**УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Цели и задачи | Формы работы | Вид контроля | Форма контроля | Общ.  кол-во  час | В т. ч.  Те Пр  ор акт |
| 1 | Здоровый  образ  жизни. | 1. Установление контакта с участниками. 2. Создание положительной мотивации здорового образа жизни. 3. Введение понятий «физическое и психологическое здоровье», «здоровый образ жизни». 4. Формирование групп для проведения исследования. 5. Активизация процесса рефлексии и творческого потенциала. | 1. Упр. «Здоровый человек – это…» 2. Интерактивное обсуждение гипотез в группах. | Входной | Анкетирование | 1 | 0,5 0,5 |
| 2 | Ритмичность труда и  отдыха. | 1. Активизация процессов самораскрытия и самопознания. 2. Формирование привычки соблюдать режим дня. | 1. Дискуссия «Как школьнику распорядиться 24 часами?» 2. Упр. «Будильник». 3. Упр. «Письменный стол». | Текущий | Конкурс на лучший режим дня | 1 | 0,5 0,5 |
| 3 | Личная  гигиена. | 1. Формирование привычки к соблюдению навыков личной гигиены. 2. Воспитание культуры внешнего вида для сохранения здоровья и привлекательности. 3. Поддержание атмосферы творческого потенциала. 4. Определение мотивации к здоровому образу жизни. | Игра  «Правила  личной  гигиены». | Текущий | Конкурс на лучший способ активного отдыха.  Анкетирование. | 1 | 0,5 0,5 |
| 4 | Вредные привычки как разрушители здоровья. | 1. Пропаганда здорового образа жизни. 2. Осознание проблемы зависимости. 3. Формирование навыков отказа от употребления психоактивных веществ. 4. Развитие чувства ответственности за своё решение. | 1. Игра «Да - нет». 2. Анализ проблемной ситуации. 3. Беседа «Вредные привычки – разрушители здоровья». | Текущий | Анализ ситуации. | 1 | 0,5 0,5 |
| 5 | Настроение  и  состояние здоровья. | 1. Получение позитивной обратной связи. 2. Проверка результативности и эффективности программы. 3. Активизация процесса рефлексии. | 1. Игра «Продолжи предложения». 2. Упр. «Как можно поднять себе настроение?» | Темати-ческий | Анкетирование | 1 | 0,5 0,5 |
| 6 | Психологичес-кая игра-проект «Экстренная психологичес-кая помощь». | 1. Формирование здоровьесберегающей компетентности. 2. Развитие навыков работы в команде. 3. Развитие самообразовательной активности учащихся. 4. Воспитание культуры здорового образа жизни. | Игра | Итоговый | Игра | 1 | 0 1 |

Итого количество занятий – 6.