

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа с.Черный Ключ  
муниципального района Клявлинский Самарской области**

**ПРОВЕРЕНО**

Заместитель директора по ВР

Семенова Т.И.

30.08.2022 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом № 103/10-од от 01.09.2022 г.

Директор: \_\_\_\_\_ Ильина В.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности «Здоровый ребенок –  
успешный ребенок»**

**основного общего образования**

**Направление: Спортивно-оздоровительное**

Рассмотрена на заседании МО Естественнонаучный  
(название методического объединения)

Протокол № 1 от « 31 » августа 2022 г.

Руководитель МО \_\_\_\_\_

(подпись)

Антонова В.В..

(ФИО)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Реализация федеральных государственных образовательных стандартов общего образования в современной школе предполагает обязательное вовлечение обучающихся во внеурочную деятельность с целью достижения в первую очередь личностных и метапредметных результатов. Это определяет и специфику внеурочной деятельности, в ходе которой обучающийся не только и даже не столько должен узнать, сколько научиться действовать, чувствовать, принимать решения и др. Цель внеурочной деятельности - способствовать достижению результатов освоения основной образовательной программы общего образования.

Курс внеурочной деятельности «Здоровый ребенок» предназначен для работы с учащимися 6-9 классов в рамках социального, спортивно-оздоровительного направлений внеурочной деятельности и направлен на формирование у обучающихся знаний и навыков здорового образа жизни, а также потребности беречь свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность.

Образовательная организация не может и не должна оставаться в стороне от решения задач, направленных на формирование здорового поколения и здоровой нации. Формирование у обучающихся ценностных ориентиров, активной гражданской позиции является неоспоримой задачей общества, и эта задача возлагается государством на образовательную организацию. Закон «Об образовании в Российской Федерации» трактует понятие «образование» не только как «знания, умения, навыки», но и как «ценностные установки», «опыт деятельности».

Курс внеурочной деятельности «Здоровый ребенок» разработан с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего общего образования.

Содержание данного курса и формы организации учебной

деятельности направлены на проектирование определенного типа мышления школьников – осознание здоровесбережения как важнейшего условия успешной жизненной самореализации каждого человека. Центральной линией развития обучающихся является формирование интеллектуальной деятельности и произвольности всех психических процессов.

Современные дети поколения Z значительно отличаются от своих сверстников предыдущих поколений - изменилась социальная ситуация развития детей:

- резко возросла информированность обучающихся. Расширение кругозора, рост эрудиции, получение новых знаний – несомненное преимущество современных детей; однако, чрезмерная доступность информации может иметь негативное влияние на психологическое состояние и психологическую безопасность детей и подростков.

- ограничено очное непосредственное общение со сверстниками, что препятствует формированию коммуникативных компетенций, эмоциональной отзывчивости, толерантности, сочувствия и сопричастности и др.

Перемены, происходящие в современном обществе требуют ускоренного совершенствования образовательного пространства, определения целей образования, учитывающих государственные, социальные интересы. Решению этих задач направлена внеурочная деятельность, в том числе курс «Здоровый ребенок».

Существенное место в организации курса внеурочной деятельности «Здоровый ребенок» должны занять метапредметные результаты, благодаря чему по окончании данного курса у обучающихся будут сформированы навыки, направленные на анализ своей деятельности и управление ею.

**Целью курса** является формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения здорового образа жизни и принципов

здоровьесбережения.

**Задачи курса:** формирование у учащихся ключевых компетенций ведения здорового образа жизни за счет:

- формирования способности формулировать и формировать навыки здоровьесбережения;
- понимания необходимости сохранять свое здоровье как общественную и индивидуальную ценность;
- формирования отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков профилактики вредных привычек;
- формирования навыков безопасного поведения в повседневной жизни;
- формирования привычки правильного питания;
- формирования привычки соблюдения режима дня и личной гигиены;
- формирования умения бороться со стрессовыми ситуациями;
- формирования умения грамотно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;
- ведения активного спортивного образа жизни.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ**

В результате изучения курса у учащихся будут сформированы личностные, предметные и метапредметные результаты.

### *Личностные результаты*

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения курса внеурочной деятельности «Здорово быть здоровым». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере здорового

образа жизни, умения использовать ценности здоровьесбережения для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в сохранении здоровья.

*Личностные результаты должны отражать:*

- формирование ценностного отношения к своему здоровью;
- формирование способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за их результаты,
- формирование целеустремленности и настойчивости в достижении поставленных целей;
- формирование активной жизненной позиции и мотивации в отношении ведения здорового образа жизни.

*Предметные результаты*

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения курса внеурочной деятельности «Здоровый ребенок». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной, интеллектуальной и социальной деятельности, умениях творчески их применять при решении ежедневных задач, связанных с организацией и проведением занятий, направленных на формирование культуры здоровьесбережения.

*Предметные результаты должны отражать:*

- воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формирование культуры поведения в окружающей среде, т.е. гигиенической и генетической грамотности;
- овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни;
- формирование умения оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте ведения физически активного образа жизни в организации здорового образа жизни;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями;
- солнечно-земные связи как отражение общих связей в природе.

#### *Метапредметные результаты*

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания курса «Здорово быть здоровым», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса, так и в реальной повседневной жизни учащихся.

*Метапредметные результаты должны отражать:*

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять план деятельности;
- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической активности как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой;
- умение работать с учебной информацией (анализ, установление причинно-следственных связей);
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности;
- умение применять естественнонаучные знания для объяснения окружающих явлений, сохранения здоровья, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- умение с достаточной четкостью выражать свои мысли; проводить

опросы; проводить самооценку и взаимооценку; осуществлять презентацию результатов и публичные выступления.

**Методическое обеспечение** курса представлено комплектом системно выстроенных преемственных учебных пособий «Здоровый ребенок» для учащихся основной школы (5-9 кл.), рабочей программой курса.

Пособия обеспечивают реализацию содержания курса внеурочной деятельности «Здоровый ребенок», включают теоретические материалы, а также задания кейсового и практико-ориентированного характера, формируют личностные, коммуникативные, регулятивные, познавательные универсальные учебные действия имеют выраженную воспитательную и социально-педагогическую направленность, обеспечивают реализацию системно-деятельностного подхода. В процессе выполнения практических заданий учащиеся получают возможность выполнения заданий индивидуального и группового характеров, работу в паре с одноклассником или взрослым.

Важно помнить, что внеурочная деятельность требует иного подхода к организации образовательного процесса, оценке результатов деятельности его участников нежели урочная деятельность.

Данный курс рекомендуется для внеурочной деятельности на уровнях начального, основного и среднего общего образования.



## СОДЕРЖАНИЕ

Содержание, организационные формы реализации внеурочной деятельности данного курса «Здоровый ребенок» отвечают реализации основных принципов обучения: гуманности направленности (отношение педагога к обучающимся как к ответственным субъектам собственного развития), системности (обеспечение целостности, преемственности и взаимосвязи между основными компонентами организуемой деятельности, урочной и внеурочной деятельностью, всеми участниками внеурочной деятельности), вариативности (предоставление широкого спектра видов, форм, способов организации деятельности), добровольности (выбора обучающимися видов деятельности, возможность проявления инициативы и пр.), успешности и социальной значимости (направленной на формирование потребности в достижении результатов и пр.).

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровый ребенок» 6-7 кл.**

#### **Тема 1. Мал родился, а вырос – пригодился (6 часов)**

Сложный возраст. Что значит быть взрослым? Учимся понимать друг друга.

*Виды деятельности:* практические занятия, дискуссионные мероприятия, занятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

#### **Тема 2. Кто умён – тот силён! (10 часов)**

Развиваем свои способности. Интерес к делу и склонность к нему – это одно и то же? Творчество – уникальная человеческая способность.

Движение к достижениям. Преодолевая трудности в учёбе, постигаем свои возможности.

*Виды деятельности:* практические занятия, исследовательские мероприятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 3. Здоров в труде, а каков в еде? (7 часов)**

Наша сила в витаминах. Каждому нужен и обед и ужин. Секреты здорового питания.

*Виды деятельности:* практические занятия, лабораторно-исследовательские мероприятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 4. В здоровом теле – здоровый дух (11 часов)**

Развиваем основные физические качества. Осанка. Здоровье в порядке – спасибо зарядке. Закаляй своё тело с пользой для дела. Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.

*Виды деятельности:* интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, замеры собственной физической подготовленности, оценка результатов подготовки.

## **Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровый ребенок» 8-9 кл.**

**Тема 1. Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож (11 часов)**

Знакомство с собой. Встречают по одежке. Три правила красоты. Всегда ли наше впечатление о себе является правильным? Мы такие разные, и всё же. Как управлять эмоциями.

*Виды деятельности:* беседа, практикоориентированные занятия, тестирование, арт-технологии.

### **Тема 2. Всякому мудрецу ремесло к лицу (10 часов)**

Выбираем профессию. Создаем портфолио. Правильная мотивация-

залог успеха. Как подготовиться к ОГЭ.

*Виды деятельности:* практические занятия, выполнение профориентационных тестов, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 3. Каковы еда и питьё, таковы и житьё (15 часов)**

На что расходуется наша энергия. Восполняем энергозатраты. Значение воды для нашего организма. Выстраиваем гармоничный рацион питания. Выбираем свежие и полезные продукты. Правила здорового питания.

*Виды деятельности:* практические занятия, лабораторно-исследовательские мероприятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 4. Кто любит спорт, тот здоров и бодр (15 часов)**

Развиваем основные физические качества. Спорт в нашем городе. Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.

*Виды деятельности:* интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, замеры собственной физической подготовленности, оценка результатов подготовки.

## **ПРИМЕРНОЕ ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **Примерное тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Здоровый ребенок» для 6-9 классов**

Примерное тематическое планирование для уровня основного общего образования составлено из расчёта общей учебной нагрузки 34 часа в год; 1 час в неделю.

Распределение часов носит рекомендательный характер. Учитель может самостоятельно формировать учебный план на каждый год обучения.

При этом необходимо учитывать, что в течение одного года обучения должно быть уделено внимание каждой теме. Увеличение количества часов допустимо в пользу практико-ориентированных занятий.

### «Здоровый ребенок» 6-7 классы

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		
		всего	теория	практика
		<b>34</b>	<b>16</b>	<b>18</b>
<b>Тема 1. Мал родился, а вырос – пригодился</b>		<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
1	Сложный возраст	2	1	1
2	Что значит быть взрослым?	2	1	1
3	Учимся понимать друг друга	2	1	1
<b>Тема 2. Кто умён – тот силён!</b>		<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
4	Развиваем свои способности	2	1	1
5	Интерес к делу и склонность к нему – это одно и то же?	2	1	1
6	Творчество – уникальная человеческая способность	2	1	1
7	Движение к достижениям	2	1	1
8	Преодолевая трудности в учёбе, постигаем свои возможности	2	1	1
<b>Тема 3. Здоров в труде, а каков в еде?</b>		<b>7</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

9	Наша сила в витаминах	2	1	1
10	Каждому нужен и обед и ужин	2	1	1
11	Секреты здорового питания	3	1	2
<b>Тема 4. В здоровом теле – здоровый дух</b>		<b>11</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
12	Развиваем основные физические качества Спортивные игры.	2	1	1
13	Осанка. Спортивные игры.	2	1	1
14	Здоровье в порядке – спасибо зарядке Спортивные игры.	2	1	1
15	Закаляй своё тело с пользой для дела Спортивные игры.	3	1	2
16	Готовимся сдавать ГТО Спортивные игры.	2	1	1

## «Здоровый ребенок» 8-9 классы

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		
		всего	теория	практика
		<b>34</b>	<b>15</b>	<b>19</b>
<b>Тема 1. Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож</b>		<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
1	Знакомство с собой. Прогулка.	1	1	1
2	Встречают по одежке.	1		
3	Три правила красоты.	2	1	1
4	Всегда ли наше впечатление о себе является правильным?	1	1	
5	Мы такие разные, и всё же... Прогулка.	1		1
6	Как управлять эмоциями. Игры на свежем воздухе.	2	1	1
<b>Тема 2. Всякому мудрецу ремесло к лицу</b>		<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
7	Выбираем профессию	2	1	1
8	Создаем портфолио	2	1	1
9	Правильная мотивация – залог успеха.	2	1	1
10	Как подготовиться к ОГЭ	2	1	1

<b>Тема 3. Каковы еда и питье, таковы и жизнь</b>		<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
11	На что расходуется наша энергия. Восполняем энергозатраты.	2	1	1
13	Значение воды для нашего организма.	1	1	
14	Выстраиваем гармоничный рацион питания.	1	1	
15	Выбираем свежие и полезные продукты. Правила здорового питания.	2	1	1
<b>Тема 4. Кто любит спорт, тот здоров и бодр</b>		<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
17	Развиваем основные физические качества. Спортивные игры	4	1	3
18	Спорт в нашем селе. Спортивные игры.	4	1	3
19	Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.	4	1	3

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Наименования учебных материалов	Единица измерения	Количество
<b>Оборудование</b>		
Тренажеры Настольный теннис. Мячи. Скакалки.	Комплект	
<b>Учебно-наглядные пособия</b>		
Учебные пособия по первой помощи пострадавшим	Комплект	1
Учебный фильм по первой помощи	Шт.	1
Наглядные пособия (слайды, плакаты)	Комплект	1
<b>Технические средства обучения</b>		
Проектор	Шт.	1
Экран для демонстрации учебных фильмов	Шт.	1
Персональный компьютер (ноутбук)	Шт.	1



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

1. Федеральный закон Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
2. приказ Минздравсоцразвития России от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи»
3. «Все о первой помощи» - [www.allfirstaid.ru](http://www.allfirstaid.ru)
4. Памятка «Оказание первой помощи пострадавшим»  
<http://www.mchs.gov.ru>
5. «Российский Красный крест»
6. [www.redcross.ru](http://www.redcross.ru)

### Календарно-тематическое планирование для 6 класса «Здоровый ребенок- успешный ребенок»

34 ч

№	Дата	Наименование темы	Кол-во часов
1-2		<b>Мал родился, а вырос – пригодился.(6ч)</b> Сложный возраст. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	2
3-4		Что значит быть взрослым? Прогулка.	2
5-6		Учимся понимать друг друга. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	2
7-8		<b>Кто умен - тот силен!(10ч)</b> Развиваем свои способности.	2
9-10		Интерес к делу и склонность к нему- это одно и то же?	2
11-12		Творчество-уникальная человеческая способность.	2
13-14		Движение к достижениям. Спортивные игры.	2

15-16		Преодолевая трудности в учебе, постигаем свои возможности. Спортивные игры.	2
17-18		<b>Здоров в труде, а каков в еде?(7ч)</b> Наша сила в витаминах.	2
19-20		Каждому нужен и обед и ужин.	2
21-23		Секреты здорового питания.	3
24-25		<b>В здоровом теле- здоровый дух (11ч)</b> Развиваем основные физические качества. Спортивные игры.	2
26-27		Осанка. Спортивные игры.	2
28-29		Здоровье в порядке - спасибо зарядке. Спортивные игры.	2
30-32		Закаляй свое тело с пользой для дела. Спортивные игры.	3
33-34		Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.	2

### Календарно-тематическое планирование для 7 класса

#### «Здоровый ребенок-успешный ребенок»

34 ч

№	Дата	Наименование темы	Кол-во часов
1-2		<b>Мал родился, а вырос – пригодился.(6ч)</b> Сложный возраст. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	2
3-4		Что значит быть взрослым? Прогулка.	2
5-6		Учимся понимать друг друга. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	2
7-8		<b>Кто умен - тот силен!(10ч)</b> Развиваем свои способности.	2
9-10		Интерес к делу и склонность к нему- это одно и то же?	2
11-12		Творчество-уникальная человеческая	2

		способность.	
13-14		Движение к достижениям. Спортивные игры.	2
15-16		Преодолевая трудности в учебе, постигаем свои возможности. Спортивные игры.	2
17-18		<b>Здоров в труде, а каков в еде?(7ч)</b> Наша сила в витаминах.	2
19-20		Каждому нужен и обед и ужин.	2
21-23		Секреты здорового питания.	3
24-25		<b>В здоровом теле- здоровый дух (11ч)</b> Развиваем основные физические качества. Спортивные игры.	2
26-27		Осанка. Спортивные игры.	2
28-29		Здоровье в порядке - спасибо зарядке. Спортивные игры.	2
30-32		Закаляй свое тело с пользой для дела. Спортивные игры.	3
33-34		Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.	2

### Календарно-тематическое планирование для 8 класса

#### «Здоровый ребенок- успешный ребенок»

34 ч

№	Дата	Наименование темы	Кол-во часов
1		<b>Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож.(8ч)</b> Знакомство с собой. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	1
2		Встречают по одежке.	1
3-4		Три правила красоты. Прогулка.	2
5		Всегда ли наше впечатление о себе является правильным?	1
6		Мы такие разные, и все же... Прогулка.	1
7-8		Как управлять эмоциями. Игры на свежем воздухе.	2
		<b>Всякому мудрецу ремесло к лицу(8ч)</b>	

9-10		Выбираем профессию.	2
11-12		Создаем портфолио.	2
13-14		Правильная мотивация-залог успеха. Спортивные игры.	2
15-16		Как подготовиться к ОГЭ.	2
17-18		<b>Каковы еда и питьё, таковы и житьё(6ч)</b> На что расходуется наша энергия. Восполняем энергозатраты.	2
19		Значение воды для нашего организма.	1
20		Выстраиваем гармоничный рацион питания.	1
21-22		Выбираем свежие и полезные продукты. Правила здорового питания.	2
23-26		<b>Кто любит спорт, тот здоров и бодр.(12ч)</b> Развиваем основные физические качества. Спортивные игры.	4
27-30		Спорт в нашем селе.. Спортивные игры.	4
31-34		Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.	4

**Календарно-тематическое планирование для 9 класса**  
**«Здоровый ребенок-успешный ребенок»**

34 ч

№	Дата	Наименование темы	Кол-во часов
1		<b>Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож.(8ч)</b> Знакомство с собой. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	1
2		Встречают по одежке.	1
3-4		Три правила красоты. Прогулка.	2
5		Всегда ли наше впечатление о себе является правильным?	1
6		Мы такие разные, и все же... Прогулка.	1
7-8		Как управлять эмоциями. Игры на свежем	2

		воздухе.	
		<b>Всякому мудрецу ремесло к лицу(8ч)</b>	
9-10		Выбираем профессию.	2
11-12		Создаем портфолио.	2
13-14		Правильная мотивация-залог успеха. Спортивные игры.	2
15-16		Как подготовиться к ОГЭ.	2
		<b>Каковы еда и питьё, таковы и житьё(6ч)</b>	
17-18		На что расходуется наша энергия. Восполняем энергозатраты.	2
19		Значение воды для нашего организма.	1
20		Выстраиваем гармоничный рацион питания.	1
21-22		Выбираем свежие и полезные продукты. Правила здорового питания.	2
23-26		<b>Кто любит спорт, тот здоров и бодр.(12ч)</b> Развиваем основные физические качества. Спортивные игры.	4
27-30		Спорт в нашем селе.. Спортивные игры.	4
31-34		Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.	4

### Календарно-тематическое планирование для 9 класса

#### «Здоровый ребенок-успешный ребенок»

34 ч

№	Дата	Наименование темы	Кол-во часов
1		<b>Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож.(8ч)</b> Знакомство с собой. Прогулка. Игры на свежем воздухе.	1
2		Встречают по одежке.	1
3-4		Три правила красоты. Прогулка.	2
5		Всегда ли наше впечатление о себе является правильным?	1

6		Мы такие разные, и все же... Прогулка.	1
7-8		Как управлять эмоциями. Игры на свежем воздухе.	2
		<b>Всякому мудрецу ремесло к лицу(8ч)</b>	
9-10		Выбираем профессию.	2
11-12		Создаем портфолио.	2
13-14		Правильная мотивация-залог успеха. Спортивные игры.	2
15-16		Как подготовиться к ОГЭ.	2
		<b>Каковы еда и питьё, таковы и житьё(6ч)</b>	
17-18		На что расходуется наша энергия. Восполняем энергозатраты.	2
19		Значение воды для нашего организма.	1
20		Выстраиваем гармоничный рацион питания.	1
21-22		Выбираем свежие и полезные продукты. Правила здорового питания.	2
23-26		<b>Кто любит спорт, тот здоров и бодр.(12ч)</b> Развиваем основные физические качества. Спортивные игры.	4
27-30		Спорт в нашем селе.. Спортивные игры.	4
31-34		Готовимся сдавать ГТО. Спортивные игры.	4

