещё раз вредных привычках.	Беседа	Прослушивание рассказа учителя. Прослушивание и анализ выступлений своих товарищей. Просмотр тематических фильмов
«Сильный и смелый»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Спортивный праздник	Подготовка к спортивному празднику. Проведение спортивного мероприятия

Первая доврачебная помощь (5 ч.)			
Первая помощь пострадавшему.	Первая помощь при обморожениях.	Беседа, работа с дидактическим материалом	Прослушивание рассказа учителя. Просмотр тематических фильмов
Коллективный плакат «Здоровый образ жизни».	Умение представить и защитить свою работу	Творческая работа	Выполнение практического задания.
«Весенний кросс»	Формирование потребности в здоровом образе жизни	Кросс	Выполнение задания.
Вот и стали мы на год взрослей» (5 ч.)			
«Опасности летом». Инструктаж	Правила поведения на дорогах в дни летних каникул	Беседа.	Прослушивание рассказа учителя. Просмотр тематических фильмов
КВН по правилам ПДД	Текущий контроль знаний	КВН	Выполнение заданий.
«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни?»	В течение всего курса обучения по внеурочной деятельности научились ли учащиеся вести здоровый образ жизни.	Тест	Выполнение задания.

Тематическое планирование

6 класс

Раздел (глава)	Тема	Количество часов
Введение	«Здоровье и здоровый образ жизни»	5
	«Физическая активность и здоровье»	
	«Остров здоровья»	
	«Самый сильный»	
	«Самый ловкий»	
Питание и здоровье	Питание необходимое условие для жизни человека	4
	Здоровая пища для всей семьи	
	Секреты здорового питания.	
	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	
Мое здоровье в моих руках	«Мы за здоровый образ жизни».	16
	Составление режима дня подростка.	
	Береги зрение смолоду.	
	«Я здоровье берегу - сам себе я помогу»	
	Готовимся к дню здоровья	
	«День здоровья»	
	«Что такое эмоции?»	
	«Чувства и поступки»	
	«Стресс»	
	«Зависимость-это...»	
	«Алкоголь - ошибка»	
	Что мы знаем о курении.	
	Какие бывают привычки	
	«Вредной привычке скажем НЕТ»	
	«День здоровья»	
Подведение итогов «День здоровья»		
Первая доврачебная помощь	Что такое первая помощь?	5
	Первая помощь при ожогах.	
	Коллективный рисунок «Пожары глазами детей».	
	Выставка работ «Пожар глазами детей»	
	«Я б в пожарные пошёл.»	
Вот и стали мы на год взрослей»	Опасности летом»	4
	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни?»	
	Составление книги здоровья.	
	Викторина «Наше здоровье»	
Итого		34

7 класс

Раздел (глава)	Тема	Количество часов
Введение	Здоровье и здоровый образ жизни	4
	Физическая активность и здоровье.	
	Кросс «Золотая осень»	
	«День здоровья»	
Питание и здоровье	Питание необходимое условие для жизни человека	5
	Здоровая пища для всей семьи	
	Секреты здорового питания.	
	Питание нашего времени	
	Конкурс рисунков: «Мы - за здоровый образ жизни».	
Мое здоровье в моих руках	«Профилактика вирусной инфекции»	15
	«Стресс»	
	«Зависимость — это...»	
	1 декабря - День борьбы со СПИДом.	
	Коллективный рисунок «ВИЧ-чума 21 века»	
	Организация выставки «ВИЧ-чума 21 века»	
	«Детки в пивной клетке».	
	Интеллектуальный конкурс «Выше, дальше, быстрее.»	
	Конкурс рисунков «Выше, дальше, быстрее.»	
	Спортивные эстафеты «Выше, дальше, быстрее.»	
	«Защити меня»	
	«Посеешь привычку - пожнёшь характер».	
	«Вредной привычке скажем НЕТ»	
	«День здоровья»	
	Спортивный марафон «День здоровья»	
Первая доврачебная помощь	Первая помощь пострадавшему.	4
	Детский травматизм	
	Коллективный плакат «Детский травматизм».	
	«День здоровья»	
Вот и стали мы на год взрослей»	«Опасности летом».	6
	Изготовление памяток «Правила на поведения дорогах»	
	Интеллектуальный марафон по правилам ПДД	
	КВН по правилам ПДД	
	День здоровья	
Итого		34

8 класс

Раздел (глава)	Тема	Количество часов
Введение	Здоровье и здоровый образ жизни	5
	Физическая активность и здоровье. Кросс «Здравствуй осень»	
	«Герои спорта. Кто прославлял страну»	
	«День здоровья»	
	Спортивный марафон «День здоровья»	
Питание и здоровье	Питание необходимое условие для жизни человека	5
	Здоровая пища для всей семьи	
	Секреты здорового питания.	
	Питание нашего времени	
	Конкурс рисунков: «Витамины	
Мое здоровье в моих руках	Здоровая пища для всей семьи	14
	Секреты здорового питания.	
	Питание нашего времени	
	Конкурс рисунков: «Витамины	
	«Профилактика вирусной инфекции»	
	«Если хочешь быть здоров...»	
	«Зависимость-это...»	
	«ВИЧ-чума 21 века»	
	«Зимние забавы»	
	«Шкала здоровья»	
	«Активный ли я»	
	Какие бывают привычки?	
	Волевые качества человека.	
	«Человек привычки - человек воли»	
Первая доврачебная помощь	Первая помощь пострадавшему.	5
	Изготовление памяток	
	Коллективный плакат «Здоровый образ жизни».	
	Выставка работ «Здоровый образ жизни».	
	«Весенний кросс»	
Вот и стали мы на год взрослей»	Инструктаж «Опасности летом».	5
	Изготовление памяток «Правила поведения на дорогах»	
	Самое важное-здоровье человека	
	КВН по правилам ПДД	
	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни?»	
Итого		34

