

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НАУКИ
И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ
(КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № Г. АРМАВИРА**

Утверждено
решением педсовета
от «30» августа 2022 года
протокол №1
Председатель педсовета
С.А.Баляева



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
ФГОС 2.2**

По курсу	спортивный час
Уровень образования (класс):	основное общее, 5-10 классы
Количество часов	204 часа
Составитель	Кривоспицкая И.В.

Рабочая программа разработана на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287;

Примерной адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с нарушениями слуха (одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22).

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивный час» составлена на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287);
- Примерной адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с нарушениями слуха (одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22).

Курс «Спортивный час» направлен на усвоение слабослышащими и позднооглохшими обучающимися необходимости ответственного и бережного отношения к своему здоровью, а также на передачу им соответствующих знаний и формирование умений о способах поддержания хорошего физического состояния организма, оптимального уровня двигательных способностей и крепкого здоровья.

Программа базируется на национальных ценностях российского общества – ценности здорового и безопасного образа жизни, труда и творчества, социальной солидарности. Программа способствует воспитанию гражданина России, осознающего ответственность за свое здоровье, а также за здоровье окружающих.

Программа предполагает достижение у слабослышащих и позднооглохших обучающихся устойчивого представления о важности здорового образа жизни, спорта и ответственного отношения к своему физическому состоянию.

Программа способствует сохранению и укреплению физического, психологического и социального здоровья у слабослышащих и позднооглохших обучающихся, обеспечению их готовности к самостоятельному определению жизненных планов, развитию своих физических способностей, поддержанию адекватной самооценки.

Большое внимание уделяется формированию социальной самоидентификации слабослышащих и позднооглохших обучающихся в условиях лично значимой и общественно полезной деятельности, адекватной самооценки, самоуважения, способов самореализации. Программой предусматривается формирование у слабослышащих и позднооглохших обучающихся личностных качеств, необходимых для ответственного поведения в обществе с учетом общепринятых норм взаимодействия посредством усвоения необходимости освоения моделей взаимодействия в спортивных играх.

Программа предполагает формирование у слабослышащих и позднооглохших обучающихся мотивации к занятиям спортом и

внимательному отношению к своему физическому состоянию, а также к заботе о своем здоровье.

В Программе уделяется внимание осознанию у слабослышащих и позднооглохших обучающимися ценности здорового и безопасного образа жизни, в том числе, формированию установки на систематические занятия физической культурой и спортом (с учетом ограничений, вызванных нарушением слуха), готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей, а также индивидуального рациона здорового питания, овладению современными оздоровительными технологиями, личной гигиене. У слабослышащих и позднооглохших обучающихся формируется готовность к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, сознательное отрицательное отношение к употреблению наркотиков и других психоактивных веществ, алкоголю и табакокурению; они учатся противостоять различным угрозам жизни и здоровью людей, в том числе, экологическим и транспортным, с учетом собственных возможностей и ограничений здоровья, осуществлять профилактику распространения инфекционных заболеваний.

Программа внеурочной деятельности «Спортивный час» тесно связана с предметами средней и старшей школы, гармонизируя интеллектуальную и физическую составляющую развития культуры слабослышащих и позднооглохших обучающихся на данном этапе обучения.

Соблюдение всех положений программы позволит получить полные и всесторонние знания и умения о поддержании крепкого здоровья и надлежащего физического развития, которые необходимы слабослышащим и позднооглохшим обучающимся на этапе обучения в средней и старшей школе.

Цель и задачи программы.

Целью реализации курса внеурочной деятельности «Спортивный час» является усвоение слабослышащими и позднооглохшими обучающимися основ физической культуры, складывающихся из знаний о поддержании хорошего физического состояния организма, оптимального уровня двигательных способностей и крепкого здоровья, а также всестороннее развитие личности и формирование предпосылок для успешной учебной, бытовой, семейной и социальной адаптации обучающихся к реальным условиям жизни в обществе.

Достижение цели, поставленной при разработке и реализации курса «Спортивный час», обуславливает необходимость решения следующих **задач:**

- обеспечение доступности для слабослышащих и позднооглохших обучающихся основных видов деятельности, предусмотренных программой курса, с учётом особых образовательных потребностей, индивидуальных особенностей и возможностей глухих обучающихся;

- формирование общей культуры личности, складывающейся в том числе из физической, экологической культуры в гармонии с навыками безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни;
- приобретение предусмотренных программой курса навыков и целевых установок в контексте общественных, государственных, личностных и семейных потребностей;
- формирование самостоятельности глухих обучающихся, обретение ими понимания необходимости самообразования и саморазвития в области физической культуры;
- обеспечение усвоения слабослышащих и позднооглохших обучающимися базовых знаний о здоровом и безопасном образе жизни в современном обществе.

2. Общая характеристика курса.

Программа имеет высокую актуальность и отражает важные вопросы, связанные с поддержанием у обучающихся знаний об основах здорового образа жизни и физической культуры. Её назначение в совокупности с остальными курсами состоит в выработке устойчивого представления о необходимости уделять повышенное внимание своему здоровью, а также на регулярной основе интересоваться различными методами и способами его сохранения.

Полноценное развитие слабослышащих и позднооглохших обучающихся невозможно без адаптивного физического воспитания. Дополнительной формой реализации адаптивного физического воспитания являются занятия в рамках спортивного часа, которые обеспечивают необходимый уровень физического развития и коррекцию отклонений в двигательной сфере.

Коррекционная направленность на занятиях по спортивному часу дает возможность в значительной степени компенсировать двигательные нарушения у слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

3. Описание курса в учебном плане.

Согласно учебному плану ГКОУ школы-интерната № 2 г. Армавира курс внеурочной деятельности «Спортивный час» глухие обучающиеся изучают в течение шести лет в 5-10 классах. Общее число часов за 6 лет основной школы составляет 204 часа: 34 часа в год, 1 час в неделю.

4. Ценностные ориентиры содержания курса.

Изучение курса вносит значительный вклад в достижение главных целей основного общего образования, способствуя:

- *формированию целостного мировоззрения*, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики за счет развития представлений о месте физической культуры и спорта в жизни человека как о неотъемлемой составляющей общей культуры человека;

- совершенствованию общеучебных и общекультурных навыков работы и взаимодействия в процессе получения знаний о различных спортивных играх и усвоения их правил, а также в ходе самостоятельного исследования различных вариантов поддержания здоровья на удовлетворительном уровне.
- воспитанию ответственного отношения к здоровью и физическому состоянию.

–

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Личностные результаты:

У слабослышащих и позднооглохших обучающихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников и воспитателей;
- желание получать новые знания о спортивно-оздоровительных занятиях и процедурах, а также потребность применять знания на практике;
- учебно-познавательный интерес к физической культуре и спорту.

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся получат возможность для формирования:

- понимания необходимости занятий физической культурой и ведения здорового образа жизни;
- понимания причинно-следственных связей между заботой о здоровье и физическим самочувствием;
- устойчивых мотивов к выполнению действий, направленных на совершенствование физического состояния.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся научатся:

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

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся получат возможность для формирования:

- самостоятельно ставить учебные задачи;
- проявлять инициативу в организации деятельности по укреплению здоровья.

Познавательные:

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся научатся:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

- проявлять индивидуальные творческие, интеллектуальные и физические способности;
- самостоятельно организовывать деятельность по подготовке простых оздоровительных и укрепляющих упражнений.

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся обучающихся получат возможность для формирования:

- самостоятельной способности осуществления выбора наиболее подходящей нагрузки с учётом их индивидуальных потребностей и возможностей здоровья;
- навыка расширенного поиска информации о здоровом образе жизни с использованием различных ресурсов.

Коммуникативные:

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся научатся:

- использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства общения; строить монологические сообщения, владеть диалогической формой коммуникации при контактах, связанных с осуществлением спортивно-оздоровительной деятельности;
- работать в группе или команде; учитывать мнения одноклассников, отличные от собственных;
- договариваться и приходить к общему решению;
- осуществлять взаимный контроль.

Слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся получат возможность для формирования:

- учитывать интересы группы и отдельных её составных единиц;
- понимать относительность мнений и подходов к осуществлению одинаковых действий;
- принимать различия в физических возможностях разных членов команды и принимать общие решения в соответствии с таким пониманием.

Предметные результаты:

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

6. Содержание учебного курса.

5 класс

Раздел «Подвижные игры» - 22 часа.

Игра «Ручеёк»; игра с мячом «Выбивной»; игра «Обведи мяч вокруг кегли», футбол; игра «Полоса препятствий»; игра «Колесница»; игра «Ловкие лягушки»; игра «Догонялки»; игра «Салки»; игра «Настольные игры: шашки, шахматы»; сюжетно-ролевая игра «Больница»; игра «Попади снежком в цель»; зимние игры со снегом «Строим снежную крепость»; соревнование

«Прыгни дальше»; соревнование «Три прыжка»; игра с мячом «Пионербол», эстафета «Передай мяч»; метание мяча в цель; «Весёлая эстафета» соревнование «Попади в обруч»; игра «Охотник и зайцы»; волейбол.

Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни» - 12 часов.

Беседа «Здоровье и здоровый образ жизни» ; беседа «Правильное питание – залог здоровья»; беседа «Влияние окружающей среды на здоровье человека»; беседа «Витамины - наши друзья и помощники»; беседа «Сон и его значение для здоровья человека» ; беседа «Как уберечь себя от беды. Травмы дома и в школе»; беседа «Компьютер — друг или враг?» ; беседа «Олимпийские виды спорта»; беседа «Спорт — альтернатива вредным привычкам»; беседа «Природа – источник здоровья»; беседа «Первая помощь при укусах насекомых, клещей, змей. Создание памяток: «Осторожно клещи!»; беседа «Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение».

6 класс

Раздел «Подвижные игры» - 22 часа

Разучиваем спортивные игры; соревнование «Весёлые старты»; игра «Обведи мяч вокруг кегли»; игра в теннис; игра в баскетбол; игра в футбол; зимние игры ; настольные игры (шашки и шахматы); игра «Салки»; соревнование «Три прыжка»; Сюжетно-ролевая игра «Больница»; игра «Попади снежком в цель» ; зимние игры со снегом. Строим снежную крепость; соревнование «Прыгни дальше»;соревнование «Весёлые старты»; соревнование «Попади в обруч»; эстафета «Передай мяч»; метание мяча в цель; «Весёлая эстафета»; игра с мячом «Пионербол»; игра с мячом «Выбивной» ; игра «Полоса препятствий».

Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни» - 12 часов.

Беседа «Соблюдение режима дня школьника - основа здоровья»; беседа «Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении»; беседа «Быть красивым, значит быть здоровым. Гигиена тела, уход за кожей»; беседа «Меры профилактики кишечных инфекций»; беседа «Как сохранить 32 жемчужины»; беседа «Влияние вредных привычек на организм подростка»; беседа «Правильное питание – залог здоровья»; беседа «Польза рыбы и рыбных продуктов»; беседа «Оказание первой медицинской помощи при ушибах» ; беседа «Как беречь зрение. Простые советы по сохранению зрения»; беседа «Тренировка памяти. Память и обучение»; беседа «Дружба юношей и девушек».

7 класс

Раздел «Подвижные игры» - 22 часа .

Игра в футбол ; игра в баскетбол; игра в теннис; игра в пионербол; игра в волейбол; игра в футбол; настольная игра «Шахматы»; настольная игра «Шашки»; турнир по настольным спортивным играм (шахматы и шашки); зимние игры; игра «Попади снежком в цель»; «Зимние игры со снегом. Лепим снеговика»; эстафета с кеглями; салки со снежками; соревнование «Весёлые старты»; соревнование «Попади в обруч»; «Веселая эстафета»;

метание мяча в цель; игра в теннис; игра с мячом «Пионербол» ; футбол ; «Весёлые старты».

Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни» - 12 часов.

Беседа «Регулярность питания»; беседа «Осанка, походка, все то, что тебя сделает здоровым и красивым»; беседа «Влияние никотина на организм человека»; беседа «Уход за кожей лица. Типы кожи»; беседа «Оказание первой медицинской помощи при вывихах, растяжениях»; беседа «Сон - залог здоровья, долголетия и красоты. Доказано наукой»; беседа «Как правильно ухаживать за зубами: полезные советы»; беседа «Влияние компьютерных игр на психику и поведение человека»; беседа «Физические особенности развития мальчика и девочки»; беседа «Первая помощь при ссадинах и порезах»; беседа «Профилактика инфекционных и простудных заболеваний»; беседа «Уход за ногами. Как бороться с мозолями».

8 класс

Раздел «Подвижные игры» - 22 часа .

День здоровья. Разучиваем новые и вспоминаем ранее изученные спортивные игры; настольные игры (шашки и шахматы); игра-соревнование «Волейбол»; игра-соревнование «Футбол»; игра-соревнование «Баскетбол» ; «Весёлые старты»; игра-соревнование «Теннис» ; игра «Бадминтон»; зимние игры со снегом. Строим снежную крепость; Зимние игры; игра «Попади снежком в цель»; зимние игры со снегом. Лепим снеговика; соревнования по настольным играм. Шашки , шахматы; салки со снежками; «Весёлая эстафета»; игры-догонялки; игра «Мяч об землю»; метание мяча в цель; прыжки в длину; прыжки с мячом ; баскетбол; игра «Выбивной».

Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни» - 12 часов.

Беседа «Правильное питание и возраст. Режим дня школьника»; беседа «Определение доброкачественности продуктов»; беседа «Полезные и вредные пищевые добавки»; беседа «Здоровье и позитивное планирование жизни»; беседа «Проблемы подросткового возраста. Как с ними бороться?»; беседа «Как правильно ухаживать за зубами: полезные советы»; беседа «Бережем глаза. Правила для хорошего зрения»; беседа «Здоровый образ жизни и профилактика утомления»; беседа «Мифы о пользе алкоголя»; беседа «Виртуальные миры или влияние онлайн-игр на психику человека»; беседа «Сотовый телефон: польза и вред»; беседа «Ранние половые связи и их последствия».

9 класс

Раздел «Подвижные игры» - 22 часа .

Спортивный час «День здоровья»; спортивный час «Разучиваем спортивные игры»; «Веселые старты»; спортивная эстафета «Спортландия»; игра-соревнование «Волейбол»; игра-соревнование «Футбол»; «Баскетбол» ; игра-соревнование «Теннис»; спортивный час «А, ну-ка, мальчишки!»; соревнование «Три прыжка»; игра «Попади снежком в цель»; соревнования по настольным играм. Шашки , шахматы; игра «Обведи мяч вокруг кегли»;

салки со снежками; эстафета с кеглями; пионербол; прыжки в длину; волейбол; баскетбол; прыжки с мячом; игры-соревнования с мячом; футбол.

Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни» - 12 часов.

Беседа «Режим дня школьника- залог здоровья»; беседа «Береги честь смолоду» (половое воспитание); беседа «Пивной алкоголизм-это опасно!»; беседа «Косметика- вред или польза»; беседа «Косметика- вред или польза»; беседа «Кто курит, тот жизнь свою губит! Хочешь ли ты сохранить свое здоровье?»; беседа «Что ты должен знать о СПИД, ВИЧ»; беседа «Беспечность, приводящая к болезни, смерти»; беседа «Не все вкусно, что полезно и не все полезно, что вкусно»; беседа «Оказание доврачебной помощи при сотрясении мозга, переломе, кровотечении»; беседа «Какую воду ты пьешь?»; беседа «Профилактика вредных привычек. Ты уже взрослый. Ты в ответе за свою жизнь».

10 класс

Раздел «Подвижные игры» - 22 часа .

Футбол; волейбол; пионербол; теннис; бадминтон; баскетбол; эстафета; соревнование «Попади в обруч»; соревнование «Три прыжка»; игра «Полоса препятствий»; Игра «Мяч об землю»; соревнования по настольным играм. Шашки, шахматы; игра «Обведи мяч вокруг кегли»; салки со снежками; эстафета с кеглями; пионербол; пионербол; волейбол; волейбол; баскетбол; баскетбол; турнир по играм с мячом.

Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни» - 12 часов.

Беседа «Правила личной гигиены»; беседа «Золотые правила рационального сбалансированного питания»; беседа «Полезные и вредные продукты для ПП»; беседа «Зависимость здоровья человека от окружающей среды»; беседа «Олимпийские и паралимпийские чемпионы Кубани»; беседа «Здоровый сон: влияние на красоту и самочувствие человека»; беседа «Образ жизни и здоровье человека. Опасности спорта»; беседа «Как бытовая химия влияет на здоровье человека»; беседа «Как избежать болезненных последствий любви»; беседа «Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье»; беседа «Экзамены без стресса».

7. Тематическое планирование курса.

№	Разделы	Кол-во часов
5 класс		
1.	Подвижные игры.	22
2.	Беседы об основах здорового образа жизни.	12
6 класс		
3.	Подвижные игры.	22
4.	Беседы об основах здорового образа жизни.	12
7 класс		

5.	Подвижные игры.	22
6.	Беседы об основах здорового образа жизни.	12
8 класс		
7.	Подвижные игры.	22
8.	Беседы об основах здорового образа жизни.	12
9 класс		
9.	Подвижные игры.	22
10.	Беседы об основах здорового образа жизни.	12
10 класс		
11.	Подвижные игры.	22
12.	Беседы об основах здорового образа жизни.	12

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
5 класс			
Раздел «Подвижные игры»			
1.	Игра «Ручеёк»	1	Приобретают знания о народных играх, учатся уважительно относиться к традициям русской культуры и культур других народов. Приобретают способность усваивать правила различных игр через разнообразный речевой материал.
2.	Игра с мячом «Выбивной»	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
3.	Игра «Обведи мяч вокруг кегли»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
4.	Футбол	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, а также следовать им, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
5.	Игра «Полоса препятствий»	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
6.	Игра «Колесница»	1	Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое

			состояние человека.
7.	Игра «Ловкие лягушки»	1	Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
8.	Игра «Догонялки»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
9.	Игра «Салки»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
10.	Игра «Настольные игры: шашки, шахматы»	1	Информируются о шашках и шахматах как об играх, развивающих разум и содержащих в себе правила спортивной этики.
11.	Сюжетно-ролевая игра «Больница»	1	Осваивают новый речевой материал, а также получают навыки его практического использования в быту и при коммуникации с внешней средой.
12.	Игра «Попади снежком в цель»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
13.	«Зимние игры со снегом. Строим снежную крепость»	1	Учатся уважительно относиться к культуре русского и других народов через познание их сезонных забав и традиций. Формируют дружественное отношение к одноклассникам в ходе выполнения общего дела. Упрочняют навыки и желание контактировать, общаться и сотрудничать с другими людьми при выполнении задания.
14.	Соревнование «Прыгни дальше»	1	Тренируют ловкость и координацию.
15.	Соревнование «Три прыжка»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
16.	Игра с мячом «Пионербол»	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
17.	Эстафета «Передай мяч»	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и приходиться к общему решению бесконфликтным путём.
18.	Метание мяча в цель	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих

			движений.
19.	«Весёлая эстафета»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений как на личностном, так и на групповом уровнях.
20.	Соревнование «Попади в обруч»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
21.	Игра «Охотник и зайцы»	1	Приобретают способность усваивать правила спортивных игр; развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
22.	Волейбол	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни»			
1.	Беседа «Здоровье и здоровый образ жизни»	1	Расширяют словарный запас в сфере здоровья и здорового образа жизни. Приобретают устойчивое стремление к самостоятельной деятельности по укреплению собственного здоровья и физического состояния.
2.	Беседа «Правильное питание – залог здоровья»	1	Формируют представления о правильной культуре питания; устойчивые представления о необходимости потребления правильных продуктов и внимательного отношения к рациону. Усваивают новые понятия и речевые конструкции.
3.	Беседа «Влияние окружающей среды на здоровье человека»	1	Осваивают новый речевой материал по теме беседы. Формируют базовые представления об экологической культуре и взаимосвязи здоровья человека и экологии.
4.	Беседа «Витамины - наши друзья и помощники»	1	Обогащают словарный запас. Получают базовые знания о витаминах и их значении для здоровья.
5.	Беседа «Сон и его значение для здоровья человека»	1	Обогащают словарный запас. Формируют устойчивое понимание значения соблюдения правильного режима дня; получают и обсуждают информацию о роли сна, а также о медицинских рекомендациях по подготовке ко сну.
6.	Беседа «Как уберечь себя от беды. Травмы дома и в школе»	1	Расширяют словарный запас; осознают необходимость осмотрительного отношения к опасностям окружающей среды.
7.	Беседа «Компьютер — друг или враг?»	1	Обогащают словарный запас. Развивают навыки участия в дискуссии. Осваивают базовые принципы обращения с компьютером, позволяющие сохранить здоровье.
8.	Беседа «Олимпийские виды	1	Осваивают новый и закрепляют ранее изученный речевой материал. Информированы

	спорта»		об олимпийском движении, формируют интерес к спорту и спортивным событиям.
9.	Беседа «Спорт — альтернатива вредным привычкам»	1	Закрепляют изученный ранее речевой материал, совершенствуют навыки участия в дискуссии; формируют устойчивое стремление вести здоровый образ жизни.
10.	Беседа «Природа – источник здоровья»	1	Обогащают словарный запас. Практикуются в применении ранее изученного речевого материала. Формируют понимание необходимости бережного отношения к природе, а также желание принимать активное участие в защите окружающей среды и заботе о ней.
11.	Беседа «Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение»	1	Расширяют словарный запас; закрепляют ранее изученный речевой материал. Информированы о пользе хорошего настроения для здоровья человека, а также о способах его поддержания.
12.	Беседа «Первая помощь при укусах насекомых, клещей, змей. Создание памяток: «Осторожно клещи!»	1	Расширяют словарный запас. Выполняют творческое задание с элементами самостоятельного поиска информации о превентивных мерах защиты от клещей и других насекомых. Информированы о понятии и основах первой помощи.
№	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
6 класс			
Раздел «Подвижные игры»			
1.	Разучиваем спортивные игры	1	Приобретают знания о народных играх, учатся уважительно относиться к традициям русской культуры и культур других народов. Приобретают способность усваивать правила различных игр через разнообразный речевой материал. Усваивают основные понятия, используемые в таких играх как бадминтон, классики, боулинг.
2.	Соревнование «Весёлые старты»	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
3.	Игра «Обведи мяч вокруг кегли»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
4.	Игра в теннис	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, а также следовать им, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.

5.	Игра в баскетбол	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
6.	Игра в футбол	1	Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
7.	Зимние игры	1	Вспоминают о сезонных играх. Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
8.	Настольные игры (шашки и шахматы)	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют интеллектуальные спортивные игры и их особенности.
9.	Игра «Салки»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
10.	Соревнование «Три прыжка»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
11.	Сюжетно-ролевая игра «Больница»	1	Осваивают новый речевой материал, а также получают навыки его практического использования в быту и при коммуникации с внешней средой.
12.	Игра «Попади снежком в цель»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
13.	«Зимние игры со снегом. Строим снежную крепость»	1	Учатся уважительно относиться к культуре русского и других народов через познание их сезонных забав и традиций. Формируют дружественное отношение к одноклассникам в ходе выполнения общего дела. Упрочняют навыки и желание контактировать, общаться и сотрудничать с другими людьми при выполнении задания.
14.	Соревнование «Прыгни дальше»	1	Тренируют ловкость и координацию.
15.	Соревнование «Весёлые старты»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают

			понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
16	Соревнование «Попади в обруч»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
17	Эстафета «Передай мяч»	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и приходить к общему решению бесконфликтным путём.
18	Метание мяча в цель	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
19	«Весёлая эстафета»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений как на личностном, так и на групповом уровнях.
20	Игра с мячом «Пионербол»	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
21	Игра с мячом «Выбивной»	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
22	Игра «Полоса препятствий»	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни»			
1.	Беседа «Соблюдение режима дня школьника - основа здоровья»	1	Расширяют словарный запас в сфере здоровья и здорового образа жизни. Формируют представление о важности соблюдения режима дня для поддержания своего здоровья.
2.	Беседа «Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении»	1	Знакомятся с новым речевым материалом в области оказания первой помощи. Получают базовые знания о правилах поведения в ситуации необходимости оказания посильной медицинской помощи.
3.	Беседа «Быть красивым, значит быть здоровым. Гигиена тела, уход за кожей»	1	Осваивают новый речевой материал по теме беседы. Формируют базовое представления о взаимосвязи гигиены и общего здоровья человека.
4.	Беседа «Меры профилактики кишечных инфекций»	1	Обогащают словарный запас. Приобретают знания о необходимости соблюдения определённых мер по предупреждению заболеваний кишечника.

5.	Беседа «Как сохранить 32 жемчужины»	1	Обогащают словарный запас. Формируют устойчивое понимание значения соблюдения гигиены полости рта.
6.	Беседа «Влияние вредных привычек на организм подростка»	1	Расширяют словарный запас; осознают необходимость избегать вредные привычки и бороться с ними.
7.	Беседа «Правильное питание – залог здоровья»	1	Обогащают словарный запас. Развивают навыки участия в дискуссии. Осваивают базовые принципы самостоятельного составления рациона питания. Формируют представление о необходимости осознанного подхода к выбору продуктов.
8.	Беседа «Польза рыбы и рыбных продуктов»	1	Осваивают новый и закрепляют ранее изученный речевой материал. Информированы о пользе рыбы как продукта питания и неотъемлемой части рациона человека.
9.	Беседа «Оказание первой медицинской помощи при ушибах»	1	Закрепляют изученный ранее речевой материал, совершенствуют навыки участия в дискуссии; приобретают знания об оказании первой помощи при ушибах.
10.	Беседа «Как беречь зрение. Простые советы по сохранению зрения»	1	Обогащают словарный запас. Практикуются в применении ранее изученного речевого материала. Формируют понимание необходимости бережного отношения к своему зрению.
11.	Беседа «Тренировка памяти. Память и обучение»	1	Получают знания о некоторых способах тренировки памяти. Выполняют тренировочные задания.
12.	Беседа «Дружба юношей и девушек»	1	Информируются о нормах поведения, сформированных и принимаемых обществом. Закладываются нравственные установки и формируется здоровое отношение к рассматриваемому формату коммуникаций между людьми.

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
7 класс			
Раздел «Подвижные игры»			
1.	Игра в футбол	1	Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
2.	Игра в баскетбол	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
3.	Игра в теннис	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных

			подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
4.	Игра в пионербол	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, а также следовать им, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
5.	Игра в волейбол	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
6.	Игра в футбол	1	Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
7.	Настольная игра «Шахматы»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют интеллектуальные спортивные игры и их особенности.
8.	Настольная игра «Шашки»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют интеллектуальные спортивные игры и их особенности.
9.	Турнир по настольным спортивным играм (шахматы и шашки)	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
10.	Зимние игры	1	Вспоминают о сезонных играх. Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
11.	Игра «Попади снежком в цель»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
12.	«Зимние игры со снегом. Лепим снеговика»	1	Учатся уважительно относиться к культуре русского и других народов через познание их сезонных забав и традиций. Формируют дружественное отношение к одноклассникам в ходе выполнения общего дела. Упрочняют навыки и желание контактировать, общаться и сотрудничать с другими людьми при выполнении задания.
13.	Эстафета с кеглями	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и

			приходить к общему решению бесконфликтным путём.
14.	Салки со снежками	1	Тренируют весь комплекс физических характеристик. Формируют доброжелательное отношение к одноклассникам.
15.	Соревнование «Весёлые старты»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
16.	Соревнование «Попади в обруч»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
17.	«Веселая эстафета»	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и приходить к общему решению бесконфликтным путём.
18.	Метание мяча в цель	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
19.	Игра в теннис	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
20.	Игра с мячом «Пионербол»	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
21.	Футбол	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
22.	«Весёлые старты»	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни»			
1.	Беседа «Регулярность питания»	1	Вспоминают основы правильного составления рациона, усваивают основные принципы регулярности питания.
2.	Беседа «Осанка, походка, все то, что тебя сделает здоровым и красивым»	1	Знакомятся с новым речевым материалом. Информировуются о важности внимательного отношения к осанке и здоровью позвоночника.
3.	Беседа «Влияние	1	Осваивают новый речевой материал по теме

	никотина на организм человека»		беседы. Формируют негативное отношение к никотину и вредным привычкам. Практикуют навыки участия в дискуссии.
4.	Беседа «Уход за кожей лица. Типы кожи»	1	Обогащают словарный запас. Приобретают знания о необходимости соблюдения определённых мер по предупреждению заболеваний кожи.
5.	Беседа «Оказание первой медицинской помощи при вывихах, растяжениях»	1	Приобретают знания об оказании помощи при вывихах и растяжениях.
6.	Беседа «Сон - залог здоровья, долголетия и красоты. Доказано наукой»	1	Закрепляют представление о важной роли сна для здоровья, физической и интеллектуальной жизнедеятельности человека.
7.	Беседа «Как правильно ухаживать за зубами: полезные советы»	1	Обогащают словарный запас. Развивают навыки участия в дискуссии. Осваивают базовые навыки ухода за полостью рта.
8.	Беседа «Влияние компьютерных игр на психику и поведение человека»	1	Осваивают новый и закрепляют ранее изученный речевой материал. Информированы о необходимости ответственного отношения к планированию досуга.
9.	Беседа «Физические особенности развития мальчика и девочки»	1	Закрепляют изученный ранее речевой материал, совершенствуют навыки участия в дискуссии; приобретают знания об особенностях развития мужского и женского организма в целях формирования стремления к грамотному планированию физической нагрузки.
10.	Беседа «Первая помощь при ссадинах и порезах»	1	Обогащают словарный запас. Практикуются в применении ранее изученного речевого материала. Получают знания о первой помощи при ссадинах и порезах. Суммируют общие знания о первой помощи, полученные ранее.
11.	Беседа «Профилактика инфекционных и простудных заболеваний»	1	Получают знания о средствах профилактики инфекционных и простудных заболеваний. Информированы о причинах, их вызывающих, а также о возможностях предотвращения негативных последствий таких заболеваний (осложнений).
12.	Беседа «Уход за ногами. Как бороться с мозолями»	1	Получают знания о здоровье ног и отличительных способах ухода за кожей в данной области.

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
8 класс			
Раздел «Подвижные игры»			
1.	День здоровья. Разучиваем новые и вспоминаем ранее изученные спортивные игры.	1	Приобретают знания о народных играх, учатся уважительно относиться к традициям русской культуры и культур других народов. Приобретают способность усваивать правила различных игр через разнообразный речевой материал.
2.	Настольные игры (шашки и шахматы)	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют интеллектуальные спортивные игры и их особенности.
3.	Игра-соревнование «Волейбол»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
4.	Игра-соревнование «Футбол»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
5.	Игра-соревнование «Баскетбол»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
6.	«Весёлые старты»	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
7.	Игра-соревнование «Теннис»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
8.	Игра «Бадминтон»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют новый речевой материал, связанный с игрой.
9.	Зимние игры со снегом. Строим снежную крепость.	1	Учатся уважительно относиться к культуре русского и других народов через познание их сезонных забав и традиций. Формируют дружественное отношение к одноклассникам в ходе выполнения общего дела. Упрочняют навыки и желание контактировать, общаться и сотрудничать с другими людьми при выполнении задания.
10.	Зимние игры	1	Вспоминают о сезонных играх. Закрепляют навыки следования правилам, тренируют ловкость, координацию; формируют устойчивое представление о вариативности

			активного досуга, укрепляющего здоровье и общее физическое состояние человека.
11.	Игра «Попади снежком в цель»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
12.	«Зимние игры со снегом. Лепим снеговика»	1	Учатся уважительно относиться к культуре русского и других народов через познание их сезонных забав и традиций. Формируют дружественное отношение к одноклассникам в ходе выполнения общего дела. Упрочняют навыки и желание контактировать, общаться и сотрудничать с другими людьми при выполнении задания.
13.	Соревнования по настольным играм. Шашки , шахматы	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
14.	Салки со снежками	1	Тренируют весь комплекс физических характеристик.
15.	«Весёлая эстафета»	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и приходить к общему решению бесконфликтным путём.
16.	Игры-догонялки	1	Тренируют ловкость и навык правильного координирования своих движений.
17.	Игра «Мяч об землю»	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды.
18.	Метание мяча в цель	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
19.	Прыжки в длину	1	Тренируют способность правильно координировать свои движения.
20.	Прыжки с мячом	1	Развивают природные задатки и двигательные способности.
21.	Баскетбол	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
22.	Игра «Выбивной»	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни»			
1.	Беседа	1	Обогащают словарный запас. Развивают

	«Правильное питание и возраст. Режим дня школьника»		навыки участия в дискуссии; применяют ранее полученные знания в аргументации своей позиции.
2.	Беседа «Определение доброкачественности продуктов»	1	Знакомятся с новым речевым материалом. Информированы о важности внимательного отношения к выбору продуктов питания.
3.	Беседа «Полезные и вредные пищевые добавки»	1	Осваивают новый речевой материал по теме беседы; расширяют багаж знаний о питании.
4.	Беседа «Здоровье и позитивное планирование жизни»	1	Обогащают словарный запас. Усваивают комплексные характеристики в теме здоровья. Закрепляют представление о взаимосвязи различных элементов здоровья.
5.	Беседа «Проблемы подросткового возраста. Как с ними бороться?»	1	Рассуждают о проблемах подросткового возраста. Составляют памятку о том, как бороться с ними.
6.	Беседа «Как правильно ухаживать за зубами: полезные советы»	1	Обогащают словарный запас. Развивают навыки участия в дискуссии. Осваивают базовые навыки ухода за полостью рта.
7.	Беседа «Бережем глаза. Правила для хорошего зрения»	1	Обогащают словарный запас. Практикуются в применении ранее изученного речевого материала. Формируют понимание необходимости бережного отношения к своему зрению.
8.	Беседа «Здоровый образ жизни и профилактика утомления»	1	Формируют комплексное представление о причинах переутомления и его профилактике.
9.	Беседа «Мифы о пользе алкоголя»	1	Закрепляют негативное отношение к вредным привычкам. Участвуют в дискуссии. Находят примеры негативного влияния различных вредных привычек на здоровье, жизнь и моральный облик человека.
10.	Беседа «Виртуальные миры или влияние онлайн-игр на психику человека»	1	Обогащают словарный запас. Практикуются в применении ранее изученного речевого материала. Ведут дискуссию в соответствии с ранее полученными по теме знаниями. Формируют выводы по рассматриваемому вопросу.
11.	Беседа «Сотовый телефон: польза и вред»	1	Усваивают представление о необходимости использовать устройство по назначению, а так же в образовательных целях, не злоупотребляя его функционалом.
12.	Беседа «Ранние половые связи и их последствия»	1	Получают базовые знания об опасности безответственного отношения к данной области человеческой жизни. Формируются

			нравственные установки на социально приемлемое взаимодействие. Получают знания о половых инфекциях и об иных заболеваниях, передающихся половым путём.
--	--	--	--

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
9 класс			
Раздел «Подвижные игры»			
1.	Спортивный час «День здоровья»	1	Учатся уважительно относиться к культуре русского и других народов через познание их сезонных забав и традиций. Формируют дружественное отношение к одноклассникам в ходе выполнения общего дела. Упрочняют навыки и желание контактировать, общаться и сотрудничать с другими людьми при выполнении задания.
2.	Спортивный час «Разучиваем спортивные игры»	1	Приобретают знания о народных играх, учатся уважительно относиться к традициям русской культуры и культур других народов. Усваивают правила различных игр через разнообразный речевой материал.
3.	«Веселые старты»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
4.	Спортивная эстафета «Спортландия»	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
5.	Игра-соревнование «Волейбол»	1	Приобретают способности усваивать правила спортивных игр, взаимодействовать с другими членами команды. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
6.	Игра-соревнование «Футбол»	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
7.	«Баскетбол»	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
8.	Игра-соревнование «Теннис»	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют новый речевой материал, связанный с игрой.
9.	Спортивный час «А, ну-ка, мальчишки!»	1	Информируются об индивидуальных физических различиях юношей и девушек, связанных с силой и выносливостью. Изучают отдельные виды упражнений.
10.	Соревнование «Три	1	Тренируют способность правильно

	прыжка»		координировать свои движения.
11.	Игра «Попади снежком в цель»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
12.	Соревнования по настольным играм. Шашки , шахматы	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
13.	Игра «Обведи мяч вокруг кегли»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
14.	Салки со снежками	1	Тренируют весь комплекс физических характеристик.
15.	Эстафета с кеглями	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и приходить к общему решению бесконфликтным путём.
16.	Пионербол	1	Тренируют ловкость и навык правильного координирования своих движений.
17.	Прыжки в длину	1	Тренируют способность правильно координировать свои движения.
18.	Волейбол	1	Развивают весь комплекс физических характеристик.
19.	Баскетбол	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
20.	Прыжки с мячом	1	Развивают природные задатки и двигательные способности.
21.	Игры-соревнования с мячом	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
22.	Футбол	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных

			игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни»			
1.	Беседа «Режим дня школьника- залог здоровья»	1	Обогащают словарный запас. Развивают навыки участия в дискуссии; применяют ранее полученные знания в аргументации своей позиции.
2.	Беседа «Береги честь смолоду» (половое воспитание)	1	Информируются о половом здоровье и о нравственных нормах в сфере межличностных отношений.
3.	Беседа «Пивной алкоголизм-это опасно!»	1	Осваивают новый речевой материал по теме беседы; расширяют багаж знаний о вреде некоторых привычек и об их последствиях.
4.	Беседа «Косметика- вред или польза»	1	Самостоятельно исследуют тему беседы, после чего оттачивают навыки участия в дискуссии, осваивая дополнительную информацию, транслируемую координатором беседы.
5.	Беседа «Жизнь дана одна...»	1	Рассуждают о проблемах подросткового возраста, счастья, морали и их влияния на жизнь человека и его здоровье. Составляют памятку о том, как бороться с неблагоприятными факторами среды.
6.	Беседа «Кто курит, тот жизнь свою губит! Хочешь ли ты сохранить свое здоровье?»	1	Закрепляют негативное отношение к вредным привычкам, в частности, к употреблению табака. Формируют мышление направленное на поиск здоровьесберегающих способов организации досуга.
7.	Беседа «Что ты должен знать о СПИД, ВИЧ»	1	Получают новые знания о последствиях безответственного отношения к половой жизни. Формируются нравственные установки на социально приемлемое взаимодействие. Получают знания о половых инфекциях и об иных заболеваниях, передающихся половым путём (в частности ВИЧ и СПИД).
8.	Беседа «Беспечность, приводящая к болезни, смерти»	1	Формируют комплексное представление об осторожности и ответственности в области сохранения здоровья.
9.	Беседа «Не все вкусно, что полезно и не все полезно, что вкусно»	1	Вспоминают речевой материал о питании. Закрепляют представление о важности внимательного отношения к своему рациону.
10.	Беседа «Оказание доврачебной помощи при сотрясении мозга, переломе, кровотечении»	1	Обогащают словарный запас. Практикуются в применении ранее изученного речевого материала. Ведут дискуссию в соответствии с ранее полученными по теме знаниями. Формируют выводы по рассматриваемому вопросу, которые направлены на желание быть подготовленными к непредвиденным ситуациям, связанным с темой беседы.
11.	Беседа «Какую	1	Осведомляются о различном качестве и

	воду ты пьешь?»		происхождении воды и о её влиянии на организм человека.
12.	Беседа «Профилактика вредных привычек. Ты уже взрослый. Ты в ответе за свою жизнь»	1	Закрепляют негативное отношение к вредным привычкам; самостоятельно формируют памятки и рекомендации в области профилактики.

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
10 класс			
Раздел «Подвижные игры»			
1.	Футбол	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
2.	Волейбол	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
3.	Пионербол	1	Укрепляют здоровье посредством развития физических качеств с помощью спортивных подвижных игр с инвентарём. Улучшают координацию.
4.	Теннис	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют новый речевой материал, связанный с игрой.
5.	Бадминтон	1	Закрепляют способности усваивать правила спортивных игр и следовать им. Исследуют новый речевой материал, связанный с игрой. Развивают ловкость, быстроту реакции, координацию.
6.	Баскетбол	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
7.	Эстафета	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений как на личностном, так и на групповом уровнях.
8.	Соревнование «Попади в обруч»	1	Тренируют ловкость, меткость и навык правильного координирования своих движений.
9.	Соревнование «Три прыжка»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на

			индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
10.	Игра «Полоса препятствий»	1	Развивают двигательные реакции, точность движения, ловкость; раскрывают природные задатки и двигательные способности.
11.	Игра «Мяч об землю»	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды.
12.	Соревнования по настольным играм. Шашки, шахматы	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
13.	Игра «Обведи мяч вокруг кегли»	1	Усваивают правильную модель поведения в соревновательном процессе. Приобретают навыки оценивания собственных сил и принятия взвешенных решений на индивидуальном уровне. Приобретают понимание необходимости рассчитывать собственные силы и планировать результат.
14.	Салки со снежками	1	Тренируют весь комплекс физических характеристик.
15.	Эстафета с кеглями	1	Развивают ловкость, координацию, быстроту реакции, способности взаимодействовать с другими членами команды, договариваться и приходить к общему решению бесконфликтным путём.
16.	Пионербол	1	Тренируют ловкость и навык правильного координирования своих движений.
17.	Пионербол	1	Тренируют ловкость и навык правильного координирования своих движений.
18.	Волейбол	1	Развивают весь комплекс физических характеристик.
19.	Волейбол	1	Развивают весь комплекс физических характеристик.
20.	Баскетбол	1	Развивают природные задатки и двигательные способности.
21.	Баскетбол	1	Развивают природные задатки и двигательные способности.
22.	Турнир по играм с мячом	1	Развивают коммуникативные навыки, умение работать в команде, способность доброжелательно и с пониманием относиться к общим успехам и неудачам. Приобретают способность усваивать правила спортивных игр. Тренируют ловкость и скорость реакций.
Раздел «Беседы об основах здорового образа жизни»			
1.	Беседа «Правила	1	Обогащают словарный запас. Формируют

	личной гигиены»		навык самостоятельного поиска информации для личного пользования и презентации.
2.	Беседа «Золотые правила рационального сбалансированного питания»	1	Вспоминают и закрепляют модель правильного пищевого поведения.
3.	Беседа «Полезные и вредные продукты для ПП»	1	Получают расширенные знания о продуктах, их составе и долгосрочном влиянии на организм человека.
4.	Беседа «Зависимость здоровья человека от окружающей среды»	1	Формируют комплексное представление о взаимосвязи здоровья человека и окружающей среды. Закрепляют установку на бережное отношение к природе.
5.	Беседа «Олимпийские и паралимпийские чемпионы Кубани»	1	Получают знания о спортивных достижениях представителей малой Родины и дополнительную информацию об олимпийском и паралимпийском движениях.
6.	Беседа «Здоровый сон: влияние на красоту и самочувствие человека»	1	Закрепляют позитивную модель поведения в области планирования режима дня и сна. Информированы о влиянии нарушений сна на умственную активность человека, его внешний вид и физическое состояние.
7.	Беседа «Образ жизни и здоровье человека. Опасности спорта»	1	Получают более глубокие знания об образе жизни, о регулярных физических упражнениях и спорте, а также о различии данных видов активности.
8.	Беседа «Как бытовая химия влияет на здоровье человека»	1	Формируют комплексное представление об осторожности и ответственности при использовании средств бытовой химии.
9.	Беседа «Как избежать болезненных последствий любви»	1	Вспоминают ранее полученные знания о ЗППП, ВИЧ и СПИД. Информированы о вопросах, связанных с возникновением нежелательной беременности.
10.	Беседа «Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье»	1	Обогащают словарный запас в области репродуктивного здоровья. Узнают о значении гормонов.
11.	Беседа «Экзамены без стресса»	1.	Осведомляются о подходах к уменьшению влияния стресса на организм.
12.	Беседа «Экзамены без стресса»	1	Формируют памятки по подготовке к экзаменам, а также по формированию здорового отношения и восприятия экзаменационных испытаний.

8. Описание материально-технического обеспечения.

Для успешной реализации программы курса требуется материально-техническое обеспечение:

- Мультимедийные презентации;
- Авторские презентации;
- печатные пособия;
- демонстрационные пособия;
- спортивный инвентарь.

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
методического объединения воспитателей
среднего и старшего звена
ГКОУ школы-интерната №2 г.Армавира
От 29.08.2022 г. №1
 /Ядыкина У.М./

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
ГКОУ школы-интерната №2
г.Армавира
 /Н.В.Даньшина/
29.08 2022 года