

Управление образования администрации Яковлевского муниципального округа
Белгородской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Станция юных натуралистов» Яковлевского муниципального округа Белгородской области

Рассмотрена
на заседании педагогического совета,
протокол № 1 от 29.08.2025 г.

«Утверждаю»
Директор МБУ ДО «Станция юных
натуралистов Яковлевского
муниципального округа»
А.Н. Стародубцева
Приказ № 54 от 29.08.2025 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа естественнонаучной направленности

«ЗДОРОВЕЙКА»

Возраст обучающихся – 6-10 лет

Срок реализации – 1 год

Стартовый уровень

Автор-составитель :Корниенко Татьяна Ивановна,
педагог дополнительного образования

г. Строитель
2025

Модифицированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка» естественнонаучной направленности по познавательному, проектно-исследовательскому видам деятельности.

Автор-составитель программы: Корниенко Татьяна Ивановна, педагог дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Станция юных натуралистов Яковлевского муниципального округа».

Год разработки дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы 2025 год.

Модифицированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка» рассмотрена на заседании методического объединения от 28 августа 2025г., протокол №1.

Модифицированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка» принята на заседании педагогического совета от 29 августа 2025г., протокол №1.

Председатель



А.Н. Стародубцева

Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.....	4
Пояснительная записка.....	4
Содержание программы.....	6
Учебный план.....	6
Содержание учебного плана	8
Планируемые результаты.....	15
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	15
Формы аттестации.....	15
Оценочные материалы.....	18
Условия реализации программы	24
Материально-техническое обеспечение.....	24
Информационное обеспечение	25
Список литературы.....	25
Методическое обеспечение программы.....	26
Календарный учебный график	34
Модули к рабочей программе.....	40
Календарно-тематический план	40
Раздел 3. Рабочая программа воспитания.....	57
Характеристика творческого объединения.....	57
Цель, задачи и результат воспитательной работы.....	57
Приоритетные направления в организации воспитательной работы.....	58
Результат воспитания.....	59
Календарный план воспитательной работы.....	61
Список литературы.....	63

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка» отражает естественнонаучную направленность, познавательного, проектно-исследовательского вида деятельности обучающихся.

В ходе реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы предусматриваются изучение учебного материала в области анатомии, медицины. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа построена с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Тематический цикл – естественнонаучная.

Предметная область – анатомия, гигиена, физиология человека.

Форма обучения – очная, дистанционная.

Форма организации – индивидуальная, групповая, коллективная.

Функциональное предназначение программы – дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка», имеет возможности реализации индивидуального маршрута обучающегося (для продвинутого уровня, и адаптированной ДОП).

Актуальность. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка», направлена на формирование у обучающихся ценности физического здоровья, отсутствия вредных привычек, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Практические умения и теоретические знания, являются хорошей мотивационной основой для обучения предметам естественнонаучного цикла, дальнейших исследований, а также предпрофессиональной ориентации обучающихся (выбор будущей профессии связанной с медициной).

В основу реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Здоровейка» положены личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы, технология объяснительно-иллюстрированного обучения.

Уровень сложности – стартовый уровень, рассчитан на расширение, углубление знаний в области естественных наук по гигиенической культуре, анатомии, физиологии человека, ОБЖ.

Цель: формирование ценностного отношения у обучающихся к здоровью и здоровому образу жизни.

Задачи:

- расширить знания обучающихся в области анатомии гигиены, физиологии человека;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни;
- приобретение навыков оказания доврачебной помощи;
- развивать умения обучающихся по самообразованию, использованию различных источников информации; исследовательские и практические умения;
- развивать умения и навыки, направленные на сохранение и укрепление здоровья;
- воспитывать у обучающихся потребность к ведению здорового образа жизни.

Адресат программы. Возраст детей участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Здоровейка» 6-10 лет.

Состав группы 12-15 человек, может быть как разновозрастной, так и разновозрастной, разнополый и однополый.

Психологические особенности детей младшего школьного возраста

Это возраст относительно спокойного и равномерного физического развития. Начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования.

Ведущая деятельность - учебная. В рамках учебной деятельности складываются психологические новообразования, характеризующие наиболее значимые достижения в развитии младших школьников и являющиеся фундаментом, обеспечивающим развитие на следующем возрастном этапе.

Формирование интереса к содержанию учебной деятельности, приобретению знаний связано с переживанием школьниками чувства удовлетворения от своих достижений. А подкрепляется это чувство одобрением, похвалой педагога, который подчеркивает каждый, даже самый маленький успех, самое маленькое продвижение вперед. В младшем школьном возрасте внимание становится концентрированным и устойчивым тогда, когда учебный материал отличается наглядностью, яркостью, вызывает у ребенка эмоциональное отношение. Изменяется содержание внутренней позиции детей.

Формы обучения.

Организация деятельности обучающихся предполагается в следующих формах:

- коллективная (во время занятий, экскурсий, массовых мероприятий);
- групповая (при выполнении ряда практических работ, наблюдений, при проведении конкурсов и т.п.);
- индивидуальная (анкетирование, тестирование, творческая работа).

В ходе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровейка» предпочтение отдается активным формам и методам обучения, подготовка сообщений, проектов, ролевые игры. Занятия-лекции, занятия-путешествия, занятия-творчества, виртуальная экскурсия, занятие-исследование, интегрированное. Вместе с тем, осуществляются и традиционные формы образовательной деятельности: беседы, практические работы, игры.

На занятиях используются различные методы обучения (словесные, наглядные, практические), сочетания их. Эксперимент. Проведение серии опытов, создание экспериментальных ситуаций, измерение реакций испытуемого.

Для успешной работы реализации программы разработаны и применяются следующие дидактические материалы: карточки-задания: для усвоения нового материала; для самостоятельных работ; для наблюдений; кроссворды. загадки, фотографии, иллюстрации; презентации.

Объем и срок реализации программы. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Здоровейка» - рассчитана на 72 часа, из них: теоретические 40 часов, практические 32 часа, срок реализации один год обучения.

Режим занятий. Занятия проводятся один раз в неделю во второй половине дня.

Продолжительность занятий два академических часа с обязательным перерывом между занятиями 10 минут (всего 2 часа в неделю).

Год обучения	Начало занятий	Окончание занятий	Кол-во часов/занятий в неделю	Кол-во часов/занятий в год	Кол-во учебных недель
1 год	сентябрь	май	2/1	72/36	36

Содержание программы.

Учебный план.

№ п/п	Разделы программы, темы учебных занятий	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	4	4	0	
	1. Введение в 2. образовательную программу «Здоровейка»	4	4	0	работа по карточкам, устный опрос, входное тестирование
2.	Раздел 1. Покровная система	4	3	1	
	1.1. Системы организма человека	2	2	0	работа по карточкам, устный опрос
	1.2. Покровы человека	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
3.	Раздел 2. Опорно- двигательная система	12	4	8	
	2.1. Скелет человека	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	2.2. Пропорции тела	2	0	2	работа по карточкам, устный опрос, демонстрация проведенного эксперимента
	2.3. Мышцы человека	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	2.4. Мышцы и движение	2	0	2	работа по карточкам, устный опрос
	2.5. Осанка	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	2.6. Плоскостопие	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
4.	Раздел 3. Пищеварительная система	6	3	3	
	3.1. Органы пищеварения	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	3.2. Питание	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	3.3. Пищевые отравления	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос

5	Раздел 4. Органы чувств	10	6	4	
	4.1. Органы зрения	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	4.2. Органы слуха	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	4.3. Органы вкуса и обоняния	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	4.4. Органы осязания	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	4.5. Гигиена органов чувств	2	2	2	работа по карточкам, устный опрос, промежуточное тестирование.
6	Раздел 5. Нервная система	6	4	2	
	5.1. Головной мозг	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	5.2. Спинной мозг	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	5.3. Гигиена нервной системы	2	2	0	работа по карточкам, устный опрос, тестирование.
7	Раздел 6. Сердечно-сосудистая система	8	4	4	
	6.1. Кровь	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос.
	6.2. Сердце	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос.
	6.3. Гигиена сердечно-сосудистой системы	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос.
	6.4. Первая помощь при порезах	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос.
8	Раздел 7. Дыхательная система	8	3	5	
	7.1. Дыхание 7.2.	4	1	3	работа по карточкам, устный опрос.
	7.3. Голос	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос.
	7.4. Гигиена дыхания	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос.

9	Раздел 8. Безопасность и ЗОЖ	12	7	5	
	8.1. Безопасность в 8.2.повседневной жизни	4	3	1	работа по карточкам, устный опрос
	8.3. Польза и вред телефона	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	8.4. Здоровье и ЗОШ	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	8.5. Правильное питание	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
	8.6. Иммунитет	2	1	1	работа по карточкам, устный опрос
10	Обобщение	2	2	0	
	1. Мы выбираем ЗОШ	2	2	0	устный опрос, итоговое тестирование
	итого	72	40	32	

Содержание учебного плана (72 часа)

Введение 4 часа (4/0)

Тема 1.Введение в образовательную программу «Здоровейка».

Теория: Набор группы. Введение в образовательную программу «Здоровейка».ТБ.

Формы занятий: интегрированное занятие.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, модели, тренажеры

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 2.Введение в образовательную программу «Здоровейка».

Теория: Набор группы. Введение в образовательную программу «Здоровейка». ТБ. Что мы знаем о ЗОЖ? Понятие о здоровом образе жизни интеллектуальная игра «Мое здоровье». Входящее тестирование.

Формы занятий:интегрированное занятие, занятие путешествие

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы:дидактические карточки, интеллектуальная игра «Мое здоровье», тест, презентация, модели, тренажеры

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос, входное тестирование

Раздел 1. Покровная система 4 часа (3/1)

Тема 1.1. Системы организма человека.

Теория: Дать понятие система человека. Органы и системы человека, их основные функции.

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-путешествие.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, скелет, презентация.

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 1.2. Покровы человека.

Теория: Выяснить из чего состоит покровная системы. Кожные покровы, волосы, ногти, правила ухода за ногтями, кожей, волосами.

Практика: опыты, исследовательская работа «Тепло или холодно», «Посчитаем до двух», «Сила одного волоса»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, скелет, презентация. ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Раздел 2. Опорно-двигательная система 12 часов (4/8)

Тема 2.1. Скелет человека.

Теория: Дать понятие скелет. Как я устроен, строение и функции скелета.

Практика: опыты, эксперименты, исследовательская работа «Наклоны в сторону», «Попробуем вытянуться», «Гибкость позвоночника», «Эластичные кости»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, скелет, презентация. Интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека», ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 2.2. Пропорции тела.

Практика: практическая, исследовательская работа «Пропорции тела», «Эластичные кости»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение,

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация. Интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека» ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос, демонстрация проведенного эксперимента

Тема 2.3. Мышцы человека.

Теория: Дать понятие мышцы. Работа мышц.

Практика: опыты «Попрыгаем», «Накаченные мышцы»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация. Интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека» ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 2.4. Мышцы и движение.

Практика: опыты «Хватка», «Захват», «Палец – нос»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация.

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 2.5. Осанка.

Теория: Дать понятие осанка. Изучение своей осанки. Профилактика сколиоза.

Практика: комплекс упражнений для формирования правильной осанки, изготовление буклета.

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-исследование, творчества.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация. ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 2.6. Плоскостопие.

Теория: Дать понятие плоскостопие. Профилактика плоскостопия

Практика: творческий проект «Массажные стопы»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие-творчество, проектная работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация. ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Раздел 3.Пищеварительнаясистема 6 часов (3/3)

Тема 3.1. Органы пищеварения.

Теория: Дать понятие о пищеварительной системе, выяснить какие органы относятся к пищеварительной системе. Взаимосвязь пищеварительной системы и зубов.

Практика: биологические опыты «Как ферменты переваривают пищу», «Зубы»

Формы занятий: занятие путешествие, занятие эксперимент.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация. ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 3.2. Питание.

Теория: Выяснить какие продукты питания можно отнести, к полезным и вредным для здоровья человека. Содержание в продуктах питания белков, жиров и углеводов их влияние на сохранение здоровья.

Практика: составление меню «Правильное питание»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие игра, занятие эксперимент.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, игра «Поле чудес» «Вкусное. Полезное. Вредное»

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 3.3.Пищевые отравления.

Теория: Дать понятие «Пищевое отравление», признаки пищевого отравления, способы оказания первой помощи при пищевом отравлении

Практика: практическая работа «Экспертиза продуктов», сроки их реализации.

Формы занятий: интегрированное занятие.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Раздел 4. Органы чувств 10 часов (6/4)

Тема 4.1. Органы зрения.

Теория: Знакомство с органами чувств человека и их назначением. Дать понятие «Органы зрения» Зрение и его защита. Правила бережного отношения к зрению.

Практика: биологические опыты «Глаза в глаза», «Глазное окошко», «Разные глаза – разные картинки», «Какой глаз главный»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 4.2. Органы слуха.

Теория: Дать понятие «Органы слуха и равновесия», слух и его защита. Правила бережного отношения к слуху.

Практика: биологические опыты «Слышишь, как падает иголка?», «Определи звук», «Удержи равновесие»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема 4.3. Органы вкуса и обоняния.

Теория: Дать понятие «Органы вкуса и обоняния», выяснить, чем представлен орган вкуса, обоняния у человека. Вкусовые рецепторы расположены на языке. Обонятельные рецепторы расположены на поверхности носовых пазух. Как сбережечь вкусовые и обонятельные рецепторы.

Практика: биологические опыты «Принюхайся», «Как распространяется запах», «Сладкий. Солёный. Кислый», «Попробуй на вкус»

Формы занятий: интегрированное занятие, практическая работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема 4.4. Органы осязания.

Теория: Дать понятие «Органы осязания», выяснить, что относится к органам осязания. Орган осязания у человека является самым большим и целостным – это кожа, которая защищает тело от различного вида раздражителей.

Практика: биологические опыты «Пониженная чувствительность», «Тепло или холодно», «Узнай на ощупь»

Формы занятий: интегрированное занятие, практическая работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема 4.5. Гигиена органов чувств.

Теория: Дать понятие «Гигиена». Правила оказания первой помощи при повреждениях кожи. Правила первой помощи при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.

Формы занятий: интегрированное занятие.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос, промежуточное тестирование.

Раздел 5. Нервная система 6 часов (4/2)

Тема: 5.1. Головной мозг.

Теория: Дать понятие «Нервная система». Строение и функции нервной системы. Строение головного мозга. Нервы

Практика: биологический опыт «Левый, правый», моделирование головного мозга.

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование, творческая работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 5.2. Спинной мозг.

Теория: Строение и функции нервной системы. Строение спинного мозга. Нервы

Практика: биологический опыт «Хорошая реакция», «Быстрый, быстрее, самый быстрый»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 5.3. Гигиена нервной системы.

Теория: Утомление, сон, прогулки, и физический труд на свежем воздухе. Вред приносят вещества, содержащиеся в табаке и спиртных напитках.

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование, творческая работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос, тестирование.

Раздел 6. Сердечно-сосудистая система 8 часов (4/4)

Тема: 6.1. Кровь.

Теория: Дать понятие «Кровь». Выяснить, как движется кровь, вены и артерии.

Практика: биологический опыт «Темная и светлая кровь»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 6.2. Сердце.

Теория: Дать понятие «Сердце». Сердце и его работа, зачем нужен стетоскоп.

Практика: творческая работа «Стетоскоп»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие творчества.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 6.3. Гигиена сердечно-сосудистой системы

Теория: Влияние вредных привычек, экологических факторов. Значение тренировки сердца и сосудов для здоровья.

Практика: Биологические опыты «Сердце», «Пульс».

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос

Тема: 6.4. Первая помощь при порезах

Теория: Правила оказания первой помощи при порезах. Правила ухода за раной. Как заживают раны.

Практика: практическая работа «Оказание первой помощи при порезах».

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие творчества.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Раздел 7. Дыхательная система 8 часов (3/5)

Тема: 7.1. Дыхание.

Теория: Дыхание. Определение дыхательная система. Органы дыхания. Вдох, выдох, как мы дышим и говорим.

Практика: биологические опыты «Вдох – выдох», «Чему равен вдох»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 7.2. Дыхание.

Практика: биологические опыты «Сдвинь перышко», «Нехватка кислорода», «Подвижность грудной клетки»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 7.3. Голос.

Теория: Выяснить как работают голосовые связки. Упражнения для развития голоса.

Практика: творческая работа «Голосовые связки»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 7.4. Гигиена дыхания

Теория: Правильное дыхание. Заболевания органов дыхания и их профилактика. Что разрушает легкие? Как уберечься от простуды.

Практика: разучивание комплекса дыхательной гимнастики.

Формы занятий: интегрированное занятие, практическая работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Раздел 8. Безопасность и ЗОЖ 12 часов (7/5)

Тема: 8.1. Безопасность в повседневной жизни

Теория: Соблюдение правил безопасности на улице, водоёмах, общественных местах. Изучение правил перехода улицы в местах, где нет светофора. Правила поведения в транспорте.

Практика: творческая работа «Дорожные знаки»

Формы занятий: интегрированное занятие, практическая работа.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 8.2. Безопасность в повседневной жизни

Теория: Соблюдение правил дома. Знание правил безопасного обращения с бытовыми предметами. Игра «Один дома»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие игра.

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 8.3. Польза и вред телефона

Теория: Правила пользования мобильным телефоном. Выяснить какую пользу и вред наносит мобильный телефон. Положительные и отрицательные стороны селфи.

Практика: упражнения для глаз, самостоятельная исследовательская работа, анкетирование «Я + мобильный телефон»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 8.4. Здоровье и ЗОЖ.

Теория: Дать понятие здоровье, здоровый образ жизни (ЗОЖ). Выяснить преимущества, составляющие ЗОЖ

Практика: творческая работа составление комплекса физических упражнений

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование, творчества

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 8.5. Правильное питание.

Теория: Дать понятие правильное питание (ПП).

Практика: творческая работа составление режима, рациона питания

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование, творчества

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Тема: 8.6. Иммуитет.

Теория: Дать понятие иммунитет. Воздушные, солнечные ванны. Обтирание, обливание, закаливание. Ходьба босиком.

Практика: творческая работа «Тропа здоровья»

Формы занятий: интегрированное занятие, занятие исследование, творчества

Методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение

Дидактическое оснащение программы: дидактические карточки, презентация, ТБ

Формы подведения итогов: работа по карточкам, устный опрос.

Обобщение. 2 часа (2/0)

Тема 1. Мы выбираем ЗОЖ.

Теория: обобщить и систематизировать знания о строении, функциях отдельных систем органов человека, гигиене, здоровом образе жизни

Формы занятий: занятие обобщение, занятие игра

Методы и приемы: беседа, объяснение, презентация

Дидактическое оснащение программы: презентация, интеллектуальная игра, тест

Формы подведения итогов: устный опрос, итоговое тестирование

Планируемые результаты.

В результате освоения программы обучающиеся должны демонстрировать следующие результаты:

По окончании обучения обучающиеся должны:

Знать:

- строение и функции человеческого организма;
- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- основные составляющие ЗОЖ;
- основные гигиенические правила ухода за собственным организмом

Уметь:

- соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Формы аттестации

В ходе реализации программы диагностика уровня знаний, умений, навыков обучающихся будет осуществляться в следующих формах:

- **входящий контроль** – в начале освоения программы, проводится в форме беседы, устного опроса, тестирования;

- **текущий контроль** – после каждой темы, раздела программы и промежуточный контроль в форме: педагогического наблюдения, тестирования, самостоятельной работы по карточкам, выполнения занимательных упражнений (викторин, кроссвордов и пр.), индивидуального моделирования, защиты рефератов, исследовательских, творческих работ;

- **промежуточный(итоговый) контроль** обучающийся должен демонстрировать собственную позицию, степень усвоения знаний, приобретенных умений и навыков в течении учебного года.

Результатом исследовательской деятельности может являться участие детей в различных конкурсах и олимпиадах по биологическому и медицинскому профилю, конкурсах-выставках, проектов.

Результатом познавательно-творческой деятельности может выступить подготовка и участие детей в ролевых играх, роль в которых предусмотрена для каждого ребенка, но только в том случае, если он трудится в полную меру своих возможностей.

Формами подведения итогов реализации модифицированной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Здоровейка» будут являться: выставки тематических творческих работ (информационных буклетов, доклады и проекты).

Ожидаемые результаты и способы их проверки. Программа предусматривает формирование универсальных учебных действий на основе ключевых компетенций обучающихся. Формирование универсальных учебных действий происходит с учетом специфики контингента и возрастных особенностей обучающихся.

Универсальные умения / индекс	Образовательный результат
Личностные (ЛУУД)	- знание основных принципов и правил отношений к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; - формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе развития познавательных интересов и мотивов при изучении разнообразных объектов природы; - умение оценивать свою деятельность и поступки других людей с точки зрения сохранения окружающей среды.
Регулятивные (РУУД)	- осмысливание задачи, постановка учебной задачи на основе соотнесения известных и неизвестных данных с составлением последовательности действий; - планирование этапов предстоящей деятельности, прогнозирование последствий деятельности, оценивание правильности выполнения действий и их корректировка по ходу реализации задания; - понимание причины неуспеха и способы выхода из сложившейся ситуации.
Познавательные (ПУУД)	- знание основных объектов живой и неживой природы и воздействие на неё человека; - поиск необходимой информации в разных источниках, сопоставление информации, полученную из разных источников и её преобразование из одного вида в другой; - выдвижение предположения, установление причинноследственных связей, поиск нескольких вариантов решения.
Коммуникативные (КУУД)	- формирование умения слушать и понимать других, выражать себя, задавать вопросы, участие в дискуссии; - оказание помощи в группе при решении общих задач, поиск компромиссного решения; - оформление мыслей в устной и письменной речи с учетом учебных и жизненных речевых ситуаций.

В ходе обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Здоровейка» у обучающихся формируются коммуникативная, информационная, образовательная, социально-трудовая компетентности, а также компетентность в сфере личностного самоопределения.

Личностные компетенции:

- формирование культуры здоровья - отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные компетенции:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности;

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- способность рационально организовывать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья.

Достижением ребенка следует считать освоение каждого учебного действия посредством участия в различных видах деятельности (проектной, исследовательской, коллективной или индивидуальной), а также при выполнении любого задания творческого или проблемного типа, сформированностью навыка самоконтроля.

Компетенция /индекс компетенции	Образовательный результат
Когнитивная (КК)	Готовность обучающихся к самостоятельной познавательной деятельности, умение использовать знания, организовывать, анализировать, сравнивать, корректировать свою деятельность, наблюдать, проводить эксперимент.
Ценностно-смысловая (ЦСК)	Готовность видеть и понимать окружающий мир, осознавать свою роль и предназначение, уметь выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков.
Социальная (СК)	Способность использовать потенциал социальной среды для собственного развития, проявлять активность к социальной адаптации в обществе и самостоятельному самоопределению.
Коммуникативная (КМК)	Умение вести диалог и способность в диалоге получать нужную информацию, сдерживать негативные эмоции, представлять и корректно отстаивать свою точку зрения, проявлять активность в обсуждении вопросов.
Личностного самосовершенствования (КЛС)	Готовность осуществлять физическое, духовное и интеллектуальное саморазвитие, эмоциональную саморегуляцию и самоподдержку.
Креативная (КрК)	Способность мыслить нестандартно, умение реализовывать коллективные творческие идеи, осваивать самостоятельные формы работы.
Информационная (ИК)	Готовность обучающегося работать с информацией различных источников, искать, отбирать нужную информацию, оценивать ее значимость для того, чтобы быть успешно интегрированными в общество и осуществлять социально полезную деятельность в нем.

Уровень успешности	Критерии
Теоретическая подготовка	
Высокий уровень	Обучающиеся работают быстро и имеют высокую умственную работоспособность, свободно владеют терминами, проводят (сравнение, анализ, видение причинно-следственных связей, умение делать обобщающие выводы, выделяет существенные признаки); имеют большой словарный запас. Мыслительная деятельность характеризуется обобщенностью, осознанностью, самостоятельностью. Хорошо развиты художественные навыки, образное мышление
Средний уровень	Обучающиеся обладают умениями всех умственных действий на среднем уровне; имеют средний уровень словарного запаса; к помощи восприимчивы; развитие свойств внимания и памяти в пределах нормы; динамика работоспособности положительная. Мыслительная деятельность характеризуется средним уровнем обобщенности, осознанности, гибкости и самостоятельности.
Низкий уровень	Обучающиеся характеризуются низким уровнем освоения знаний, как следствие, у них недостаточная самостоятельность, гибкость мышления; бедность словарного запаса; не умеют различать существенные и несущественные признаки понятий; низкая общая работоспособность и интенсивность деятельности; недостаточное развитие умений запоминания и воспроизведения материала; невнимательность при восприятии материала; быстрая утомляемость; низкая мотивация учебной деятельности.
Практическая подготовка	
Высокий уровень	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывая затруднения; выполняет практические задания с элементами творчества.
Средний уровень	Объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2, предусмотренными программой; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном выполняет задания на основе образца.
Низкий уровень	Объем усвоенных умений и навыков составляет менее 1/2, предусмотренными программой; испытывает затруднения при работе с оборудованием; в основном выполняет простейшие задания на основе образца.

Оценочные материалы

Тест – система параллельных заданий возрастающей трудности, специфической формы, которая позволяет качественно и эффективно измерить уровень знаний обучающихся. Главное, чтобы тестовое задание было сформулировано четким языком, соответствовать теме и целям тестирования, содержать краткую инструкцию по её выполнению.

Анкета – опросный лист, самостоятельно заполняемый опрашиваемым по указанным правилам. Он представляет собой набор вопросов, ответы на которые могут способствовать решению исследовательской задачи.

Компетентностно-ориентированное задание (сокращенно – КОЗ) – учебное задание, которое требует от обучающегося не простого воспроизведения знаний, а активного поиска и творчества для решения поставленной перед ним задачи, так как содержат больший или меньший элемент неизвестности, и имеют, как правило, несколько подходов. Неизвестность ответа и возможность найти свое собственное «правильное»

решение, основанное на своем персональном опыте и опыте товарища, позволяют создать фундамент для сотрудничества, общения в поиске решения.

Карточки с заданиями – дидактическая продукция, направленная на формирование не только знаний, но и развитие внимания, наблюдательности, творческого и логического мышления, умение анализировать и обобщать.

Викторина – занимательная игра, в ходе которой в определённой последовательности (логической, хронологической и др.) перед участниками ставятся вопросы, на которые они дают ответы в устной или письменной форме. Викторина позволяет расширить и углубить знания, полученные в результате самообразования и практической деятельности, усовершенствовать умения анализа и систематизации информации из различных источников, моделирования и прогнозирования действий, направленных на творческие изменения в педагогической практике.

Мини-книжка – издание, состоящее из бумажных листов, на которых печатным или рукописным способом текстовая и графическая информация, имеющая разный объем страниц.

Информационный буклет – это красочная или графическая, текстовая информация на листе с двумя параллельными сгибами, который складывается как ширма. Он структурно разделяет информационные блоки, например, об уходе за каким – либо комнатным растением, в последовательном заранее продуманном порядке. Буклет показывает грамотное оформление обучающимся информации на листе бумаги, показывает умение вычленять из общего потока знаний отдельные детали для решения поставленной педагогом задачи.

Практические методы. Практические методы обучения основаны на практической деятельности обучающихся. Этими методами формируют практические умения и навыки. К практическим методам относятся

- упражнения;
- лабораторные;
- практические работы.

Упражнения. Под упражнениями понимают повторное (многократное) выполнение умственного или практического действия с целью овладения им или повышения его качества. Упражнения применяются при изучении всех предметов и на различных этапах учебного процесса.

Упражнения по своему характеру подразделяются на: устные, письменные, графические и учебно-трудовые.

По степени самостоятельности обучающихся при выполнении упражнений выделяют:

- а) упражнения по воспроизведению известного с целью закрепления – воспроизводящие упражнения;
- б) упражнения по применению знаний в новых условиях – тренировочные упражнения;

Устные упражнения способствуют развитию логического мышления, памяти, речи и внимания обучающихся. Они отличаются динамичностью, не требуют затрат времени на ведение записей.

Графические упражнения - работы обучающихся по составлению схем, чертежей, графиков, технологических карт, изготовление альбомов, плакатов, стендов, выполнение зарисовок при проведении лабораторно-практических работ, экскурсий и т.д.

Учебно-трудовые упражнения – практические работы обучающихся, имеющие производственно-трудовую направленность. Целью этих упражнений является применение теоретических знаний обучающихся в трудовой деятельности. Такие упражнения способствуют трудовому воспитанию обучающихся.

Входное тестирование.

- 1. Строение тела человека подразделяется на:**
 - а) верхнее
 - б) внутреннее
 - в) наружное
 - г) внешнее
- 2. Внутренний орган человека, увеличивающийся в объёме при вдохе:**
 - а) сердце
 - б) грудь
 - в) лёгкие
 - г) печень
- 3. Часть тела, где находится орган, отдающий команды:**
 - а) грудь
 - б) голова
 - в) сердце
 - г) мозг
- 4. Наука, изучающая здоровье человека:**
 - а) биология
 - б) физиология
 - в) физкультура
 - г) анатомия
- 5. Часть тела, в которой располагаются внутренние органы:**
 - а) шея
 - б) туловище
 - в) голова
 - г) конечности
- 6. Чтобы быть сильным, ловким надо**
 - а) много есть и спать
 - б) заниматься спортом
 - в) читать книги, смотреть мультфильмы
- 7. Выполнение правил гигиены поможет**
 - а) стать высоким и стройным
 - б) быть весёлым и добрым
 - в) сохранить здоровье, быть чистым и опрятным
- 8. Читать надо**
 - а) лёжа, чтобы не уставала спина
 - б) в транспорте, чтобы не терять времени
 - в) при хорошем освещении, чтобы не ухудшалось зрение
- 9. Смотреть телевизор надо**
 - а) на расстоянии трёх метров
 - б) четыре часа в день
 - в) перед сном
- 10. Как часто надо чистить зубы?**
 - а) один раз в неделю
 - б) через день
 - в) два раза в день

90-100% - высокий уровень(9-10) правильных ответов

75-89% - средний уровень(6-8) правильных ответов

50-74% - низкий уровень (5) правильных ответов

Ключ к тесту.

вопросы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ответы	б, г	в	б	г	б, в	б	в	в	а	в

Промежуточное тестирование**1. Согласует работу всех органов:**

- а) головной мозг;
- б) сердце;
- в) печень;
- г) желудок.

2. К внутренним органам относятся:

- а) лёгкие, грудь, сердце, печень, кишечник;
- б) желудок, мозг, голова, сердце, пищевод;
- г) мозг, лёгкие, сердце, печень, желудок;
- в) печень, конечности, сердце, туловище, мозг.

3. Какой орган вырабатывает кислый сок, переваривающий пищу?

- а) печень
- б) желудок
- в) кишечник

4. Какой длинный извилистый орган располагается в животе человека?

- а) печень
- б) кишечник
- в) желудок

5. Какой орган располагается в голове человека?

- а) кишечник
- б) сердце
- в) мозг

6. Что происходит с не переваренными остатками твёрдой пищи?

- а) исчезают сами
- б) через нижние отделы кишечника выводятся из организма
- в) перерабатываются в печени

7. Подумай, какой орган заболевает, если нерегулярно есть.

- а) лёгкие
- б) желудок
- в) сердце
- г) мозг

8. Подчеркни слова, для описания ухода за ушами:

Каждый день мыть уши, ковырять в ушах ручкой, слушать громко музыку, в мороз носить теплый головной убор.

9. Какое значение для человека не имеет нос?

- А) очищает вдыхаемый воздух от пыли и микробов
- Б) согревает вдыхаемый воздух
- В) служит подставкой для очков

10. Допиши букву правильного ответа

- 1. Мы узнаем предметы по запаху, при помощи органа _____
- 2. Вкус пищи мы определяем органом _____
- 3. Тепло, холод, боль мы ощущаем органом _____
- 4. Различать предметы по размеру, форме, цвету помогает орган _____
- 5. Различать речь человека, звуки музыки, шумы помогает орган _____

а) вкуса; б) зрения; в) обоняния г) слуха д) осязания

90-100% - высокий уровень(9-10) правильных ответов

75-89% - средний уровень(6-8) правильных ответов

50-74% - низкий уровень (5) правильных ответов

Ключ к тесту.

вопросы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ответы	а	г	б	б	в	б	а	Каждый день мыть уши, в мороз носить теплый головной убор.	а; в	1-д; 2-а; 3-в; 4-б; 5-г

Тест «Нервная система»

1. Что способствует попаданию информации в головной мозг:

- А) нервы,
- Б) телевизор,
- В) Интернет

2. Какую функцию выполняет головной мозг?

- А) переваривает пищу,
- Б) воспринимает, узнаёт, осознаёт, запоминает, мыслит, управляет мышцами.
- В) отвечает за рост волос

3. Сколько полушарий имеет головной мозг?

- А) одно,
- Б) два,
- В) три

4. Какую функцию выполняет спинной мозг?

- А) управляет работой мышц и внутренних органов, обеспечивает связь всех органов с головным мозгом,
- Б) анализирует информацию, поступающую от органов чувств,
- В) отвечает за речь.

5) Какую функцию выполняют нервы?

- А) переносят к органам питательные вещества,
- Б) защищают организм от вирусов,
- В) передают электрические сигналы от органов к мозгу и команды от мозга к органам.

90-100% - высокий уровень(5) правильных ответов

75-89% - средний уровень(4) правильных ответов

50-74% - низкий уровень (3) правильных ответов

Ключ к тесту.

вопросы	1	2	3	4	5
ответы	а	б	б	а	в

Итоговое тестирование

1. Это утверждение неверное:

- а) гонит кровь по сосудам - *сердце*;
- б) обеспечивают дыхание - *лёгкие*;
- в) главный орган «внутренней кухни» - *пищевод*;
- д) помогает переваривать пищу - *печень*;
- е) питательные вещества впитываются в кровь – *в кишечнике*

2. Наука, изучающая здоровье человека:

- а) биология
- б) физиология
- в) физкультура
- г) анатомия

3. Найди неправильное определение строения человека.

- а) наружное строение
- б) внешнее строение
- в) внутреннее строение

4. Куда поступает съеденная пища?

- а) кишечник
- б) желудок
- в) печень

5. Нади лишнее и объясните почему?

- а) верхние конечности
- б) шея
- в) сердце

6. Этот орган похож на две розовые губки. С помощью его человек дышит.

- а) лёгкие
- б) мозг
- в) сердце

7. Объясни, почему нужно изучать строение организма.

- а) материал есть в учебнике
- б) чтобы стать врачом
- в) чтобы знать, как беречь здоровье
- г) чтобы больше знать

8. Выбери, что поможет сохранять организм здоровым.

- а) режим дня
- б) зарядка
- в) вкусная еда
- г) регулярное питание

9. Что ты сделаешь, если незнакомый человек стоит у лифта?

- а) подожду, когда он уедет
- б) войду с ним в лифт
- в) подожду знакомых соседей по дому

10. Определи порядок приёма пищи во время обеда.

- а) компот
- б) суп гороховый
- в) плов

90-100% - высокий уровень(9-10) правильных ответов

75-89% - средний уровень(6-8) правильных ответов

50-74% - низкий уровень (5) правильных ответов

Ключ к тесту.

вопросы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ответы	в	г	а	б	в внутренний орган	а	в	г	а	б; в; а

Условия реализации программы.

Принципы реализации программы:

- доступности - содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровейка» соответствует возрастным и индивидуальным особенностями обучающихся;
- системности - взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов программы, системность и последовательность образования и воспитания;
- постепенности - стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка;
- индивидуализации - осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания, опираясь на индивидуальные особенности обучающихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие;
- учёта возрастных и индивидуальных особенностей, обучающихся - является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий;
- наглядности - процесс обучения строится с максимальным использованием форм привлечения органов чувств ребёнка к процессу познания;
- развитие основ социальной и жизненной адаптации обучающихся.

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы имеется учебный кабинет соответствует СанПиН, ноутбук, проектор, экран. ТСО, электронные образовательные ресурсы. Компьютер Программные продукты Звуковые колонки Интерактивная панель

Для проведения занятий необходимо следующее оборудование: Фотоаппарат Лазерная указка-презентатор Цифровой USB-микроскоп Микроскоп стереоскопический (бинокуляр) Тренажер-манекен «Максим» Модель разборная «Торс человека» Скелет человека, 170 см Анатомическая модель глаза Анатомическая модель уха Модель гортани в разрезе Модель желудка в разрезе Модель носа в разрезе Модель сердца (демонстрационная) Набор «Имитатор ранений и поражений» Комплект микропрепаратов «Анатомия»(базовый)

Кадровое обеспечение.

Дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу «Здоровейка» реализует автор программы Корниенко Татьяна Ивановна, педагог дополнительного образования.

Информационное обеспечение.

Разработки занятий, мультимедийные презентации, таблицы, иллюстрации, дидактический, раздаточный материал по темам занятий, интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека», комплект практических работ (биологических опытов), методическая литература, интернет источники.

Список литературы.

- 1.Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. - М.: «Просвещение», 2013.
- 2.Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 1-4кл. М., 2009 г.
- 3.Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 2013 г
- 4.Листова А.Ф. Гигиена детей и профилактика острых инфекций в школе. - М.: Министерство просвещения РСФСР, 2015.
5. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися. - Мн.: «Тесей», 2011 г.
- 6.Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь - М., 2014 г.
- 7.Спектор А.А. Большой иллюстрированный атлас анатомии человека/ А. А. Спектор. — Москва: Издательство АСТ, 2016. — 160 с.: ил. ISBN 978-5-17-096739-1. © ООО «Издательство АСТ», 2016 © Оформление, обложка, иллюстрации ООО «Интеджер», 2016.
- 8.Татарникова Л.Г., Захаревич Н.Б., Калинина Т.Н. Валеология. Основы безопасности ребёнка – СПб., 2014 г

Список литературы для учащихся

- 1.Вишневская Е.Л., Барсукова Н.К., Широкова Т.И. Основы безопасности жизнедеятельности. Пособие для учащихся 4-5 кл. – М.: Русское слово, 1995 г.
- 2.Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя и о тебе. – М.: Просвещение, 1991 г.
- 3.Зайцев Г.К. Уроки Айболита. – СПб., 1997 г.
- 4.Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. – СПб., 1996 г.
- 5.Зайцев Г.К. Твои первые уроки здоровья. – СПб., 1995 г.
- 6.Залесский М. Занимательная анатомия для детей, или как устроен человек и его меньшие братья. – М.: Росмэн, 1998 г.
- 7.Залесский М. Стань сильным. - М.: Росмэн, 2000 г.
- 8.Пармз К.А. Путешествия Джуно: Приключение в стране «Здоровье». – М.: Просвещение, 1993 г.
- 9 Семёнова И.И. Учусь быть здоровым, или как стать Неболейкой. – М.: Педагогика, 1989 г.
- 10.Самоукина Н.В. Игры в школе и дома – М.: Новая школа, 1993 г.
- 11.Энциклопедия «Собери и познай человеческое тело». – М.: Ашет Коллекция, 2011 г.

Интерне-источники:

- 1.Как самому сделать стетоскоп <https://ru.wikihow.com/>
- 2.Лаборатория знаний. Опыты по анатомии «Что умеет наше тело» <http://laboratoriya-znaniy.ru/index.php/zanimatelnye-opyty-po-biologii/opyty-po-anatomii-chto-umeet-nashe-telo>
- 3.Медицина. Опыты по биологии. http://www.lmagic.info/rubber_bones.html
- 4.Пищеварение «ОТ» и «ДО»: как желудочно-кишечный тракт перерабатывает еду <https://zen.yandex.ru/media/id/>
- 5.Пищеварение. Об удивительных превращениях пищи в организме человека <https://pandia.ru/text/79/037/22887.php>

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя описание:

1. *форм занятий*: экскурсия, устный журнал, творческая мастерская, занятие – путешествие, защита докладов (творческих работ), практическое занятие, занятие-исследование, занятие-игра, трудовой десант, занятие-лекция, круглый стол;

2. *методы организации учебно-воспитательного процесса*: словесный, наглядный, практический, проблемный, метод проектов, психологический, исследовательский, игровой и приемы;

3. *дидактический материал, техническое описание занятий*;

4. *формы подведения итогов разделам программы*: тест, анкета,

Занятие – путешествие - совершается обучающимися в воображаемых условиях, где все действия и переживания определяются игровыми ролями или действиями. Такая форма занятия позволяет стимулировать познавательную активность обучающихся, содействуя обогащению их учебной информацией об истории зарождения и развития различных наук, учреждений культуры, направлений в той или иной области, возможных вариантов решения стоящих перед человечеством экологических проблем и пр.

Практическое занятие – это форма организации учебного процесса, при использовании которой обучающиеся по заданию и под руководством педагога выполняют одну или несколько практических работ. Оно может включать в себя лабораторную работу, викторины, упражнения и т.д. для мотивирования детей к теме, углубления, расширения и детализации полученных знаний для решения практических заданий. Главное, чтобы цель занятия была понятна не только педагогу, но и обучающимся, это придает учебной работе жизненный характер, утверждает необходимость овладения опытом практической деятельности, связывает их с практикой жизни.

Занятие-исследование предполагают ознакомление и овладение методиками проведения исследований для более глубокого осмысления особенностей строения и развития растений, существующих взаимосвязей между растительным миром, окружающей средой и здоровьем человека.

Занятие-лекция практикуются при изложении нового довольно объёмного и достаточно сложного материала с использованием приёмов активизации учебно-познавательной деятельности обучающихся, в том числе приучения их к конспектированию излагаемого материала или оформлении информации в виде схем или рисунка. Это может быть занятие по ознакомлению с гормонами роста растений, информированием об проведенных опытах над ними ученых и пр.

Творческая мастерская – специальное занятие, подразумевающее возможность изготовления творческой работы или учебного пособия, ориентируясь на особенности изучаемого объекта или свойства материала с последующей защитой. Для её проведения необходимо подобрать как можно больше индукторов – мотивационных моментов, чтобы создать активную творческую и исследовательскую позицию обучающихся, помочь увидеть вопрос или проблему, заинтересоваться поисками вариантов её решения. Объединение гипотез, взаимная оценка индивидуально созданных проектов, позволяет ребенку сопоставить свои знания с опытом товарища, скорректировать их с учетом полученной в процессе взаимодействия информации, таким образом, происходит взаимообогащение субъективного опыта партнеров. Каждый участник выбирает себе пару (группу) сам и они совместно осуществляют задуманное.

Словесный метод помогает передавать обучающимся информацию, ставить перед ними учебную задачу, указывать пути ее решения.

Инструктаж- это устное объяснение, имеющее целью довести до детей обязательные требования по организации труда (например, грамотное обращение с ножницами, клеем, поведение на экскурсии и пр.), правильному использованию техники

(компьютера, микроскопа и пр.), соблюдению конкретных условий, необходимых для выполнения задания.

Беседа – диалогический метод обучения, при котором педагог путем постановки системы вопросов подводит обучающихся к пониманию нового материала или проверяет усвоение ранее изученного.

Рассказ – это последовательное связанное доступное изложение материала в описательной или повествовательной форме. Это может быть информация об исторических событиях, деятельности ученых и пр., главное чтобы в ней присутствовала законченность убеждений, связь с показом наглядности, научность.

Объяснение – это истолкование закономерностей, причин, его вызвавших, существенных свойств изучаемого объекта. Прием используется для раскрытия внутренних связей и явлений, отдельных понятий или явлений.

Лекция – монологический способ последовательного изложения материала по какой-либо проблеме, теме вопроса и т. д. Она отличается от других словесных методов более строгой структурой, обилием сообщаемой информации, логикой изложения материала, системным характером освещения знаний.

Наглядный метод предполагает показ предметов, процессов и явлений в их символическом изображении с помощью плакатов, карт, портретов, фотографий, рисунков, схем, репродукций и т.п. Метод демонстраций служит преимущественно для раскрытия динамики изучаемых явлений, но используется и для ознакомления с внешним видом предмета, его внутренним устройством.

Демонстрация – показ наглядности, рассчитанный на групповое восприятие какого-либо предмета или явления как действия определенного лица, представляющего объект для обозрения группой обучающихся. Благодаря зрительному восприятию предметов и процессов у них возникают представления в виде конкретных образов, правильно отображающих объективную действительность. На основе полученных представлений происходит формирование понятий.

Презентация – эффективный способ донесения информации, наглядно представить содержание, выделить и проиллюстрировать сообщение и его содержательные функции.

Образец работы – оригинал творческой работы для показа при изготовлении какого – либо изделия или композиции.

Практический метод обучения – это метод, с помощью которого педагог придает познавательной деятельности обучающихся, усвоению новых знаний, умений практический характер.

Практическая работа – целенаправленная деятельность, направленная на формирование у детей практических навыков для изучения содержания данной темы. Примерами практических работ может являться: изучение нормативных документов, схем, литературы и выполнение заданий с их использованием, определение и расчет различных показателей и пр. Эффективность работы зависит от проработки всех этапов рабочей карты и инструктирования обучающихся по её выполнению, соблюдению техники безопасности.

Поиск понятия – прием, заключающийся в командном поиске информации при ответе на поставленный вопрос, при котором происходит вычленение основных понятий или свойств описываемого явления или объекта. Применяется при проведении викторины, озвучивании загадок и т.д.

Обмен мнениями предполагает попеременный обмен мнениями (включая мимику и жесты) по поводу единого предмета обсуждения с целью развития представлений по теме. Происходит сопоставление, дополнение, уточнение различных точек зрения данной проблемы. При этом происходит «мягкая проблематизация» и противопоставление разных точек зрения, нет их столкновения, а скорее – взаимонаращивание, взаиморазвитие исходных представлений.

Прием сравнения – зрительное сопоставление различных предметов или частей одного объекта с другим, находящимся перед глазами обучающихся, для выявления характерных черт, особенностей объекта, показа его оригинальности. При этом сравнивают друг с другом как схожие, так и разные по своему внешнему облику объекты, давая возможность, например, представить действительную величину объекта (например, высоту дерева).

Работа с книгой, определителями, тематическими материалами - метод обучения, включающий ряд приёмов самостоятельной работы с печатными источниками: конспектирование (краткое изложение, краткая запись прочитанного); заполнение таблиц, составление схем по смыслу и озаглавливание их.

Проблемный метод обучения – это совокупность действий, приемов, направленных на усвоение знаний через активную мыслительную деятельность, содержащую постановку и решение продуктивно-познавательных вопросов и задач, содержащих противоречия (учебные или реальные) способствующих успешной реализации целей учебно-воспитательного процесса.

Проблемный вопрос – это вопрос, на который у ребенка нет заранее готового ответа, этот ответ он ищет самостоятельно. В отличие от обычного, проблемный вопрос не предполагает простого вспоминания и воспроизведения знаний. Например, вопрос «К чему относится луковица?» имеет воспроизводящий характер, а вопрос «Почему луковица выглядит подобным образом?» носит проблемный характер.

Прием проблемной ситуации – это состояние умственного затруднения обучающихся, вызванное недостаточностью ранее усвоенных ими знаний и способов деятельности для решения познавательной задачи, задания или учебной проблемы. Он состоит в том, что в рассказе педагога ставится проблема, связанная с темой занятия. Постановка проблемы заставляет детей задуматься и понуждает найти правильный ответ на поставленные педагогом вопросы. В ряде случаев обучающимся предлагается найти альтернативу предложенному решению вопроса.

Исследование- глубокое изучение объекта, его внимательное рассмотрение с заранее поставленной целью: выяснение какого-либо вопроса, получение ответа, установление причин исторического события или природного явления.

Инструкция – сведения (алгоритм действий, перечень советов) о выполнении каких – либо операций или осуществления каких - либо функций. Например, это может быть инструкция о поведении детей во время экскурсии, правильное обращение с ножницами и т.д.

Тематический подбор материала – папка с систематизированным подбором материалов по какой – либо теме и указанием содержания. Например, это может быть подбор пейзажей природы и природных явлений, материалы из периодических изданий или Интернета об истории возникновения проблемы чистоты атмосферы и т.д., которые используются в нескольких целях: для самостоятельной работы детей на занятии, для составления тестовых и других заданий, для подготовки педагога и выборе содержания занятия.

Карточки с заданиями – дидактическая продукция, направленная на формирование не только знаний, но и развитие внимания, наблюдательности, творческого и логического мышления, умение анализировать и обобщать.

Тест – система параллельных заданий возрастающей трудности, специфической формы, которая позволяет качественно и эффективно измерить уровень знаний обучающихся. Главное, чтобы тестовое задание было сформулировано четким языком, соответствовать теме и целям тестирования, содержать краткую инструкцию по её выполнению.

Компетентностно-ориентированное задание (сокращенно - КОЗ) – учебное задание, которое требует от обучающегося не простого воспроизведения знаний, а активного поиска и творчества для решения поставленной перед ним задачи, так как

содержат больший или меньший элемент неизвестности, и имеют, как правило, несколько подходов. Неизвестность ответа и возможность найти свое собственное «правильное» решение, основанное на своем персональном опыте и опыте товарища, позволяют создать фундамент для сотрудничества, общения в поиске решения.

Мини-книжка – издание, состоящее из бумажных листов, на которых печатным или рукописным способом текстовая и графическая информация, имеющая разный объем страниц.

Доклад – это развернутое устное изложение какой-либо темы, сделанное публично. В качестве тем для доклада педагог предлагает материал из разделов занятий, выносимый на самостоятельное изучение детьми с целью формирования у них исследовательских навыков и умений, вычленению главного из общего потока информации.

Методы и приемы обучения

Объяснительно – иллюстративный (беседа, рассказ, экскурсия, объяснение, показ иллюстраций).

Репродуктивный (выполнение упражнений по образцу, по схеме, демонстрация приемов выполнения комплексов упражнений).

Проблемно – поисковый (наблюдение, анализ и синтез объекта, индукция – дедукция).

Исследовательский (творческие проекты, самостоятельная работа).

Инновационные технологии, используемые и предусмотренные программой.

Образовательные технологии

Технология развивающего обучения – активизация памяти, внимания, мышления.

Технология эффективности организации и управления образовательным процессом – качество освоения программного материала.

Технология интенсификации и активной познавательной деятельности – создание ситуации успешности, поддержки, способствует творческому развитию личности.

Образовательные технологии направлены на развитие важнейших компетенций обучающихся для современной жизни.

Здоровьесберегающие технологии

Индивидуально – дифференцированный подход, снятие эмоциональной нагрузки, напряжения, закрепощенности.

Дыхательная гимнастика – укрепление физического здоровья.

Игровые динамические паузы – снятие перегрузок, снятие утомляемости глаз.

Наблюдения за учащимися показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе позволяет детям более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности.

Игровые технологии

Ролевая игра – предполагает отработку тактики поведения, действий, выполнения функций и обязанностей конкретных лиц.

Дидактическая игра – основной акцент при проведении делается на занимательность, которая реализуется с помощью игровых атрибутов, вспомогательных средств.

Подвижные игры – один из способов физического развития ребенка. Это сознательная, активная деятельность ребенка, для которой характерно своевременное и точное выполнение заданий, связанных с правилами, обязательными для всех участников.

Активны и другие методы познания анатомии: чтение, беседы, диалог, объяснение, работа с таблицами, муляжами, составление мини-книжек изучаемых органов, методы игры, упражнения (тренинг), моделирование, решение проблемных ситуаций, обсуждение сообщений, и др.

Выбор таких форм организации занятий обусловлен рядом факторов:

- необходимостью регулярной работы с таблицами, эмоциональностью их воздействия на детей;
- возможностью максимального выявления, использования индивидуального опыта каждого обучающегося в деле сохранения здоровья;
- возрастными особенностями детей и их запросами для разрядки и восстановления сил после напряженного школьного дня.

Комплект практических работ. Биологические опыты.

Опыт «Наклоны в сторону»

Тебе понадобятся: Помощник, сантиметровая лента.

Твои действия:

- Встань спиной к стене так, чтобы между ногами помещалась одна ступня.
- Вытяни руки вдоль туловища и распрями пальцы.
- Попроси помощника измерить расстояние от среднего пальца твоей руки до пола.
- Наклонись как можно ниже в сторону, не сдвигая ног.
- Пусть твой приятель снова измерит расстояние от среднего пальца руки до пола.

Насколько оно сократилось?

- Теперь наклонись в другую сторону и проведи такие же измерения. Совпали ли результаты при наклонах в разные стороны?

Продолжим эксперимент:

- Проведи рукой по позвоночнику помощника.
- Пусть он наклонит голову вперед. Найди у него отчетливо выступающий седьмой шейный позвонок.
- Не убирай руку с позвоночника помощника. Он должен сначала медленно наклониться, потом повернуться в одну, а затем в другую сторону. Чувствуешь ли ты, как двигаются его позвонки?

Комментарий

Позвоночник может изгибаться во все стороны, потому что он состоит из множества косточек-позвонков, соединенных между собой связками. Разница между расстоянием до пола при прямой спине и при наклоне в сторону — как правило, не менее 15 сантиметров. Именно это число показывает подвижность твоего позвоночника. Чем число больше, тем позвоночник гибче.

Опыт «Попробуем вытянуться»

Тебе понадобятся: Стена, мелок, сантиметровая лента.

Твои действия:

- Нарисуй мелом на стене крестик на уровне плеча.
- Стань лицом к стене на некотором расстоянии от нее.
- Вытяни руку как можно выше и нарисуй на стене круг.
- Теперь повернись к стене правым боком так, чтобы правое плечо находилось напротив крестика.
- Правой рукой снова нарисуй на стене большой круг. Будь осторожен: не повреди плечо!
- Измерь радиус круга (расстояние от нарисованного тобой крестика до окружности). Это число покажет тебе, насколько далеко ты можешь вытянуть руку вперед, назад и вверх.

Продолжим эксперимент:

- Попробуй дотянуться до различных участков тела локтем, коленом и подбородком.
- Выясни, есть ли на твоём теле места, до которых ты не можешь достать рукой.
- Проверь, во все ли стороны можно двигать локтем и пальцем руки.

Комментарий

Существует несколько видов суставов. Плечевой сустав относится к шаровидным и отличается особой подвижностью. На теле человека нет таких мест, до которых нельзя

дотянуться рукой. К блоковидным относятся локтевой сустав (его движение ограничено) и суставы пальцев, которые могут двигаться только вперед-назад.

Эксперимент «Эластичная кость»

Необходимые материалы:

Уксус

Банка с крышкой

Кость (куриная голень)

1. Очистите куриную кость, поместите в банку. Залейте уксусом так, чтобы кость была покрыта полностью. Банку плотно закройте крышкой, чтобы исключить испарение.
2. Через одну неделю проверьте, что изменилось.

Вывод: изучили влияние уксуса на костную ткань. Выяснили, что под воздействием уксуса костная ткань теряет свое первоначальное свойство – твердость, становится мягкой и гибкой, а еще темнеет. Разрушается внутренняя структура – кость становится пустой внутри. Получается, что кислота действительно вымывает кальций из костной ткани.

Практическая работа «Пропорции тела»

Тебе понадобятся: Помощник, сантиметровая лента, линейки.

Твои действия:

- Разведи руки в стороны.

Пусть твой помощник измерит расстояние от кончика среднего пальца одной твоей руки до кончика среднего пальца другой.

- Знаешь ли ты свой рост? Если нет, измерь его у стены.

- Сравни данные — размах рук и твой рост.

Продолжим эксперимент:

- Пусть помощник с помощью линеек и сантиметровой ленты выяснит длину твоей головы — расстояние от подбородка до макушки. Как длина головы соотносится с твоим ростом?

- Прислонись спиной к стене и попроси приятеля отметить на стене ширину твоих бедра и локтя. Проще всего отметить две точки (с одной стороны локтя и с другой) с помощью линейки, а потом измерить расстояние между ними. Сравни ширину локтя с шириной бедра.

- Помести кончик большого пальца между нижней и средней фалангами указательного пальца, а сам палец приложи к основанию переносицы. Отличаются ли по длине нос и две крайние фаланги указательного пальца?

- Выясни соотношение других частей тела. Например, длину ступни и предплечья, расстояние от локтя до плеча и длину ступни, рост и длину ноги от колена до бедра.

Комментарий

Человеческое тело гармонично и пропорционально, но с возрастом пропорции тела изменяются. У маленьких детей длина головы составляет $\frac{1}{4}$ часть роста, у взрослых — $\frac{1}{7}$. Если расставить руки, то расстояние от кончиков пальцев одной руки до кончиков пальцев другой будет соответствовать росту. Длина ступни обычно равна длине предплечья. Длина ноги от колена до бедра меньше половины роста, а длина носа соответствует длине двух крайних фаланг указательного пальца.

Опыт «Попрыгаем»

Тебе понадобятся: Стена, мелок или карандаш, сантиметровая лента.

Твои действия:

- Повернись правым боком к стене, вытяни правую руку вверх и проведи на стене черточку.

- Подпрыгни как можно выше и опять проведи черточку. Постарайся не вытягиваться вверх, когда прыгаешь.

- Измерь расстояние между черточками. Это и есть высота твоего прыжка.

Продолжим эксперимент:

- Приподнимись на носочки 20 раз подряд. Чувствуешь, как работают икроножные мышцы и голеностопный сустав?
- Сядь на стул и сразу же встань. Сделай не меньше 20 подобных приседаний. Ощущаешь ли ты усталость в мышцах бедра?

Комментарий

Мышцы напрягаются, когда сокращаются. Когда ты подпрыгиваешь, сокращаются мышцы ног и работают бедренные, коленные и голеностопные суставы. Потом мускулы, сгибающие суставы, расслабляются, чтобы не препятствовать движению. Упражнение с прыжками очень полезно для тренировки мышц ног и используется спортсменами для разминки.

Опыт «Накаченные мышцы»

Тебе понадобятся: Помощник, сантиметровая лента, стол, напольные весы.

Твои действия:

- Найди самое широкое место руки и измерь его сантиметром.
- Теперь напряги мышцы и опять измерь руку в этом же месте.
- Попробуй подвигать рукой в разные стороны и выяснить, в каком положении ее мышцы кажутся наиболее объемными

Продолжим эксперимент:

- Сядь перед столом, положи весы на руки. Прижми весы ладонями к крышке стола снизу так, чтобы тебе был виден дисплей. Как можно сильнее надави на весы. Какое число ты видишь на дисплее? Как долго ты можешь удерживать весы в таком состоянии? Чувствуешь, что руки сгибаются за счет мышц, расположенных на их внешней стороне? Положи весы на стол и надави на них ладонями, поставленными ребром. Не наклоняйся вперед. Какие теперь числа ты видишь на весах? Ощущаешь, что когда пытаешься выпрямить (или вытянуть) руки, сокращаются мышцы, расположенные с их внутренней стороны?
- Попробуй измерить силу других мышц, используя весы.

Комментарий

Рука увеличивается в объеме тогда, когда ее мышцы сокращаются. Мышцы, позволяющие сгибать руку, прежде всего бицепсы, обычно сильнее тех мышц, которые помогают тебе руку вытягивать. В некоторых случаях мышцы работают постоянно. Это происходит, когда сустав неподвижен, а мышцы долго напряжены и натянуты. Например, именно так мышцы работают, когда мы несем или толкаем что-то.

Во время работы мышцам требуются кислород и питательные вещества, которые передаются с кровью. При постоянной работе мышц кровеносные сосуды сжаты, и кислород перестает поступать. От этого мышцы быстро устают.

Биологический опыт «Кровь и мышцы»

Тебе понадобятся: Книга, секундомер или часы с секундной стрелкой.

Твои действия:

- Положи на ладонь вытянутой руки книгу. Как долго ты можешь держать книгу? Как на это реагируют твои мышцы?
- Подержи книгу на ладони другой руки, делая каждые 15 секунд перерыв на 3 секунды. Есть ли разница в ощущениях? Насколько дольше ты теперь можешь удержать книгу?

Комментарий

Кровеносные сосуды, по которым кровь движется от сердца и притекает к сердцу, очень чутко реагируют на давление, а мышцы не способны на длительную работу, не получая свежей крови. Например, достаточно тяжело держать руки вытянутыми в течение

длительного времени. Поэтому после любого напряжения важно дать мышцам немного отдохнуть, чтобы обеспечить к ним приток крови.

Биологический опыт «Глаза в глаза»

Тебе понадобятся: Зеркало, увеличительное стекло.

Твои действия:

- Посмотри на свой глаз в зеркало через увеличительное стекло и без него.
- Внимательно рассмотри бровь, веко, ресницы, зрачок, радужную оболочку, глазной белок, роговицу. Учти, что некоторые места проще увидеть, если изучать чужой глаз.

Комментарий

Брови и ресницы защищают глаза от пота и пыли. Если что-то попадает на ресницы, мы моргаем. Веко не только оберегает глаз, но и увлажняет его. Зрачок — это отверстие в радужной оболочке, через которое проходит свет. Полукруглую роговицу лучше всего видно, если смотреть на глаз сбоку. Она прозрачна и служит для фокусирования лучей света. Роговица переходит в глазной белок, на котором можно рассмотреть тонкие кровеносные сосуды. Чтобы глаз всегда был влажным и чистым, он постоянно выделяет слезную жидкость. Избыток слезной жидкости уходит через слезные железы в носовую полость.

Биологический опыт «Глазное окошко»

Тебе понадобятся: Помощник, карманный фонарик.

Твои действия:

- Пусть помощник повернется лицом к самой темной части комнаты, а ты рассмотри его зрачки.
- Посвети фонариком ему в глаза. Что происходит с его зрачками?

Продолжим эксперимент:

- Пусть твой друг приложит ладонь ребром к носу, отделив ладонью глаза друг от друга. Посвети ему в один глаз фонариком. Что происходит со зрачком второго глаза?
- Долго и пристально смотрите в глаза друг другу. Меняется ли величина зрачка, если освещение в комнате неизменно?

Комментарий

Зрачок пропускает свет, на который реагирует зрительный нерв. При ярком освещении радужная оболочка увеличивается, а зрачок сужается. Это происходит автоматически за счет работы мышц глаза, поэтому оба зрачка, даже если свет падает только на один из них, реагируют одинаково. При серьезных мозговых травмах рефлекс зрачка проявляется не так, как обычно, поэтому врачи при необходимости проверяют реакцию зрачка.

Календарный учебный график

Количество учебных недель – 36 Количество учебных занятий – 36 Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа, всего 72 часа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел 1. Введение – 4 часа (4/0)								
1				интегрированное занятие	2	Введение в образовательную программу «Здоровейка».	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
2				интегрированное занятие, занятие путешествие	2	Введение в образовательную программу «Здоровейка».	СОШ №2 г.Строитель СЮН	работа по карточкам, устный опрос, входящее тестирование
Раздел 1. Покровная система 4 часа (3/1)								
3				интегрированное занятие, занятие-исследование	2	Системы организма человека	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
4				интегрированное занятие, занятие-исследование	2	Покровы человека	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
Раздел 2. Опорно-двигательная система 12 часов (4/8)								
5				интегрированное занятие, занятие-исследование, творчества.	2	Скелет человека	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос, выставка.

6				интегрированное занятие, занятие-исследование, практическая работа	2	Пропорции тела	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
7				интегрированное занятие, занятие-исследование, практическая работа	2	Мышцы человека	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
8				интегрированное занятие, занятие-исследование, практическая работа	2	Мышцы и движение	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
9				интегрированное занятие, практическая работа	2	Осанка	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
10				интегрированное занятие, практическая работа	2	Плоскостопие	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос, тестирование
Раздел 3. Пищеварительная система 6 часов (3/3)								
11				интегрированное занятие, занятие исследование, практическая работа.	2	Органы пищеварения	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос, защита

12				интегрированное занятие, практическая работа.	2	Питание	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
13				интегрированное занятие, практическая работа	2	Пищевые отравления	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
Раздел 4. Органы чувств 10 часов (6/4)								
14				интегрированное занятие, практическая работа	2	Органы зрения	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
15				интегрированное занятие, практическая работа	2	Органы слуха	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
16				интегрированное занятие, практическая работа, тестирование	2	Органы вкуса и обоняния	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
17				интегрированное занятие, практическая работа	2	Органы осязания	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
18				интегрированное занятие, исследование, практическая работа	2	Гигиена органов чувств	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос, промежуточн

								ое тестирование
Раздел 5. Нервная система 6 часов (4/2)								
19				интегрированное занятие, занятие- игра, обобщение	2	Головной мозг	СОШ №2 г.Строитель СЮН	работа по карточкам, тестирование , квест- практикум.
20				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Спинной мозг	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
21				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Гигиена нервной системы	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
Раздел 6. Сердечно-сосудистая система 8 часов (4/4)								
22				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Кровь	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
23				интегрированное занятие, занятие исследование, практическая работа	2	Сердце	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
24				интегрированное занятие, занятие исследование, практическая работа	2	Гигиена сердечно- сосудистой системы	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос

25				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Первая помощь при порезах	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
Раздел 7. Дыхательная система 8 часов (3/5)								
26				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Дыхание	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
27				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Дыхание	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
28				интегрированное занятие, занятие исследование	2	Голос	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
29				занятие конференция, обобщение	2	Гигиена дыхания	СОШ №2 г.Строитель СЮН	устная презентация, публичная защита
Раздел 8. Безопасность и ЗОЖ 12 часов (7/5)								
30				интегрированное занятие, занятие исследование, практическая работа	2	Безопасность в повседневной жизни	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
31				интегрированное занятие, занятие творчества, практическая работа	2	Безопасность в повседневной жизни	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос

32				интегрированное занятие, практическая работа	2	Польза и вред телефона	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
33				интегрированное занятие, практическая работа	2	Здоровье и ЗОШ	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
34				интегрированное занятие	2	Правильное питание	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
35				интегрированное занятие, занятие проект	2	Иммунитет	СОШ №2 г.Строитель СЮН	Работа по карточкам, устный опрос
Обобщение. 2 часа (2/0)								
36				обобщающее занятие, занятие игра	2	Мы выбираем ЗОШ	СОШ №2 г.Строитель СЮН	устный опрос, итоговое тестирование

Модули к рабочей программе
Календарно-тематический план 2021-2022 учебный год
Количество учебных недель – 36 Количество учебных дней – 36 Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа, всего 72 часа

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Кол -во часо в	Содержание деятельности		Воспитатель ная работа	Дидактически е материалы, техническое обеспечение	Индекс компетенции
	Предполагаем ые	Фактические				Теоретическ ая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности			
Введение - 4 часа/4/0										
1			Введение в образовательн ую программу «Здоровейка».	интегриро ванное занятие	2	Набор группы. Введение в образовательн ую программу «Здоровейка». ТБ. рассказ, беседа, объяснение		Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, модели, тренажеры, инструкции ТБ	КМК (коммуникати вная) КЛС (личностного самосоверше нствования) КК(когнитив ная)
2			Введение в образовательн ую программу «Здоровейка».	интегриро ванное занятие, занятие путешест вие	2	Набор группы. Введение в образовательн ую программу «Здоровейка». ТБ. Что мы знаем о ЗОЖ?		Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, интеллектуальн ая игра «Мое здоровье», тест, презентация, модели, тренажеры	КМК(коммун икативная) КЛС(личност ного самосоверше нствования) КК(когнитив ная)

						Понятие о здоровом образе жизни.интеллектуальная игра «Мое здоровье». Входящее тестирование. рассказ, беседа, объяснение				
Раздел 1. Покровная система 4 часа (3/1)										
3			Системы организма человека	интегрированное занятие, занятие-путешествие	2	Дать понятие система человека. Органы и системы человека, их основные функции. рассказ, беседа, объяснение		Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, скелет, презентация.	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
4			Покровы человека	интегрированное занятие, занятие-исследование	2	Выяснить из чего состоит покровная системы. Кожные покровы, волосы,	опыты, исследовательская работа «Тепло или холодно», «Посчитаем до двух», «Сила одного волоса»	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, скелет, презентация.	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)

						ногти, правила ухода за ногтями, кожей, волосами. рассказ, беседа, объяснение	рассказ, беседа, объяснение			
Раздел 2. Опорно-двигательная система 12 часов (4/8)										
5			Скелет человека	интегриро ванное занятие, занятие- исследова ние	2	Дать понятие скелет. Как я устроен, строение и функции скелета. рассказ, беседа, объяснение	опыты, эксперименты, исследовательска я работа «Наклоны в сторону», «Попробуем вытянуться», «Гибкость позвоночника», «Эластичные кости» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, скелет, презентация. ТБ	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)
6			Пропорции тела.	интегриро ванное занятие, занятие- исследова ние,	2		практическая, исследовательска я работа «Пропорции тела», «Эластичные кости»	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, набор «Имитатор ранений и поражений» ТБ	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)

							рассказ, беседа, объяснение			
7			Мышцы человека	интегрированное занятие, занятие-исследование,	2	Дать понятие мышцы. Работа мышц. рассказ, беседа, объяснение	опыты «Попрыгаем», «Накаченные мышцы» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация. Интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека» ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная))
8			Мышцы и движение	интегрированное занятие, занятие-исследование,	2		опыты «Хватка», «Захват», «Палец – нос» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация. ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная))
9			Осанка.	:интегрированное занятие, занятие-исследование, творчества.	2	Дать понятие осанка. Изучение своей осанки. Профилактика сколиоза. рассказ, беседа, объяснение	комплекс упражнений для формирования правильной осанки, изготовление буклета. рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация. ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная))
10			Плоскостопие.	интегрированное занятие, занятие-творчество,	2	Дать понятие плоскостопие. Профилактика плоскостопия рассказ,	творческий проект «Массажные стопы» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и	дидактические карточки, презентация. ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная))

				проектная работа.		беседа, объяснение		здоровью		икативная)
Раздел 3. Пищеварительная система 6 часов (3/3)										
11			Органы пищеварения	занятие путешествие, занятие эксперимент.	2	Дать понятие о пищеварительной системе, выяснить какие органы относятся к пищеварительной системе. Взаимосвязь пищеварительной системы и зубов. рассказ, беседа, объяснение	биологические опыты «Как ферменты переваривают пищу», «Зубы» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация. ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
12			Питание	интегрированное занятие, занятие игра, занятие эксперимент	2	Выяснить какие продукты питания можно отнести, к полезным и вредным для здоровья человека. рассказ, беседа,	составление меню «Правильное питание» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, игра «Поле чудес» «Вкусное. Полезное. Вредное»	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)

						объяснение Содержание в продуктах питания белков, жиров и углеводов их влияние на сохранение здоровья. рассказ, беседа, объяснение				
13			Пищевые отравления	интегриро ванное занятие,	2	Дать понятие «Пищевое отравление», признаки пищевом отравления, способы оказание первой помощи при пищевом отравлении рассказ, беседа, объяснение	практическая работа «Экспертиза продуктов», сроки их реализации. рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(коммун икативная)

Раздел 4. Органы чувств 10 часов (6/4)										
14			Органы зрения	интегрированное занятие, занятие исследование	2	Знакомство с органами чувств человека и их назначением. Дать понятие «Органы зрения» Зрение и его защита. Правила бережного отношения к зрению. рассказ, беседа, объяснение	биологические опыты «Глаза в глаза», «Глазное окошко», «Разные глаза – разные картинки», «Какой глаз главный» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
15			Органы слуха	интегрированное занятие, занятие исследование	2	Дать понятие «Органы слуха и равновесия», слух и его защита. Правила бережного отношения к слуху. рассказ, беседа, объяснение	биологические опыты «Слышишь, как падает иголка?», «Определи звук», «Удержи равновесие» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)

16			Органы вкуса и обоняния	интегрированное занятие, практическая работа	2	Дать понятие «Органы вкуса и обоняния», выяснить, чем представлен орган вкуса, обоняния у человека. Вкусовые рецепторы расположены на языке. Обонятельные рецепторы расположены на поверхности носовых пазух. Как сбережь вкусовые и обонятельные рецепторы. рассказ, беседа, объяснение	биологические опыты «Принюхайся», «Как распространяется запах», «Сладкий. Солёный. Кислый», «Попробуй на вкус» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
17			Органы осязания	интегрированное занятие, практическая	2	Дать понятие «Органы осязания», выяснить, что относится к	биологические опыты «Пониженная чувствительность », «Тепло или	Воспитание ответственно го отношения к своему	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая

				работа.		органам осязания. Орган осязания у человека является самым большим и целостным – это кожа, которая защищает тело от различного вида раздражителей. рассказ, беседа, объяснение	холодно», «Узнай на ощупь» рассказ, беседа, объяснение	организму и здоровью		КМК(коммуникативная)
18			Гигиена органов чувств	интегрированное занятие,	2	Дать понятие «Гигиена». Правила оказания первой помощи при повреждениях кожи. Правила первой помощи при попадании инородных		Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)

						тел в глаз, ухо, нос. рассказ, беседа, объяснение, промежуточн ое тестирование				
Раздел 5. Нервная система 6 часов (4/2)										
19			Головной мозг	интегриро ванное занятие, занятие исследова ние, творческа я работа.	2	Дать понятие «Нервная система». Строение и функции нервной системы. Строение головного мозга. Нервы рассказ, беседа, объяснение	биологический опыт «Левый, правый», моделирование головного мозга. рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)
20			Спинной мозг	интегриро ванное занятие, занятие исследова ние.	2	Строение и функции нервной системы. Строение спинного мозга. Нервы рассказ, беседа,	биологический опыт «Хорошая реакция», «Быстрый, быстрее, самый быстрый» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)

						объяснение				
21			Гигиена нервной системы	интегрированное занятие, занятие исследование, творческая работа.	2	Утомление, сон, прогулки, и физический труд на свежем воздухе. Вред приносят вещества, содержащиеся в табаке и спиртных напитках рассказ, беседа, объяснение		Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая) КМК(коммуникативная)
Раздел 6. Сердечно-сосудистая система 8 часов (4/4)										
22			Кровь.	интегрированное занятие, занятие исследование	2	Дать понятие «Кровь». Выяснить, как движется кровь, вены и артерии. рассказ, беседа, объяснение	биологический опыт «Темная и светлая кровь» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация,	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая) КМК(коммуникативная)
23			Сердце	интегрированное занятие, занятие творчеством	2	Дать понятие «Сердце». Сердце и его работа, зачем нужен	творческая работа «Стетоскоп» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему	дидактические карточки, презентация,	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая)

				а		стетоскоп. рассказ, беседа, объяснение		организму и здоровью		КМК(коммуни- кативная)
24			Гигиена сердечно- сосудистой системы	интегриро- ванное занятие, занятие исследова- ние,	2	Влияние вредных привычек, экологически- х факторов. Значение тренировки сердца и сосудов для здоровья. рассказ, беседа, объяснение	Биологические опыты «Сердце», «Пульс». рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно- го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация,	КК(когнитив- ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(коммуни- кативная)
25			Первая помощь при порезах	интегриро- ванное занятие, занятие творчества	2	Правила оказания первой помощи при порезах. Правила ухода за раной. Как заживают раны. рассказ, беседа, объяснение	практическая работа «Оказание первой помощи при порезах рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно- го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитив- ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(коммуни- кативная)

Раздел 7. Дыхательная система 8 часов (3/5)										
26			Дыхание.	интегрированное занятие, занятие исследование	2	Дыхание. Определение дыхательная система. Органы дыхания. Вдох, выдох, как мы дышим и говорим. рассказ, беседа, объяснение	биологические опыты «Вдох – выдох», «Чему равен вдох» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
27			Дыхание.	интегрированное занятие, занятие исследование	2		биологические опыты «Сдвинь перышко», «Нехватка кислорода», «Подвижность грудной клетки» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
28			Голос	интегрированное занятие, занятие исследование	2	Выяснить как работают голосовые связки. Упражнения для развития голоса.	творческая работа «Голосовые связки» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)

						рассказ, беседа, объяснение				
29			Гигиена дыхания	интегрированное занятие, занятие исследование	2	Правильное дыхание. Заболевания органов дыхания и их профилактика. Что разрушает легкие? Как уберечься от простуды рассказ, беседа, объяснение	разучивание комплекса дыхательной гимнастики. рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация,	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая) КМК(коммуникативная)
Раздел 8. Безопасность и ЗОЖ 12 часов (7/5)										
30			Безопасность в повседневной жизни	интегрированное занятие, практическая работа	2	Соблюдение правил безопасности на улице, водоёмах, общественных местах. Изучение правил перехода улицы в местах, где нет	творческая работа «Дорожные знаки» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки презентация. ТБ	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая) КМК(коммуникативная)

						светофора. Правила поведения в транспорте. рассказ, беседа, объяснение				
31			Безопасность в повседневной жизни	интегрированное занятие, занятие игра.	2	Соблюдение правил дома. Знание правил безопасного обращения с бытовыми предметами. Игра «Один дома» рассказ, беседа, объяснение		Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)
32			Польза и вред телефона	интегрированное занятие, исследование	2	Правила пользования мобильным телефоном. Выяснить какую пользу и вред наносит мобильный телефон. Положительные и	упражнения для глаз, самостоятельная исследовательская работа, анкетирование «Я + мобильный телефон» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственного отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация	КК(когнитивная) ЦСК (ценностно-смысловая КМК(коммуникативная)

						отрицательны е стороны селфи. рассказ, беседа, объяснение				
33			Здоровье и ЗОШ	интегриро ванное занятие, занятие исследова ние, творчеств а	2	Дать понятие здоровье, здоровый образ жизни (ЗОШ). Выяснить преимущества ,составляющи е ЗОШ рассказ, беседа, объяснение	творческая работа составление комплекса физических упражнений рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация, модель желудка в разрезе.	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)
34			Правильное питание	интегриро ванное занятие, занятие исследова ние, творчеств	2	Дать понятие правильное питание (ПП). рассказ, беседа, объяснение	творческая работа составление режима, рациона питания рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)
35			Иммунитет.	интегриро ванное занятие, занятие исследова ние, творчеств	2	Дать понятие иммунитет. Воздушные, солнечные ванны. Обтирание, обливание,	творческая работа «Тропа здоровья» рассказ, беседа, объяснение	Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	дидактические карточки, презентация	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(комму никативная)

				а		закаливание. Ходьба босиком рассказ, беседа, объяснение				
Обобщение. 2 часа (2/0)										
36			Мы выбираем ЗОШ	обобщаю щее занятие, занятие игра	2	обобщить и систематизир овать знания о строении, функциях отдельных систем органов человека, гигиене, здоровом образе жизни беседа, объяснение, презентация, итоговое тестирование		Воспитание ответственно го отношения к своему организму и здоровью	презентация, интеллектуальн ая игра, тест	КК(когнитив ная) ЦСК (ценностно- смысловая КМК(коммун икативная)

Раздел 3. Рабочая программа воспитания.

Характеристика творческого объединения.

Обучающиеся творческого объединения «Здоровейка» занимаются подополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Здоровейка». Программа имеет естественнонаучную направленность и рассчитана на обучение, воспитание и развитие детей, опираясь на чувственное познание мира природы, опыт общения со сверстниками, взрослыми, на развитие эмоций, способности наблюдать, сопереживать, заботиться, выражать свои мысли.

В 2024-2025 г. в объединении будут заниматься две группы. Состав группы 12-15 человек, может быть как разновозрастной, так и разновозрастной, разнополый и однополый.

Возраст детей участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Здоровейка» 6-10 лет.

Формы обучения.

Организация деятельности обучающихся предполагается в следующих формах:

- коллективная (во время занятий, экскурсий, массовых мероприятий);
- групповая (при выполнении ряда практических работ, наблюдений, при проведении конкурсов и т.п.);
- индивидуальная (анкетирование, тестирование, творческая работа).

Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания – создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи воспитания:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни;
- развивать морально-нравственные качества обучающихся: честности, доброты, совести, ответственности, чувства долга;
- развивать волевые качества обучающихся: самостоятельности, дисциплинированности, инициативности, принципиальности, самоотверженности, организованности;
- воспитывать стремление к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- приобщать обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- формировать нравственное отношение к человеку, труду и природе;
- воспитывать обучающихся в духе демократии, личного достоинства, уважения прав человека, гражданственности и патриотизма.

Приоритетные направления в организации воспитательной работы.

Гражданско-патриотическое направление. Модуль «Отечество».

Способствует формированию осознанного патриотического чувства, духовно-нравственному воспитанию. Познание истории своего Отечества, родного края, традиций позволяет подрастающему поколению осмыслить настоящее, предопределить будущее. Воспитательные мероприятия программы «Отечество» направлены на формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям российского народа, нравственности, патриотизма, собственного достоинства и гордости за свою малую Родину.

Содержание деятельности по направлению:

- Изучение тем, связанных с патриотическим воспитанием обучающихся на занятиях;
- Организация акций, выставок, конкурсов на патриотическую тематику;
- Посещение музеев, выставок, экскурсий по историческим местам;
- Проведение диспутов, бесед, встреч.

Здоровьесберегающее направление. Модуль «Здоровье».

Воспитание формирует и развивает знания, даёт установку и личностные ориентиры на соблюдение норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения, и укрепления физического, психологического и социального здоровья (сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих. Проводимые мероприятия направлены на воспитание у обучающихся ответственности за свое здоровье и поступки, на формирование у детей стремления к здоровому образу жизни, осознание здоровья как одной из главных жизненных ценностей нравственных, волевых, деловых, коммуникативных качеств личности.

Содержание деятельности по направлению:

- Спортивные праздники и соревнования;
- Беседы «Узнай своё тело»; «Правила личной гигиены»; «Вкусная и здоровая пища»; «Профилактика COVID-19, гриппа, ОРВИ и других вирусных инфекций»; «Азбука безопасности»;
- Дни здоровья, занятия безопасности, викторины, интеллектуальные игры;
- Выставки детских рисунков, поделок, макетов по тематике безопасного поведения;
- Просмотр и обсуждение видеороликов по правилам безопасности дорожного движения и поведения в быту; правилам поведения при пожарах, пребывания в воде и водных объектах, на объектах железнодорожного транспорта, возникновения ЧС;
- Вовлечение в проект «

Экологическое направление. Модуль «Экология».

Формирование у обучающихся сознательного восприятия окружающей природной среды, убежденности в необходимости бережного отношения к природе. Проводимые мероприятия способствуют становлению экологической культуры личности и общества как совокупности практического и духовного опыта взаимодействия человека с природой, обеспечивающего его выживание и развитие. Эта цель согласуется с идеалом общего воспитания всесторонне развитой личности, способной жить в гармонии с окружающей средой. Проводимая работа по организации содержательного досуга дает возможность продолжить образовательную деятельность через проведение экологических практикумов на занятиях.

Содержание деятельности по направлению:

- Участие в экологических акциях, выставках, конкурсах;
- Участие в конкурсах исследовательских, проектных работ;
- Беседы о бережном отношении к природе;
- Экскурсии в урочище, лес;
- Экологические практикумы по изучению видового многообразия древесных пород деревьев, первоцветов произрастающих на территории;

- Экосубботники;
- Экологические интеллектуальные игры «Что? Где? Когда?», «Поле чудес» «ЭкоКвест»;
- Экологические акции «День леса», «День птиц», «День Земли», «День эколога»;
- Встречи со специалистами ОКУ Яковлевское лесничество, круглый стол.

Духовно-нравственное направление. Модуль «Семья и дети».

Формирует ценностные представления о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях семьи, культуре семейной жизни, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и народов России.

Содержание деятельности по направлению:

- Совместные мероприятия с родителями, праздники «День Матери», «Праздник Весны», «Смелые и сильные», «Скоро новый год»;
- Конкурс рисунков, газет, плакатов, посвященных знаменательным датам;
- Проведение родительских собраний;
- Создание родительских групп в социальных сетях;
- Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации)
- Содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность кружкового объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года);
- Оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

Художественное направление. Модуль «В мире прекрасного».

Воспитание играет важную роль в формировании характера и нравственных качеств, предусматривает системный подход к формированию интеллектуальной, высококультурной, социально-активной личности. Развивает способности личности к полноценному восприятию и правильному пониманию прекрасного в искусстве и в действительности, а также в развитии хорошего вкуса и в поведении.

Содержание деятельности по направлению:

- Участие в выставках и конкурсах;
- Посещение библиотеки, музея;
- Участие в организации мастер-классов, выступление агитбригады;
- Проведение интеллектуальных игр, викторин.

Трудовое и профориентационное направление. Модуль «Мир будущего».

Формирует знания, представления о трудовой деятельности, выявляет творческие способности и профессиональные направления обучающихся.

Содержание деятельности по направлению:

- Встречи с людьми разных профессий;
- Встречи «Профессии наших родителей»;
- Участие в выставках, акциях, конкурсах «Первые шаги в науку», «Юннат», «Конкурс ШЛ», «Моя малая родина: культура, природа, этнос», «Юные исследователи окружающей среды».

Результат воспитания.

№ п/п	Направление воспитательной работы	Ожидаемые результаты	Методы диагностики
1	Гражданско-патриотическое	-знать государственные символы России; -понимать значения слов Родина, Россия, столица России, народ России, семья и др.; -развить чувство любви и гордости к нашей стране, городу, своей семье,	Наблюдение Беседа

		друзьям; -развивать чувство коллективизма, сплоченности детского коллектива;	
2	Здоровьесберегающее	-сформировать потребность в активной, подвижной деятельности, здоровом образе жизни; -знать правила личной и общественной гигиены; -развивать физические способности обучающихся детей;	Наблюдение Беседа
3	Экологическое	-сформировать представления об окружающей природе, ее разновидностях; -развивать чувство любви к природе; -сформировать понимание необходимости заботы о природе, бережного отношения к ней;	Наблюдение Беседа
4	Духовно-нравственное	-сформировать представления о морально-этических качествах личности, об основных нормах и понятиях этики; -развить потребность к активной, познавательной деятельности, развитию, саморазвитию; -сформировать устойчивые, положительные представления о личных обязанностях, ответственное отношение к ним; -активное участие родителей в работе объединения; -владение детей полезными навыками, направленными на помощь близким и самообслуживание; -знание детьми истории семьи, родственных связей	Наблюдение Беседа
5	Художественное	-сформировать нравственно-эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное в жизни; -развивать способности обучающихся к полноценному восприятию и правильному пониманию прекрасного в искусстве; - развивать хороший вкуса, культуру поведения в обществе; -расширить художественный кругозор.	Наблюдение Беседа
6	Трудовое и профориентационное	-сформировать знания, представления о трудовой деятельности; - развивать творческие способности; -выявить профессиональные направления обучающихся.	Наблюдение Беседа

**Календарный план воспитательной работы
творческого объединения «Здоровейка» на 2024-2025 учебный год**

Направления воспитательной работы	Мероприятие	Сроки проведения	Отметка о выполнении
Гражданско-патриотическое Модуль «Отечество»	Экскурсия в краеведческий музей	Ноябрь	
	Поздравительная открытка «23 февраля»	Февраль	
	Беседа «Животные в ВОВ»	Апрель	
	Творческая мастерская «Окна победы»	Май	
	Муниципальная акция «Алая гвоздика»	Май	
Здоровьесберегающее Модуль «Здоровье»	Спортивная игра «Эстафета здоровья»	Октябрь	
	Интеллектуальная игра «Хочу все знать»	Март	
Экологическое Модуль «Экология»	Природоохранная акция «Сохраним леса от пожаров»	Август	
	Природоохранная акция «Птицы наши друзья»	Ноябрь-апрель	
	Творческий проект «Каждой птице по странице».	Ноябрь	
	15 января «День зимующих птиц России».	Январь	
	Творческая мастерская «Птица года-2022»	Январь	
	Муниципальная акция «Виват-наука»	Январь	
	Муниципальный смотр-конкурс экологических агитбригад «Молодежь и природа – общее будущее»	Январь	
	Муниципальная выставка выгоночных цветочно-декоративных растений «Приближая дыхание весны»	Февраль	
	«День воды»	Март	
	«День леса»	Март	

	Наблюдения за прилётом первых птиц—грачей, гусей, уток.	Апрель	
	Праздник «День птиц»	Апрель	
	«День Подснежника»	Апрель	
Духовно- нравственное Модуль «Семья и дети»	Беседа «Мой путь к здоровью».	Ноябрь	
	Праздник «День мам»	Ноябрь	
	Праздник «Скоро новый год»	Декабрь	
	Беседа «Факторы, влияющие на здоровье человека».	Февраль	
	Конкурс «Лучший эковолонтерский отряд»	Март	
	Беседа «Конфликты и способы их разрешения»	Апрель	
	Акция «Дни защиты от экологической опасности»	Май	
Художественное Модуль «В мире прекрасного»	Выставка-конкурс цветов «Цветы как признание...»	Октябрь	
	Конкур рисунков «Милая мама»	Ноябрь	
	Выставка-конкурс новогодних букетов и композиций «Зимняя фантазия»	Декабрь	
Трудовое и профорientационное Модуль «Мир будущего»	Муниципальный этап Всероссийского конкурса «Юные исследователи окружающей среды»	Октябрь	
	Муниципальный этап Российского национального юниорского конкурса водных проектов	Октябрь	
	Региональная акция «Сдай макулатуру – спаси дерево!»	Ноябрь	
	Муниципальный этап Всероссийского конкурса «Моя малая Родина: природа, культура, этнос»	Ноябрь	
	Конкурс рисунков «Дом моей мечты»	Декабрь	
	Муниципальный этап Всероссийского конкурса «Юннат»	Февраль	
	Экскурсия в поликлинику	Март	

Список литературы:

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Литература для педагога:

1. Воспитательный процесс: изучение эффективности: методические рекомендации/под редакцией Е.Н. Степанова – М., 2011.
2. Кутеева, О. Планирование воспитательной работы на основе личностно-ориентированного обучения/О.Кутеева// Классный руководитель. – 2001. - №1.
3. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. – Изд. доп. – М.: Школьная Пресса, 2008.
4. Маленкова, П.И. Теория и методика воспитания/П.И.Маленкова. - М., 2012.
5. Сластенин, В.А. Методика воспитательной работы/В.А.Сластенин. - изд.2-е.-М., 2014.

Интернет-источники:

- <https://pandia.ru/text/77/456/934.php> - особенности воспитательной работы в системе дополнительного образования;
- <https://videouroki.net/razrabotki/rabochaya-programma-po-vospitatelnoy-rabote.html> - рабочая программа по воспитательной работе;
- <https://infourok.ru/rabochaya-programma-vospitatelnoy-raboti-328614.html> - рабочая программа воспитательной работы.