

## **Разговоры о правильном питании**

**Содержание учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля**

### **5 класс**

Мал родился, а вырос – пригодился

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.

Кто умён – тот силён!

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.

Здоров в труде, а каков в еде?

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.

В здоровом теле – здоровый дух

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

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

### **6 класс**

Мал родился, а вырос – пригодился

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.

Кто умён – тот силён!

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.

Здоров в труде, а каков в еде?

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.

В здоровом теле – здоровый дух

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

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

### **7 класс**

Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож

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.

Всякому мудрецу ремесло к лицу

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.

Каковы еда и питьё, таковы и житьё

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.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр

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

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

### **8 класс**

Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож

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.

Всякому мудрецу ремесло к лицу

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.

Каковы еда и питьё, таковы и житьё

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.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр

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

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

### **9 класс**

Не тот хорош, кто лицом пригож, а тот хорош, кто на дело гож

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.

Всякому мудрецу ремесло к лицу

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.

Каковы еда и питьё, таковы и житьё

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.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр

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

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

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля**

Личностные результаты

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.

Метапредметные результаты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;

определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

2) базовые исследовательские действия:

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть – целое, причина – следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в интернете;

анализировать и создавать текстовую, видео-, графическую, звуковую информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;

корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

готовить небольшие публичные выступления;

подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;

выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Предметные результаты

5 класс

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;

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 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;

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;

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).

6 класс

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;

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 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;

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 долговую сохранность творческой активности;

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).

7 класс

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.

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.

8 класс

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.

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.

9 класс

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.

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.

## Тематическое планирование

### 5 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	День знаний. Мир моих увлечений	1	Интеллектуальный марафон	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
2	Сложный возраст	1	Работа с интерактивной картой	
3	Что значит быть взрослым?	1	Беседа	
4	Учимся понимать друг друга	1	Круглый стол	
5	Интерес к делу и склонность к нему –это одно и то же?	1	Социальная реклама	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
6	Развиваем свои способности	1	Мини-сочинение	
7	Движение к достижениям	1	Фотоистории известных людей	
8	Творчество – уникальная человеческая способность	1	Групповая дискуссия	
9	Преодолеваю трудности в учёбе, постигаю свои возможности	1	Работа с интерактивной картой	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
10	Здоров в труде, а каков в еде?	1	Анкетирование	
11	Мой внешний вид –залог здоровья	1	Беседа	
12	Мода и школьные будни	1	Экспертное интервью	
13	Каждому нужен и обед и ужин	1	Проблемная дискуссия	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
14	Как сохранить и укрепить зрение	1	Встреча с медработником	
15	Сезонные изменения и как их принимает человек	1	Экскурсия	
16	Секреты здорового питания	1	Групповое обсуждение	
17	В здоровом теле –здоровый дух	1	скиппинг	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm
18	Вредные привычки	1	Конкурс рисунков	

19	Развиваем основные физические качества	1	Беседа	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
20	Осанка	1	Обсуждение видеофильма	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
21	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1	Составление комплекса упражнений	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
22	Готовимся сдавать ГТО	1	Изучение нормативов ГТО	
23	Закаляй своё тело с пользой для дела	1	Обсуждение видеофильма	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
24	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	1	Инсценирование	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
25	Моё настроение	1	Беседа	
26	Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Дневник здоровья.	1	Встреча со спортсменом	
27	Где и как готовят пищу.	1	Обсуждение видеофильма	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
28	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен.	1	Конкурс кулинаров	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
29	«Дальше, быстрее, выше»	1	Спортивный конкурс	
30	«Зеленые» привычки»: сохраним планету для будущих поколений	1	Фестиваль идей	
31	Плох обед, если хлеба нет.	1	Литературная гостиная ( чтение произведений о хлебе)	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a> <a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
32	Меню для похода	1	Творческое домашнее задание	
33	Первая помощь при пищевом отравлении	1	инструктаж	
34	Правила безопасности в быту	1	Инструктаж ( правила обращения с газовыми приборами, электричеством...)	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>

**6 класс**

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	День знаний. Мир моих увлечений	1	Интеллектуальный марафон	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
2	Сложный возраст	1	Работа с интерактивной картой	
3	Что значит быть взрослым?	1	Беседа	
4	Учимся понимать друг друга	1	Круглый стол	
5	Интерес к делу и склонность к нему –это одно и то же?	1	Социальная реклама	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
6	Развиваем свои способности	1	Мини-сочинение	
7	Движение к достижениям	1	Фотоистории известных людей	
8	Творчество – уникальная человеческая способность	1	Групповая дискуссия	
9	Преодолеваю трудности в учёбе, постигаю свои возможности	1	Работа с интерактивной картой	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
10	Здоров в труде, а каков в еде?	1	Анкетирование	
11	Мой внешний вид –залог здоровья	1	Беседа	
12	Мода и школьные будни	1	Экспертное интервью	
13	Каждому нужен и обед и ужин	1	Проблемная дискуссия	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
14	Как сохранить и укрепить зрение	1	Встреча с медработником	
15	Сезонные изменения и как их принимает человек	1	Экскурсия	
16	Секреты здорового питания	1	Групповое обсуждение	

17	В здоровом теле –здоровый дух	1	скиппинг	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm
18	Вредные привычки	1	Конкурс рисунков	
19	Развиваем основные физические качества	1	Беседа	https://educont.ru/
20	Осанка	1	Обсуждение видеофильма	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
21	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1	Составление комплекса упражнений	
22	Готовимся сдавать ГТО	1	Изучение нормативов ГТО	
23	Закаляй своё тело с пользой для дела	1	Обсуждение видеофильма	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
24	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	1	Инсценирование	
25	Моё настроение	1	Беседа	
26	Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Дневник здоровья.	1	Встреча со спортсменом	
27	Где и как готовят пищу.	1	Обсуждение видеофильма	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
28	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен.	1	Конкурс кулинаров	
29	«Дальше, быстрее, выше»	1	Спортивный конкурс	
30	«Зеленые» привычки»: сохраним планету для будущих поколений	1	Фестиваль идей	
31	Плох обед, если хлеба нет.	1	Литературная гостиная ( чтение произведений о хлебе)	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
32	Меню для похода	1	Творческое домашнее задание	

33	Первая помощь при пищевом отравлении	1	инструктаж	
34	Правила безопасности в быту	1	Инструктаж ( правила обращения с газовыми приборами, электричеством...)	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>

**7 класс**

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	День знаний. Мир моих увлечений	1	Интеллектуальный марафон	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
2	Сложный возраст	1	Работа с интерактивной картой	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
3	Что значит быть взрослым?	1	Беседа	
4	Учимся понимать друг друга	1	Круглый стол	
5	Интерес к делу и склонность к нему –это одно и то же?	1	Социальная реклама	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
6	Развиваем свои способности	1	Мини-сочинение	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
7	Движение к достижениям	1	Фотоистории известных людей	
8	Творчество – уникальная человеческая способность	1	Групповая дискуссия	
9	Преодолеваю трудности в учёбе, постигаю свои возможности	1	Работа с интерактивной картой	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
10	Здоров в труде, а каков в еде?	1	Анкетирование	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
11	Мой внешний вид –залог здоровья	1	Беседа	
12	Мода и школьные будни	1	Экспертное интервью	
13	Каждому нужен и обед и ужин	1	Проблемная дискуссия	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>

14	Как сохранить и укрепить зрение	1	Встреча с медработником	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
15	Сезонные изменения и как их принимает человек	1	Экскурсия	
16	Секреты здорового питания	1	Групповое обсуждение	
17	В здоровом теле –здоровый дух	1	скиппинг	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
18	Вредные привычки	1	Конкурс рисунков	
19	Развиваем основные физические качества	1	Беседа	
20	Осанка	1	Обсуждение видеофильма	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
21	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1	Составление комплекса упражнений	
22	Готовимся сдавать ГТО	1	Изучение нормативов ГТО	
23	Закаляй своё тело с пользой для дела	1	Обсуждение видеофильма	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
24	Спектакль С. Преображенский «Капризка»	1	Инсценирование	
25	Моё настроение	1	Беседа	
26	Как правильно питаться, если занимаешься спортом. Дневник здоровья.	1	Встреча со спортсменом	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
27	Где и как готовят пищу.	1	Обсуждение видеофильма	
28	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен.	1	Конкурс кулинаров	
29	«Дальше, быстрее, выше»	1	Спортивный конкурс	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
30	«Зеленые» привычки»: сохраним планету для	1	Фестиваль идей	



	будущих поколений			
31	Плох обед, если хлеба нет.	1	Литературная гостиная ( чтение произведений о хлебе)	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
32	Меню для похода	1	Творческое домашнее задание	
33	Первая помощь при пищевом отравлении	1	инструктаж	
34	Правила безопасности в быту	1	Инструктаж ( правила обращения с газовыми приборами, электричеством...)	https://educont.ru/

### 8 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	День знаний. Знакомство с собой	1	Интеллектуальный марафон	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
2	Встречают по одежке	1	Беседа	
3	Три правила красоты	1	Беседа, просмотр и обсуждение видеофильма	
4	Всегда ли наше впечатление о себе является правильным?	1	беседа	
5	Мы такие разные, и всё же	1	Встреча с психологом	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
6	Выбираем профессию	1	Мини-сочинение	
7	Всякому мудрецу ремесло к лицу	1	Литературная гостиная	
8	Счастлив тот, кто счастлив у себя дома	1	Групповая дискуссия	school-collection.edu.ru/collection/
9	Как управлять эмоциями	1	Встреча с психологом	

10	Создаем портфолио	1	Практическое занятие	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
11	Правильная мотивация – залог успеха	1	Беседа	
12	Языки и культура народов России: единство в разнообразии	1	Работа с интерактивной картой	
13	Как подготовиться к ОГЭ	1	Проблемная дискуссия	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
14	Каковы еда и питьё, таковы и жизнь	1	Беседа	
15	На что расходуется наша энергия	1	Просмотр видеофильма	
16	Восполняем энергозатраты	1	Групповое обсуждение	
17	Значение воды для нашего организма	1	Беседа	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
18	Выстраиваем гармоничный рацион питания	1	Составление меню	
19	Выбираем свежие и полезные продукты	1	Практикум	
20	Правила здорового питания	1	Составление памятки	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
21	Всякому овощу – своё время.	1	Беседа	
22	« Пищевая тарелка» спортсмена	1	Встреча со спортсменом	
23	Как правильно накрыть стол.	1	Практикум	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
24	Как правильно вести себя за столом	1	Практикум	
25	Молоко и молочные продукты.	1	Беседа	
26	Кто любит спорт, тот здоров и бодр	1	Беседа	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
27	Развиваем основные физические качества	1	Составление комплексов упражнений	
28	Спорт в нашем городе	1	Работа с видеоматериалами	
29	Готовимся сдавать ГТО	1	Изучение нормативов	

			ГТО	
30	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	1	Беседа	
31	«Зеленые» привычки»: сохраним планету для будущих поколений	1	Фестиваль идей	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
32	Кулинарное путешествие по России.	1	Работа с видеоматериалами	
33	Кулинарное путешествие по России.	1	Работа с видеоматериалами	
34	Земля - наш общий дом	1	Инструктаж	

#### 9 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	День знаний. Знакомство с собой	1	Интеллектуальный марафон	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
2	Встречают по одежке	1	Беседа	
3	Три правила красоты	1	Беседа, просмотр и обсуждение видеofilmа	
4	Всегда ли наше впечатление о себе является правильным?	1	беседа	
5	Мы такие разные, и всё же	1	Встреча с психологом	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm https://educont.ru/
6	Выбираем профессию	1	Мини-сочинение	
7	Всякому мудрецу ремесло к лицу	1	Литературная гостиная	
8	Счастлив тот, кто счастлив у себя дома	1	Групповая дискуссия	
9	Как управлять эмоциями	1	Встреча с психологом	school-collection.edu.ru/collection/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm
10	Создаем портфолио	1	Практическое занятие	

11	Правильная мотивация – залог успеха	1	Беседа	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
12	Языки и культура народов России: единство в разнообразии	1	Работа с интерактивной картой	
13	Как подготовиться к ОГЭ	1	Проблемная дискуссия	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a> <a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
14	Каковы еда и питье, таковы и жизнь	1	Беседа	
15	На что расходуется наша энергия	1	Просмотр видеofilmа	
16	Восполняем энергoзатраты	1	Групповое обсуждение	
17	Значение воды для нашего организма	1	Беседа	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
18	Выстраиваем гармоничный рацион питания	1	Составление меню	
19	Выбираем свежие и полезные продукты	1	Практикум	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
20	Правила здорового питания	1	Составление памятки	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
21	Всякому овощу – своё время.	1	Беседа	
22	« Пищевая тарелка» спортсмена	1	Встреча со спортсменом	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
23	Как правильно накрыть стол.	1	Практикум	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a>
24	Как правильно вести себя за столом	1	Практикум	
25	Молоко и молочные продукты.	1	Беседа	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
26	Кто любит спорт, тот здоров и бодр	1	Беседа	<a href="https://educont.ru/">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm</a> <a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
27	Развиваем основные физические качества	1	Составление комплексов упражнений	
28	Спорт в нашем городе	1	Работа с видеоматериалами	
29	Готовимся сдавать ГТО	1	Изучение нормативов ГТО	

30	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	1	Беседа	
31	«Зеленые» привычки»: сохраним планету для будущих поколений	1	Фестиваль идей	<a href="https://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm</a>
32	Кулинарное путешествие по России.	1	Работа с видеоматериалами	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>
33	Кулинарное путешествие по России.	1	Работа с видеоматериалами	
34	Земля - наш общий дом	1	Инструктаж	<a href="https://educont.ru/">https://educont.ru/</a>

