

Управление образования администрации
Амурского муниципального района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детский эколого-биологический центр «Натуралист»
г. Амурска Амурского муниципального района
Хабаровского края

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № _____
От « ____ » _____ 20 ____

Утверждаю:
И.о. директора МБУ ДО
ДЭБЦ «Натуралист»
_____ В.А. Иванов

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа естественнонаучной направленности

«Экология здоровья»

Возраст обучающихся: 7-13 лет

Срок реализации :4 года

Автор-составитель:
Кузьмина Надежда Васильевна,
Педагог дополнительного образования

Амурск, 2016 г

Информационная карта программы

| | | |
|----|--|--|
| 1 | Ведомственная принадлежность | Управление образования администрации Амурского муниципального района. |
| 2 | Наименование учреждения | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования детский эколого-биологический центр «Натуралист» |
| 3 | Дата образования и организационно-правовая форма | <p>Год создания – 1977, как станция юных натуралистов. В связи с реорганизацией станции юных натуралистов переименован в 1999 г. в детский эколого-биологический центр. На основании Свидетельства о регистрации изменений и дополнений в учредительские документы юридического лица №27/00177788815 от 29.11.2011 переименован в Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей эколого-биологический центр.</p> <p>Муниципальное бюджетное образовательное учреждение детский эколого-биологический центр «Натуралист» осуществляет свою деятельность в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», Типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей, Уставом МБОУ ДОД ДЭБЦ «Натуралист» и нормативно-организационной документацией.</p> |
| 4 | Адрес учреждения | 682640 г. Амурск Хабаровский край, пр. Строителей 35 |
| 5 | ФИО ПДО | Кузьмина Надежда Васильевна |
| 6 | Образование | Высшее, педагогическое |
| 7 | Место работы | МБУ ДО ДЭБЦ «Натуралист» г. Амурск Хабаровский край, пр. Строителей 35 |
| 8 | Должность | педагог дополнительного образования |
| 9 | Педагогический стаж | 41 гол |
| 10 | Контактные телефоны | рабочий телефон 8(42-142)22322 |
| 11 | Полное название образовательной программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Экология здоровья» |

| | | |
|----|------------------------------|---|
| 12 | Специализация программы | Биология, экология |
| 13 | Модификация программы | Модифицированная |
| 14 | Цель программы | создание условий для формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов и среднего звена |
| 15 | Задачи программы | -формирование у младшего школьника позиции признания ценности здоровья; -развитие чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья; -расширение знаний и навыков по гигиенической культуре. |
| 16 | Срок реализации | 4 года |
| 17 | Место проведения | МБУ ДО ДЭБЦ «Натуралист» |
| 18 | Возраст участников (класс) | 6-13 лет (1-7 классы) |
| 19 | Контингент уч-ся | учащиеся школ г. Амурска |
| 20 | Краткое содержание программы | <p>Реализация программы ориентирована на усвоение ребенком знаний и представлений, становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных ребенком знаний и представлений в его поведении.</p> <p>Методика работы с детьми строится в направлении лично-ориентированного взаимодействия с ребенком. Делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей.</p> <p>Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (тренинги, оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка.</p> <p>Программа кружка по валеологии включает вопросы физического духовного здоровья.</p> |

| | | |
|----|---|--|
| 21 | История осуществления реализации программы | Программа разработана в 2012 году. Дополнена и откорректирована в 2016 г |
| 22 | Прогнозирование возможных (ожидаемых) позитивных результатов. | <p>Для оценки результативности программы проводится диагностика знаний, умений и навыков учащихся, полученных в ходе обучения. Диагностика знаний, умений и навыков реализуется в виде зачетных практических и лабораторных, исследовательских, проектных работ, тестов и других видах проверочных работ.</p> <p>В процессе реализации программы учащиеся получают знания и навыки в следующих предметных областях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знания анатомии, физиологии и гигиены человека; - знания по вопросам охраны здоровья и способов предупреждения различных заболеваний; - умения и навыки в проектной и исследовательской деятельности; - формирование коммуникативных навыков. |
| 23 | Прогнозирование возможных негативных результатов. | Личностные особенности каждого (характер), низкий уровень базовых знаний. Неумение и нежелание работать в группах, сообща. Низкая культура взаимоотношений друг с другом. |
| 24 | Прогнозирование коррекции возможных негативных результатов | <ol style="list-style-type: none"> 1. Работа в малых группах. 2. Выполнение экспериментов. 3. Индивидуальная работа. 5. Повышение образовательной культуры (совершенствование навыков самостоятельного поиска полезной и интересной информации) |

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Направленность: естественно – научная

Актуальность: наметившаяся во всем мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательно-оздоровительных программ по валеологии («валео»-быть здоровым, «логос»-наука), начиная с дошкольного и младшего школьного возраста, поскольку именно в этот период у ребенка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни.

Отличительные особенности программы: создание благоприятных условий для формирования потребностей у учащихся к здоровому образу жизни.

Новизна программы: заключается в том, что она предусматривает не только формирование учебных умений и навыков, но и развитие личностных качеств учащихся, учит их делать самостоятельные выводы и умозаключения.

Значительное место в данном курсе занимает организация практической деятельности обучающихся, тестирование учащихся, что способствует самоанализу образа жизни ребенка, мобилизуя его на здоровый образ жизни. Кроме того, включен региональный компонент, который не рассматривается в школьной программе. В программе предусматривает исследовательскую и проектную деятельность. На протяжении 4 лет обучения учащиеся проходят подготовку по проектно- исследовательской деятельности, и после первого года обучения составляют проекты по программе малыми группами и защищают свои проекты.

Адресат программы: принимаются все желающие мальчики и девочки в возрасте от 7 до 13 лет, проявляющие интерес к содержанию программы кружковой деятельности, на второй и последующие годы обучения - на основании результатов тестирования, собеседования.

Объем программы: 144 часа в год

Формы организации образовательного процесса: индивидуальные, групповые.

Виды занятий предусматривают лекции, практические и семинарские занятия, лабораторные работы, круглые столы, мастер-классы, деловые и ролевые игры, тренинги, выполнение самостоятельной работы, брейн – ринги, проектную и исследовательскую деятельность и другие.

Срок освоения программы: 4 года, по 144 ч. в год.

Режим занятий – по 2 часа в неделю, в течение учебного года с 1 сентября по 25 мая, со второго года обучения- с 15 сентября по 25 мая.

Цель программы: создание условий для формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов и среднего звена.

Задачи программы:

- формирование у младшего школьника позиции признания ценности здоровья;
- развитие чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;
- расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

Реализация программы ориентирована не только на усвоение ребенком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных ребенком знаний и представлений в его поведении, учитывая, что ребенок. Изучая себя. Особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком. Делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей. Побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (тренинги, оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка.

Программа кружка по валеологии включает в себя не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Мало научить ребенка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку, есть здоровую пищу. Надо. Чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

Занятия по валеологии спланированы с учетом конкретной образовательной ситуации в школе:

- ✓ Количество часов на год- 144 часа;
- ✓ Количество часов на неделю-4 часа;
- ✓ Количество учащихся-15 учащихся..

Занятия с учащимися могут быть разных видов: Беседа. Оздоровительные минутки, деловые игры («Скорая помощь», «Доктора природы», «Вопросы-ответы»), комплекс упражнений, общение с природой и др.

Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания,

Также по изучению строения человека, ведение индивидуальной программы, паспорта здоровья; вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье, и т.д. В одной беседе может быть затронуто одно или несколько направлений.

Оздоровительные минутки включают не только физические упражнения, но и «этюды для души», (например «Сотвори солнце в себе»). Оздоровительные паузы можно комбинировать, включая физические упражнения для осанки и несколько упражнений для глаз, рук и стоп и т.д. Задача оздоровительных пауз: дать знания, выбрать умения и навыки, необходимые каждому ребенку для укрепления позвоночника. Стоп, рук, для красивой осанки, снятия усталости, обретения спокойствия и равновесия и т.д.

Примеры оздоровительных физминуток:

- ✓ Подтянуться 1-2 раза;
- ✓ Сесть ровно и спокойно подышать, а значит, отдохнуть;
- ✓ Изгнать плохие мысли и успокоить мозг;

- ✓ Сказать добрые слова друг другу и получить положительные эмоции, жизненную силу;
- ✓ Помассировать пальцы;
- ✓ Походить по камушкам;
- ✓ Сделать 1-2 упражнения для осанки и т.д.

Несомненно, родители стараются прививать ребенку элементарные навыки гигиенической культуры, следят за сохранением их здоровья. Однако для осуществления преемственности в формировании привычек к здоровому образу жизни у школьников и младших школьников необходима совместная работа педагогов и родителей, поэтому они привлекаются к участию в кружковой работе.

Основные принципы программы:

Принцип системности:

Реализация задач через связь кружковой работы с учебным процессом,

Принцип гуманизации:

Уважение к личности ребенка. Создание благоприятных условий для развития способности детей.

Принцип опоры:

Учет интересов и потребностей учащихся; опора на них.

Принцип совместной деятельности детей и взрослых:

Привлечение родителей и детей на всех этапах исследовательской деятельности: планировании, обсуждении, проведении.

Принцип обратной связи:

Ребенку надо быть значимым и успешным. Степень успешности определяет самочувствие человека, его отношение к окружающим людям, окружающему миру. Если ученик будет видеть, что его вклад в общее дело оценен, то в последующих делах он будет более активен и успешен. Важно, чтобы оценка успешности ученика была искренней и неформальной, отмечать реальный успех и реальное достижение.

Принцип стимулирования:

Включает в себя приемы поощрения и вознаграждения.

Личностные универсальные учебные действия:

- Сделать обучение осмысленным, обеспечить учащимся значимостью решения учебных задач, увязывая их с реальными жизненными целями и задачами;
- Направить образовательные и воспитательные воздействия на осознания, исследование и принятие жизненных ценностей и смыслов, которые позволят сориентироваться в нравственных нормах, правилах, оценках;
- Помочь выработать свою жизненную позицию в отношении мира, окружающих людей, самого себя и своего будущего.

Регулятивные действия:

- Управлять познавательной и учебной деятельностью посредством постановки целей, планирования, контроля, коррекции своих действий, и оценки успешности усвоения;
- Подвести к последовательному переходу к самоуправлению и саморегуляции в учебной деятельности;
- Подготовить базу будущего профессионального образования и самосовершенствования.

Познавательные действия:

- Научить действиям исследования, поиска и отбора необходимой информации, ее структурирования; моделирования изучаемого содержания, логическим действиям и операциям, способам решения задач.

Коммуникативные действия:

- Научить сотрудничеству в группах, умению слышать, слушать и понимать партнера,
- Планировать и согласованно выполнять совместную деятельность;
- Распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга;
- Уметь договариваться, вести дискуссию, правильно выражать свои мысли в речи;
- Уважать в общении и сотрудничестве партнера и самого себя;
- Эффективно сотрудничать и с учителем, и со сверстниками, вести диалог с ними;
- Искать решения совместно, оказывать поддержку друг другу.

**Учебно-тематический план занятий
1-ый год обучения**

| № | Наименование разделов | Общее кол-во часов | Теория | Практика |
|-----|----------------------------|--------------------|--------|----------|
| 1. | Введение. Наука валеология | 4 | 2 | 2 |
| 2. | Друзи с водой | 6 | 4 | 2 |
| 3. | Забота о глазах | 4 | 2 | 2 |
| 4. | Уход за ушами | 4 | 2 | 2 |
| 5. | Уход за зубами | 6 | 2 | 4 |
| 6. | Уход за руками и ногами | 2 | 1 | 1 |
| 7. | Забота о коже | 4 | 2 | 2 |
| 8. | Как следует питаться | 4 | 2 | 2 |
| 9. | Как сделать сон полезным | 2 | 1 | 1 |
| 10. | Настроение в школе | 2 | 1 | 1 |

| | | | | |
|-----|---|------------|-----------|-----------|
| 11. | Настроение после школы | 2 | 1 | 1 |
| 12. | Мое поведение в школе | 4 | 2 | 2 |
| 13. | Вредные привычки | 4 | 2 | 2 |
| 14. | Мышцы, кости и суставы | 4 | 2 | 2 |
| 15. | Как закаляться | 4 | 2 | 2 |
| 16. | Как правильно вести себя на воде | 4 | 2 | 2 |
| 17. | Чувства и окружающий мир | 4 | 2 | 2 |
| 18. | Народные игры | 4 | 2 | 2 |
| 19. | Подвижные игры | 4 | 2 | 2 |
| 20. | Почему мы болеем | 4 | 2 | 2 |
| 21. | Профилактика болезней | 4 | 2 | 2 |
| 22. | Природа лечит. Игры. | 2 | 1 | 1 |
| 23. | Прививки от болезней | 4 | 2 | 2 |
| 24. | Знания о лекарствах | 4 | 2 | 2 |
| 25. | Как избежать отравлений | 4 | 2 | 2 |
| 26. | Безопасность при любой погоде | 4 | 2 | 2 |
| 27. | Правила безопасного поведения | 4 | 2 | 2 |
| 28. | Правила обращения с огнем | 4 | 2 | 2 |
| 29. | Осторожность с электротоком | 4 | 2 | 2 |
| 30. | Профилактика порезов, ушибов, переломов. Первая помощь | 6 | 2 | 4 |
| 31. | Как защититься от насекомых | 4 | 2 | 2 |
| 32. | Предосторожности при обращении с животными | 2 | 1 | 1 |
| 33. | Первая помощь при отравлениях | 4 | 2 | 2 |
| 34. | Первая помощь при тепл. и холодных ударах, ожогах и отморожениях | 4 | 2 | 2 |
| 35. | Первая помощь при травмах | 6 | 2 | 4 |
| 36. | Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, горло, нос | 2 | 1 | 1 |
| 37. | Первая помощь при укусах змей, собак, кошек, насекомых | 2 | 1 | 1 |
| 38. | Сегодняшние заботы медицины | 2 | 1 | 1 |
| 39. | Рефлексия хода и результатов работы кружка. Тестирование | 2 | 1 | 1 |
| | Итого: | 144 | 70 | 74 |

*Учебно-тематический план занятий
2-й год обучения*

| № | Наименование разделов | общее к- | теория | практика |
|---|-----------------------|----------|--------|----------|
|---|-----------------------|----------|--------|----------|

| | | во час | | |
|-----|------------------------------|--------|----|----|
| 1. | Введение. Наука валеология | 4 | 2 | 2 |
| 2. | В здоровом теле здоровый дух | 13 | 8 | 5 |
| 3. | Приятного аппетита | 26 | 17 | 9 |
| 4. | Дел- время, потехе- час | 9 | 5 | 4 |
| 5. | Жалобы органов дыхания | 9 | 3 | 6 |
| 6. | Многогранный мир чувств | 9 | 5 | 4 |
| 7. | Дорожная азбука | 13 | 9 | 4 |
| 8. | Будь осторожнее с огнем. | 16 | 8 | 8 |
| 9. | Живи без вредных привычек | 12 | 8 | 4 |
| 10. | Из любой ситуации есть выход | 13 | 5 | 8 |
| 11. | Экология и мы | 9 | 5 | 4 |
| 12. | Школа безопасности | 3 | 1 | 2 |
| 13. | Если ты потерялся | 5 | 1 | 4 |
| 14. | О покрове и остовете | 3 | 2 | 1 |
| | Итого: | 144 | 79 | 65 |

1. Введение. Наука валеология и ее значение.

2.«В здоровом теле – здоровый дух!» 13 час

1.Здоровье человека.

2.Личная гигиена и гигиена жилища. Чистое помещение - залог здоровья.

3.Советы Доктора Воды

4.Наши лучшие друзья - это мыло и вода.

5.Чтобы зрение было хорошим. Игровой практикум.

6.Правила ухода за телом. Игровой практикум

7.Береги свои зубы. Игровой практикум.

8. Лицо-зеркало души. Беседа- размышление.

Практические работы: 5ч

1.Составление портрета неопрятного человека.

2.Нарисуй красивое жилище. Каким ты его себе представляешь?

3.Как правильно мыть руки. Составление правил правильного мытья рук.

4.Как правильно чистить зубы.

5.Как ухаживать за своим телом. Составление правил ухода за кожей.

3.«Приятного аппетита!» /17ч/

1.Органы пищеварения.

2.Питательные вещества.

3.Энергетика питания.

4. Азбука питания.

5. Хлеб всему голова.
6. Зерновые культуры.
7. Соли и сахара. Устный журнал.
8. «Секреты» молока. Зачем мы едим мясо?
9. Застольный этикет-забота о нашем теле.
10. Незнакомая еда со всего мира.
11. Чай и чаепитие.
12. Коварные нитраты.
13. Радиация и питание.
14. Картофельный пир.
15. Витаминная азбука.
16. Целебные напитки.
17. Природная аптека

Практическая работа /9ч/

1. Анализ пищевых продуктов.
2. Составление пищевых рационов.
3. Первая помощь при пищевых отравлениях.
4. Правила заварки чая.
5. Опыты с продуктами: кока-кола и др.
6. Как определить качество продукта.

5. «Жалобы органов дыхания» 3ч

1. Знакомство с органами дыхания. Болезни органов дыхания.
2. Профилактика заболеваний.
3. Первая помощь при остановке дыхания.

Практические занятия: 6ч

1. Дыхательные упражнения. 2. Упражнения на расслабление.
3. Закаливание организма: факторы, правила.
4. Физические упражнения.
5. Аутогенная тренировка.
6. Составление правил безопасности при инфекционных заболеваниях органов дыхания.

4. «Делу - время, потехе - час» 5ч

1. Режим дня.
2. Утренняя гимнастика.
3. Как правильно готовить уроки.
4. Сон. Совы и жаворонки. Сновидения.
5. Шуточные физминутки.

Практическая работа: 4ч

1. Составление правил: «Гигиена сна»
2. Составление памяток «Учись учиться»
3. Элементы утренней гимнастики
4. Составление режима дня.

7.«Дорожная азбука» 9ч

- 1.Проблема детского травматизма
- 2.Дорожные приключения Бабы -Яги
- 3.Наш микрорайон. Знаки и сигналы в пути
- 4.Как избежать дорожно-транспортных происшествий
- 5.Поведение на улице
- 6.Отряд юных инспекторов
- 7.Агитбригада о правилах дорожного движения.
- 8.Поучительная сказка о Федоте-стрельце на новый лад.
- 9.Твой безопасный путь в школу.

Практическая работа:4ч

- 1.Составление дорожных знаков.
- 2.Ситуативно-игровая программа: Поведение на улице.
- 3.Добрые и полезные дела ЮИД
- 4.Постановка сказки: «О Федоте- Стрельце»

8.«Будь осторожнее согнем» - 8ч

- 1.В огне гибнут дети! Меры безопасности с огнем -2ч
- 2.Агитбригада юных пожарников «Осторожней будь с огнем!»- 2ч
- 3.Первая помощь при ожогах -2ч
- 4.Если пожар возник. Что делать? 2ч

Практическая работа:8ч

- 1.Составление памятки: Меры безопасности с огнем, 2ч
- 2.Первая помощь при ожогах. 2ч
- 3.Составление памятки: « Если пожар возник» 2ч
- 4.Состпвление плана работы Дружины Юных Пожарных 2ч

10.«Из любой ситуации есть выход». 5ч Практика-8ч

1. *Пр. раб.№1*.Как уберечь себя от несчастья? Деловой практикум
- 2.Умей оказать первую помощь при несчастных случаях Деловой практикум. *Пр. раб. №2*
- 3.Окажи первую помощь при внезапных заболеваниях .Деловой практикум. *Пр. раб. №3*
- 4.Сумей предотвратить солнечный удар. *Пр. раб. №4*
- 5.Сумей оказать 1-ую помощь людям, терпящим бедствие на воде. *Пр. раб №4*
- 6..Примерная памятка соблюдения мер безопасности на воде
- 7.Защита детей в чрезвычайных ситуациях. *Пр. раб.№4*
- 8.Если вас ужалила оса. *ПР. раб. №5*
- 9.Как избежать грибных неприятностей.
- 10.Меры для спасения укушенного змеей. *ПР. раб. №5*
- 11.Правила безопасности при обращении с электроприборами. *Пр. раб.№6*

- 12.Правила личной безопасности в доме. *Пр. раб. №7*
13.Правила личной безопасности на улице. *Пр. раб. №8*

9.«Живи без вредных привычек» 8час

- 1.Приглашение к чаю. Как устроить чаепитие. Оформление с. 2.Жизнь без вредных привычек - это реально.
3-4.Алкоголь и здоровее .Беседа-размышление.2ч
5.Токсикомания.
6.Наркомания.
7.Нехорошие слова.
8.Курение и здоровье

Практические занятия:4ч

- 1.Приглашение к чаю. Празднично- конкурсная программа.
2Игровой практикум «Жизнь без вредных привычек»
3.Подготовка и проведение сценария «Мы против наркотиков» 2ч

11.«Экология и мы» 5ч .Пр-4ч

- 1.Загрязнение окружающей среды.
Химические загрязнения и отравления.
Практическая.раб.№1.Выявление способов хим. загрязнений.
2.Ксенобиотики (чужеродные соединения). Как организм защищается от «ксенобиотиков» *Пр. раб.№2*
3.Шум и здоровье. Шумовое загрязнение среды. Опасность шумов. Защита. Профилактика. *Пр. раб №3 Сост .правил защиты от шума.*
4.Биоритмы. Благо ритмичной жизни. Как избежать переутомления. *Пр. раб.№4 Сост. упр. для утр. зарядки. В движении – жизнь. О физических резервах человека. Защита от стрессов.*
5.Природные аллергены. Опасная фауна и флора.

12.«Школа безопасности» /3ч/

- 1.Безопасное пользование компьютером. Факторы отрицательного воздействия компьютера на организм человека.
2 *П.Р. раб. №1* Организация рабочего места у компьютера.
3. *Пр. раб. №2* Безопасность при работе с режущими, колющими инструментами.

13.«Если ты потерялся». 5ч Практикум.

- 1.Знакомство с правилами безопасности в незнакомой местности.
Пр. раб.№1 *Определение сторон горизонта по солнцу.*
№2.Ориентация на местности.
№3.Определение сторон горизонта по луне.
Ориентирование по полярной звезде.
№4.Ориентирование по местным признакам и предметам.

14.«О покрове и остове» 3ч

1.Кожа. Кожные заболевания. Уход за кожей. Загар.

2. Пропорции тела. Осанка.

Плоскостопие.

Практическая работа

1.Правила ухода за кожей. Опасность длительного загара.

6..Многогранный мир чувств. 9ч.

1.Орган слуха. Профилактика.

2.Орган равновесия.

3.Орган обоняния.

4.Орган вкуса.

5.Орган осязания.

Практические работы:

1.Тренировка органа равновесия.

2. Гигиена органа слуха

3.Выявление уровня обоняния у учащихся.

4.Выявление уровня осязания у учащихся.

Учебно-тематический план**3-й год обучения**

| № | Содержание материала | Всего час | Теор. | Практ. |
|------|--|------------|-----------|-----------|
| 1. | Введение. | 4 | 2 | 2 |
| 1. | Познай себя. Что такое биологические часы. Биологические часы у растений и животных. Процессы, происходящие в организме в течение суток. Снижение температуры тела, восстановление сил, дыхание, сердцебиение, повышение температуры тела. «Совы», «жаворонки», «голуби». Продолжительность жизни живых организмов. | 4 | 2 | 2 |
| 2. | Режим дня, зачем он нужен (практическое задание, самоанализ) | 2 | - | 2 |
| 3. | Строение и функции организма | 44ч | 26 | 18 |
| 3.1. | <i>Скелет и мышцы.</i> Царственная осанка – залог здоровья. Как следить за осанкой при ходьбе, сидении, сне. Масса тела и рост. Что такое межпозвоночные диски. Плоскостопие, сколиоз. | 8 | | |

| | | | | |
|------|---|-----------|----------|-----------|
| | Для чего нужен костный мозг? Упражнения для профилактики сколиоза. | | | |
| 3.2. | <i>Органы пищеварения.</i> Конвейер наоборот: белки, жиры, углеводы, витамины, для чего они необходимы. Почему в желудке бывают язвы? Что такое муцин? «Любимая» болезнь курильщика. Когда бывает «острый» живот? Аппендицит. Как помогают пищеварению поджелудочная железа и печень? Признаки пищевого отравления. | 8 | 4 | 4 |
| 3.3. | <i>Кровеносная система.</i> Малый и большой круг кровообращения. Кровяное давление. Элементы крови, группа крови, донор. Как остановить носовое, капиллярное, венозное, артериальное кровотечение? Бывает ли смерть не навсегда? А. Паре – отец современной хирургии. | 10 | 6 | 4 |
| 3.4. | <i>Органы дыхания.</i> Нос, гортань, трахея. Бронхи, легкие. Что такое придаточные пазухи? Искусственное дыхание. Виды спорта, развивающие легкие. | 8 | 6 | 2 |
| 3.5. | <i>Мой главнокомандующий - мозг.</i> Что умеет мозг, как он устроен? Нервная система: нервные телеграфисты. Память – величайшая способность мозга (виды памяти). Правши, левши. Враги головного мозга. Стресс и способы выхода из него. Волшебник – сон. Как спят животные? Как готовиться ко сну? | 10 | 6 | 4 |
| 4. | Развивающие и подвижные игры. (подбор игр произвольный). Используемые игры в объединении (Приложение) | 16 | 4 | 12 |
| 5. | Дневник здоровья. «Когда я стану взрослым» (Приложение) | 4 | 1 | 3 |

| | | | | |
|-------|--|-----------|----------|-----------|
| 6. | КВН «Как же вы устроены, господин тело?» | 2 | - | 2 |
| 7. | Валеологический потенциал природы | 8 | 1 | 7 |
| 7.1. | Природа - источник духовного развития и восстановления сил человека | 2 | 1 | 1 |
| 7.2.. | Эстетическая ценность природы | 2 | - | 2 |
| 7.3. | Природа в произведениях композиторов | 2 | - | 2 |
| 7.4. | Природа в произведениях художников, писателей, поэтов | 2 | - | 2 |
| 8 | Лечебная сила минералов | 6 | 4 | 2 |
| 8.1. | Удивительные свойства минералов | 4 | 2 | 2 |
| 8.2. | Поваренная соль в жизни человека | 2 | 2 | - |
| 9. | Целебные факторы природы | 16 | 7 | 9 |
| 9.1. | солнце | 4 | 2 | 2 |
| 9.2. | воздух | 4 | 2 | 2 |
| 9.3. | вода | 6 | 2 | 4 |
| 9.4. | Минеральные воды - природный дар | 2 | 1 | 1 |
| 10. | Пищевые продукты, их валеологическая ценность | 6 | 3 | 3 |
| 10.1. | Питательные вещества, пищевые продукты | 4 | 2 | 2 |
| 10.2. | Значение продуктов питания для здоровья человека | 2 | 1 | 1 |
| 11. | Растения в пищевом рационе человека | 20 | 8 | 12 |
| 11.1. | Овощи и фрукты, злаковые в питании чел. Правила заготовки плодово-ягодных растений. | 4 | 2 | 2 |
| 11.2. | Дикорастущие съедобные растения. Грибы и здоровье чел. | 4 | 2 | 2 |
| 11.3. | Рациональное питание и здоровье чел. Пр. раб. Общение с растениями. | 2 | 1 | 1 |
| 11.4 | Валеологический потенциал лекарственных и ядовитых растений | 4 | 2 | 2 |
| 12 | Работа с засушенными растениями. | 2 | - | 2 |
| 13. | Использование различных природных ресурсов в прикладном творчестве. Лепка из соленого теста. | 4 | - | 4 |
| 14. | Продукты животноводства. Значение продуктов животноводства в пищевом | 12 | 7 | 5 |

| | | | | |
|------|--|-----|----|----|
| | рационе человека. | | | |
| 14.1 | Вредоносные организмы в продуктах животноводства и здоровье чел. | 2 | 1 | 1 |
| 14.2 | Продукты животного происхождения. Роль продуктов питания животного происхождения для человека. | 2 | 2 | - |
| 12.3 | Пр. работа. Общение с животными | 4 | - | 4 |
| 12.4 | Мини – конференция «Мой любимый питомец» | 4 | 4 | - |
| | Итого: | 144 | 65 | 79 |

Учебно-тематический план 4-й год обучения

| № | Наименование разделов | общее к-во час | теория | практ. |
|------|---|----------------------|----------|----------|
| 1. | Введение. Наука валеология. Факторы, влияющие на здоровье человека. Понятие о резервах человеческого организма. | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Мой путь к самому себе | 10 | 3 | 7 |
| 2.1 | Возможности человека. Понятие о природной жизни человека. | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Факторы, влияющие на жизнь (окружающая среда, генетика, ЗОЖ, здравоохранение). | 2 | 1 | 1 |
| 2.3 | Нераскрытые возможности человека. Составление и анализ таблицы «Долгожители в моей семье» | 2 | - | 2 |
| 2.4. | Понятие «ЗОЖ». Какой образ жизни можно считать здоровым? Анализ факторов, поддерживающих организм человека в здоровом состоянии: настрой на ЗОЖ, стрессоустойчивость, двигательные активы, ритмичность, безопасность жизни. | 2 | 1 | 1 |
| 2.5 | ЗОЖ в моей семье. Пр. р. Составление перечня привычек, навыков, мероприятий, соответствующих ЗОЖ в | 2 | - | 2 |

| | | | | |
|------|--|------------|-----------|-----------|
| | конкретной семье обучающегося: проветривание, зарядка, употребление в пищу овощей и фруктов, лыжные прогулки и т. п. Анализ и обсуждение с учащимися. | | | |
| 3. | Человек как система | 118 | 52 | 66 |
| 3.1 | Пищеварительная система. Понятие системы вообще. Человек – это система, целостный организм, состоящий из взаимосвязанных частей. | 2 | 1 | 1 |
| 3.2 | Изучение органов пищеварительной системы и ее органов. | 2 | 1 | 1 |
| 3.3 | Роль языка. Функции слюны, 6 слюнных желез. Зубы, их роль. Значение глотки. | 2 | 1 | 1 |
| 3.4 | Строение желудка, желудочный сок, задачи желчи. Пр. р.: заполнение таблицы. | 2 | 1 | 1 |
| 3.5 | Что и как мы едим. Роль жиров, белков в организме человека. Особая роль белков в организме подростка | 2 | 1 | 1 |
| 3.6 | Минеральные соли. История открытия витаминов. Рассказ об авитаминозе и весенней слабости. Пр. работа: Допишите предложение: Жизнь человека зависит от... Написать перечень продуктов, съеденных за 1 день. Анализ их полезности. | 2 | 1 | 1 |
| 3.7 | Сердце и кровеносная система. Устройство сердца и кровеносной системы. Роль сердца в жизни человека. Строение сердца. Кровеносные сосуды, значение. Пр. р. Составление сердечного цикла. | 2 | 1 | 1 |
| 3.8 | Пр. занятие. Изменение пульса. Состав крови. Работа со схемой кровоснабжения. Пр. занятие: подобрать стихи, песни, пословицы о сердце. | 2 | 1 | 1 |
| 3.9 | Правила здорового сердца. Болезни сердца и кровеносной системы: гипертония, ишемия, атеросклероз. | 2 | 1 | 1 |
| 3.10 | Пр. р. Составление и обсуждение правил: недопустимый избыточный вес, подвижный ОЖ, правильное питание. Что можно есть детям. | 2 | - | 2 |

| | | | | |
|------|--|---|---|---|
| 3.11 | Мозг и нервная система. Центральная и периферическая НС. Особенности строения нервных клеток. | 2 | 1 | 1 |
| 3.12 | Строение мозга по муляжу: полушария, доли. Питание мозга. | 2 | 1 | 1 |
| 3.13 | Пр.р. Взаимосвязь головного мозга и нервной системы. Постановка и обсуждение проблемы. | 2 | - | 2 |
| 3.14 | Строение периферической нервной системы. Передача возбуждения. Рефлекс. | 2 | 1 | 1 |
| 3.15 | Факторы, истощающие нервную систему: равнодушие, беспокойство, нерешительность, сомнение, сверхосторожность. Пр. раб. Обсуждение данных факторов. Положительные факторы: умение радоваться жизни, знания, не беспокоиться по пустякам, делать главное. | 2 | - | 2 |
| 3.16 | Стресс-нервное напряжение. Понятие стресса. Пр. р. Рассмотреть описание стресса в стихах, поговорах. Составление проекта: стресс в повседневной жизни. Как выглядит человек в состоянии стресса? Какие | 2 | 1 | 1 |
| 3.17 | Процессы в организме человека, находящегося в состоянии стресса. Положительное и отрицательное влияние стресса. Пр.р. Тест: психологическая гибкость. | 2 | 1 | 1 |
| 3.18 | Тренинг: Я могу избежать стресса. На основании теста психологической гибкости рассмотреть варианты поведения, позволяющие избежать стресса. Пр.р. Ситуативные задания | 2 | 1 | 1 |
| 3.19 | Типы нервной системы. Теория Гиппократова о 4 типах нервной системы (темперамента): сангвиник, флегматик, меланхолик, холерик. | 2 | 1 | 1 |
| 3.20 | Теория Павлова. Мыслительный тип, художественный тип. Связь между строением тела и особенностями характера; астенический тип, атлетический тип, пикнический тип. | 2 | 1 | 1 |

| | | | | |
|------|---|---|---|---|
| | Обсуждение характерных черт данных типов. | | | |
| 3.21 | Практикум. Определение темперамента. Чтение отрывков из худ. литературы. Определение своего типа темперамента по тексту. Обсуждение характерных черт данного типа. | 4 | - | 4 |
| 3.22 | Отдых и сон. Связь деятельности человека. Связь деятельности человеческого мозга с состоянием сна. Активный отдых. | 2 | 1 | 1 |
| 3.23 | Роль сна в жизни человека. Сон – видоизмененная жизнь. Сновидения. Творчество во сне. Сон – отражение жизни и состояния здоровья. Что необходимо для хорошего сна? | 2 | 1 | 1 |
| 3.24 | Методика релаксации. Что значит уметь засыпать? Восстановление силы и здоровья, не прибегая ко сну – релаксация. | 2 | 2 | - |
| 3.25 | Практическое занятие: Работа по этапам методики: Расслабление мышц тела; ощущение потепления рук и ног; Управление дыханием, приёмы – метод имитации, метод удобного положения, лежа, метод смены напряжения и расслабления мышц. Дыхание по кругу, словесный метод. Тренинг. | 4 | - | 4 |
| 3.26 | Практикум. Типы мышления. | 2 | - | 2 |
| 3.27 | Обучение и здоровье. Склад ума.2 полушария мозга – его особенности, асимметрия человеческого мозга.2 стиля мышления. | 2 | 2 | - |
| 3.28 | 1.Формально – логическое мышление и речь (левое).2.Непосредственно – чувственное восприятие, ориентация в пространстве, творчество (правое) | 2 | 2 | - |
| 3.29 | Развитие мышления. Леворукость. | 2 | 2 | - |
| 3.30 | Память. Развитие памяти. «Запись» информации в мозгу. Слуховая, зрительная память. Диагностика памяти. Простейшие упражнения по развитию памяти. Практические занятия. | 4 | 2 | 2 |

| | | | | |
|------|---|---|---|---|
| 3.31 | Позвоночник. Скелетная система .Позвоночник – главная опора тела. Строение, развитие скелета. | 2 | 2 | - |
| 3.32 | Роль связок и хрящей. Состав костей. Защитная функция костей. | 2 | 2 | - |
| 3.33 | Строение позвоночника по макету скелета. | 2 | - | 2 |
| 3.34 | Практическая работа. Упражнения для позвоночника. Особенности малоподвижного образа жизни современного человека. Укорачивание позвоночного столба. | 2 | - | 2 |
| 3.35 | Сплюсчивание позвоночного диска. Ущемление дисков. Связь позвоночника и ЦНС. | 2 | 2 | - |
| 3.36 | Практическая работа. Упражнения: правильная осанка. Оценивание своей осанки; стенка, правильная ходьба, правильное сидение на стуле. Правильное расслабление позвоночника в постели. Растяжение позвоночника . | 4 | 2 | 2 |
| 3.37 | Органы дыхания. Строение органов дыхания. | 2 | 2 | - |
| 3.38 | Дыхательные пути: нос, глотка, гортань, горло, трахея, бронхиальные трубки. | 2 | 2 | - |
| 3.39 | Что происходит с воздухом в легких? Недостаток кислорода. | 2 | 2 | - |
| 3.40 | Практическая работа. Дыхательная гимнастика. Грудное дыхание. Диафрагмальное дыхание. Гармонично- полное дыхание. | 2 | - | 2 |
| 3.41 | Практикум. Дыхание носом. Рот» на замок», дыхание, сидя на стуле, дыхание при ходьбе и беге на лыжах, на велосипеде. | 4 | - | 4 |
| 3.42 | Почему мы говорим. Строение гортани. Образование звука. Как беречь голос? | 2 | 1 | 1 |
| 3.43 | Ухо. Горло. Нос. Взаимосвязь и роль этих органов в здоровье человека. Строение уха, горла, носа. Гигиена. Составление презентаций детьми. | 2 | 1 | 1 |
| 3.44 | Если я заболел. Что надо знать об ОРВИ. Признаки заболевания. Не долеченное заболевание, последствия. Болезни горла: | 2 | 1 | 1 |

| | | | | |
|------|--|----|---|---|
| | фарингит, ларингит, ангина, отит, ринит. Профилактика заболеваний. | | | |
| 3.45 | Глаза – окно в мир. Строение глаза. Сравнение строения глаза человека с глазом животного. Как получается изображение. Составление презентаций детьми о гигиене зрения. | 4 | 1 | 3 |
| 3.46 | Программа улучшения зрения. Защита детских презентаций. Что такое близорукость и как она развивается. Роль питания и ЗОЖ в здоровом зрении человека. | 2 | - | 2 |
| 3.47 | Кожа – зеркало здоровья. Строение кожи. Кожа – орган защиты, орган чувств. | 2 | 1 | 1 |
| 3.48 | Уход за кожей. Особенности кожи в подростковом возрасте. Появление угрей. Инфекционные заболевания кожи: микроспория и бездомные животные; грибковые заболевания; чесотка, уход за кожей. Презентации детей. Обсуждение. | 4 | 2 | 2 |
| 3.49 | Эндокринная система. Особая роль желез внутренней секреции. Основные железы. Выработка гормонов. Сахарный диабет – болезнь цивилизованного мира. Связь эндокринной и нервной систем. Профилактика заболеваний. | 2 | 2 | - |
| 3.50 | Мочеполовая система. Строение мочеиспускательной системы. Нефрит – заболевание почек. Половые органы – органы размножения. Венерические заболевания. Профилактика | 2 | 2 | - |
| 3.51 | СПИД – чума 21 века. Природа заболевания. Способы заражения. Как вести себя с больным СПИДом. Профилактика СПИДа. Презентации детей. Обсуждение. | 2 | 1 | 1 |
| 3.52 | Зубы. Роль зубов в организме. Что такое кариес? Предупреждение кариеса: география местности, питание, социум, возраст, сопутствующие заболевания. | 2 | 1 | 1 |
| 4. | Человек как индивидуальность | 12 | 5 | 7 |
| 4.1 | Курить или не курить Влияние табака на системы человека. Занятие – тренинг. | 2 | - | 2 |
| 4.2 | Опасная традиция. Алкоголь- это | 2 | 2 | - |

| | | | | |
|-----|---|-----|----|----|
| | этиловый и винный спирт. Опасность для здоровья употребления алкоголя. Особенности употребления алкоголя для подростков. Занятие – диалог. | | | |
| 4.3 | От соблазна к кошмару (наркотики). Что такое наркотики? Почему люди их употребляют? Последствия приёма наркотиков для здоровья человека и для социума. Тренинговая ситуация: мне предложили попробовать наркотики в компании ровесников. Видеофильм. Лекции. Тренинг | 2 | - | 2 |
| 4.4 | Травматическая эпидемия. Несчастный случай: на дорогах, в огне. Отравление, самостоятельный туризм, ядовитые грибы и ягоды, опасные игры, плавание, купание. | 2 | 1 | 1 |
| 4.5 | Обучение умению оказания первой помощи: при ушибах, ранениях. носовом кровотечении, травме зубов, обморожении, ожогах, укусах жалоносными, солнечном ударе, тепловом ударе, обмороке, утоплении, отравлении, попадании инородного тела. Занятие - практикум | 2 | - | 2 |
| 4.6 | Я несу ответственность за себя. Занятие спортом. Развитие гибкости. Как победить простуду. Особенности подросткового возраста (отдельно для девочек и мальчиков). Незаконченный тезис: Я – это... (5 раз). Вывод обучающихся о неповторимости человека и необходимости беречь свое здоровье, окружающий мир и развивать свои способности. | 2 | 2 | - |
| 5. | Подведение итогов. Коррекция программы кружковцами. Рекомендации. Анкетирование. Тестирование. | 2 | 1 | 1 |
| | Итого: | 144 | 67 | 77 |

Требования к подготовке учащихся:

Младшие школьники должны знать/понимать:

- О важности воды для человека;
- О необходимости заботиться, о глазах, ухаживать за ушами, зубами, руками, ногами, кожей;
- Как следует питаться, спать, закаляться;
- Почему мы боеем; как следует защититься от болезней, кто может лечить;
- О полезных и вредных прививках;
- Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте; на воде, при общении с огнем, электрическим током;
- Чего не надо бояться;
- Что добрым быть приятнее, чем злым;
- Как относиться к подаркам, к наказаниям;
- Как нужно одеваться;
- Как вести себя с незнакомым человеком, за столом, в гостях, в общественных местах;
- Как вести себя, если что болит;
- Как выбрать друзей, помочь родителям, больным, беспомощным;
- Чем заняться после школы;
- Что такое наше здоровье;
- Как сохранить свое здоровье;
- Вредные привычки.

Учащиеся должны уметь:

- ❖ Выделять объект исследования;
- ❖ Выдвигать гипотезы и осуществлять их проверку;
- ❖ Работать в группе;
- ❖ Планировать и организовывать исследовательскую деятельность;
- ❖ Ежедневно выполнять гигиенические и оздоровительные навыки.

Планируемые результаты:

Образовательная программа ориентирована на достижение результатов первого, второго и третьего уровней, имеет возрастную привязку. 1-кл – первый уровень, 2-ой и 3-ий кл.-второй уровень, 4-ый класс-третий уровень.

Первый уровень- приобретение школьниками валеологических знаний, в том числе и социальных, первичного понимания необходимости построения и сбережения своего здоровья.

Второй уровень – получение школьниками позитивного отношения к ценностям своего здоровья. Формирование привычек здорового образа жизни, неприемлемость вредных привычек, ухудшающих здоровье, активное участие в мероприятиях по укреплению здоровья и предупреждению опасных привычек.

Третий уровень – получение школьниками опыта по созданию презентаций, исследовательских и проектных работ, активное участие в защите данных работ

на различных городских, районных и краевых мероприятиях. Распространение полезной информации по вопросам валеологии среди сверстников.

Планируемые результаты

| К концу четвертого года обучения учащийся: | К концу четвертого обучения у учащегося: |
|--|---|
| <p>— будет знать причинно – следственные связи здоровья и образа жизни; здоровья и экологической обстановки территории проживания и планеты в целом;</p> <p>- продолжит умение применять полученные знания на практике, проводить опыты, исследования, измерения,</p> <p>— расширит представления о причинах загрязнения окружающей среды и влиянии ухудшения экологии на здоровье человека;</p> <p>— продолжит составлять презентации по различным темам и представлять их на защиту.</p> | <p>— будет сформирована устойчивая потребность вести здоровый образ жизни и пропагандировать его среди сверстников и учащихся младшего и среднего звена;</p> <p>— продолжится устойчивая потребность к самообразованию;</p> <p>— будет сформирована активная жизненная позиция;</p> <p>— будут развиты творческие способности: участие во всех мероприятиях, проводимых внутри учебного заведения, городских, районных, краевых, всероссийских и международных с применением полученных знаний, умений и навыков в кружковой деятельности.</p> <p>— будет воспитано уважение к нормам коллективной жизни.</p> |

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Календарный учебный план-график

начало учебного года: 01.09.2016 г.

окончание учебного года: 25.05.2017 г.

начало учебных занятий: 01.09.2016 г.

| | 1 полугодие | Итого | Зимние праздники | 2 полугодие | Итого | Аттестация | Летние каникулы | Всего в год |
|-----------|-------------------|---------|---------------------|---------------------|---------|--------------------|-----------------|-------------|
| 1 год об. | 15.09.-31.12.2016 | 17 нед. | 01.01.-11.01.2016г. | 12.01.-25.05.2017г. | 19 нед. | 1.05. - 25.05.2017 | 01.06.-31.08. | 36 нед. |
| 2 год об. | 01.09.-31.12.2017 | 17 нед. | 01.01.-11.01.2017г. | 12.01.-30.05.2018г. | 19 нед. | 1.05. - 25.05.2018 | 01.06.-31.08. | 36 нед. |
| 3 год | 01.09.- | 17 нед. | 01.01.- | 12.01.- | 19 | 1.05. - | 01.06.-31.08 | 36 нед. |

| | | | | | | | | |
|-------|-----------------------|--------|-------------------------|------------------------|-----------|-----------------------|--------------|---------|
| | 31.12.2018 | | 10.01.2016г. | 30.05.2019г | нед | 25.05.2019 | | |
| 4 год | 01.09.- 31.12.2019 | 17 нед | 01.01.- 10.01.2016г. | 12.01.- 30.05.2020г | 19 нед | 1.05. - 25.05.2020 | 01.06.-31.08 | 36 нед. |

Условия реализации программы

материально-техническое обеспечение – занятия проходят в оборудованном кабинете с соответствующей мебелью, с наличием компьютеров, методической литературы, перечнем презентаций и интерактивных игр в количестве более 60, таблиц, карточек с заданиями и др. Для занятий используется Музей Приамурья с богатым выставочным материалом флоры и фауны, «живой уголок», оборудованный кабинет для проведения лабораторных и исследовательских работ.

Для проведения занятий по данной программе также необходимо использовать определенные средства обучения:

- 1.Таблицы, брошюры и плакаты по здоровому образу жизни.
- 2.Методички с указанием хода практических работ.
- 3.Коврики для физических упражнений.
- 4.Канцелярские принадлежности.
- 5.Таблицы с изображением строения тела человека.
- 6.Раздаточный материал по характеристике заболеваний.
- 7.Картотека презентаций по разделам и темам.
8. Микроскопы и компьютеры на каждого учащегося

Перечень необходимого оборудования:

| № | Наименование ресурса | Нормативное количество ресурса |
|----|------------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Бумага белая, формат А4 (упаковка) | 2 |
| 2 | Канцелярский набор | 16 |
| 3 | Ножницы (шт) | 8 |
| 4 | Ватман | 9 |
| 5 | Сантиметровая лента | 3 |
| 6 | Тонометр | 1 |
| 7 | Секундомер | 1 |
| 8 | Муляж скелета человека | 1 |
| 9 | Картон белый (упаковка) | 1 |
| 10 | Набор фломастеров | 5 |
| 11 | Мяч резиновый | 3 |
| 12 | Скакалки | 8 |
| 13 | Мяч футбольный | 1 |
| 14 | Набор кеглей | 1 |
| 15 | Ноутбук | 1 |

| | | |
|----|-------------------|----|
| 16 | Проектор | 1 |
| 17 | Экран | 1 |
| 18 | Ученические столы | 8 |
| 19 | Стулья | 16 |

информационное обеспечение – аудио-, видео-, фото-, интернет источники; презентации, методические пособия, литература.

Формы аттестации

Зачет, защита творческих, исследовательских и проектных работ, контрольная работа, научно-практическая конференция, олимпиада, конкурс.

Оценочные материалы

Основные методы педагогической диагностики: анкетирование, индивидуальная беседа, тесты, наблюдение.

Личностные достижения: изменение личностных качеств ребенка под влиянием занятий в кружке «Экология здоровья». Методика: Цветопись, табель развития,

Учебные достижения: умения и навыки, приобретенные в процессе освоения образовательной программы. Методики: диаграмма и график достижений, круговая диагностическая карта, папка достижений, творческая программа, паспорт здоровья, личная творческая карта. (Приложение 1-4)

Методы проведения итоговой диагностики: творческие задания; контрольные задания; тестирование; олимпиада.

Методические материалы

особенности организации образовательного процесса – очно, очно-заочно, заочно, дистанционно, в условиях сетевого взаимодействия и др.;

методы обучения: словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный, метод психологической активизации творчества, рефлексия, квесты, метод кейсов, тренинги, диспуты и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая и групповая;

формы организации учебного занятия - беседа, диспут, защита проектов, игра, Брейн - ринг, КВН, конкурс, конференция, круглый стол, лабораторное занятие, лекция, мастер-класс, «мозговой штурм», наблюдение, олимпиада, открытое занятие, поход, практическое занятие, презентация, ринг, семинар, соревнование, тренинг, экскурсия, экзамен, экспедиция, эксперимент.

педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология программированного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология решения изобретательских задач, здоровьесберегающая технология, технология-дебаты,

алгоритм учебного занятия последовательности следующие **этапы**: организационный, проверочный, подготовительный, основной, контрольный, рефлексивный (самоанализ), итоговой, информационный.

Дидактические материалы – раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения, презентации, интерактивные игры.

Список литературы.

1. Программы факультативных курсов «Физиология человека», «Основы гигиены и санитарии».
2. Экология и здоровье. Учебно-методическое пособие.
3. Здоровье человека и экология Хабаровского края. - Хабаровск :Приамурские ведомости,2004.
4. Методические рекомендации для проведения занятий с подростками и молодежью по профилактике поведенческих болезней.- Хабаровск ,2004.
5. Козлова С.И. Наследственные синдромы и медико-генетическое консультирование. - М: Медицина, 1990.
6. Колосков А.В. Игры в экологическом воспитании детей.// Биология в школе.- 1997.-№ 5.
7. Малютина И. Интерактивные игры. // Воспитание школьников. 2005.- № 1.
8. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг. М.,2001.
9. Петрусинский В.В. Игры. Обучение, тренинг, досуг. – М.: 1994.
10. Сгибнева Е. П. Классные часы в 10-11 классах. Ростов -на-Дону,2004.
11. Трошихина Е. Г. Тренинг развития жизненных целей. СПб.,2003

Карточка индивидуального развития ребенка.

Фамилия, имя _____

Возраст _____

Название детского объединения _____

Педагог _____

Дата начала наблюдения _____

| Качества | Оценка качеств (в баллах) по времени | | | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|---------------|-----------|----------------|--------------|
| | Исходное состояние | Через полгода | Через год | Через 1,5 года | Через 2 года |
| Мотивация к занятиям. | | | | | |
| Познавательная нацеленность | | | | | |
| Творческая активность | | | | | |
| Коммуникативные умения | | | | | |
| Коммуникабельность | | | | | |
| Достижения | | | | | |

Диагностика учебных достижений ребенка по дополнительной образовательной программе

| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Возможное кол-во баллов | Методы диагностики |
|---|--|---|-------------------------|---|
| I. Теоретическая подготовка ребенка: 1.1. Теоретические знания (по основным разделам) | <i>Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям</i> | -минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой); | 1 | Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др. |
| | | - средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); | 5 | |
| | | - максимальный уровень | 10 | |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| <p>учебно-тематического плана программы)</p> <p>1.2. Владение специальной терминологией</p> | <p><i>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</i></p> | <p>(ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период);</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>минимальный уровень</i> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины); • <i>средний уровень</i> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой); • <i>максимальный уровень</i> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием). | <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> | <p>Собеседование</p> |
| <p>II.</p> <p>Практическая подготовка ребенка:</p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы) программой (по основным разделам учебно-тематического плана про-</p> | <p><i>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям</i></p> <p><i>Отсутствие затруднений в использовании специального</i></p> | <p>- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);</p> <p>- <i>средний уровень</i> (объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2);</p> <p>- <i>максимальный уровень</i> - (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период);</p> <p>- <i>минимальный уровень</i> умений (ребёнок</p> | <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> <p>1</p> <p>5</p> | <p>Контрольное задание</p> <p>Контрольное задание</p> |

| | | | | |
|---|---|--|---------------------------------------|----------------------------------|
| <p>граммы)</p> <p>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p> <p>2.3. Творческие навыки</p> | <p><i>оборудования и оснащения</i></p> <p><i>Креативность в выполнении практических заданий</i></p> | <p>испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);</p> <p><i>средний уровень</i> (работает с оборудованием с помощью педагога);</p> <p>- <i>максимальный уровень</i> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей);</p> <p>- <i>начальный (элементарный) уровень развития креативности</i> (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога);</p> <p>- <i>репродуктивный уровень</i> (выполняет в основном задания на основе образца);</p> <p>- <i>творческий уровень</i> (выполняет практические задания с элементами творчества).</p> | <p>10</p> <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> | <p>Контрольное задание</p> |
| <p>III. Общеучебные умения и навыки ребенка:</p> <p>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</p> <p>3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу</p> | <p><i>Самостоятельность в подборе и анализе литературы</i></p> | <p>- <i>минимальный уровень умений</i> (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей) • <i>максимальный уровень</i> | <p>1</p> <p>5</p> <p>10</p> | <p>Анализ</p> <p>Исследовате</p> |

| | | | | |
|---|---|---|----------|---|
| <p>3.1.2. Умение пользоваться компьютерным и источниками информации</p> <p>3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)</p> <p>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</p> <p>3.2.1. Умение слушать и слышать педагога</p> <p>3.2.2. Умение выступать перед аудиторией</p> <p>3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии</p> | <p>Самостоятельность в использовании компьютерным и источниками информации</p> <p>Самостоятельность в учебно-исследовательской работе</p> <p>Адекватность восприятия информации, идущей от педагога.</p> <p>Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации</p> <p>Самостоятельность в построении дискуссионного</p> | <p>(работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых затруднений)</p> <p>уровни - по аналогии с п. 3.1.1.</p> <p>уровни - по аналогии с п. 3.1.1.</p> <p>уровни - по аналогии с п.3.1.1.</p> <p>уровни - по аналогии с п.3.1.1.</p> <p>уровни - по аналогии с п.3.1.1</p> <p>уровни - по аналогии с п. 3.1.1</p> | <p>1</p> | <p>ль-ские работы</p> <p>Наблюдение</p> |
|---|---|---|----------|---|

| | | | | |
|--|--|--|--------------------|--|
| <p>3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место</p> <p>3.3.2. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности</p> <p>3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу</p> | <p><i>выступления, логика в построении доказательств</i></p> <p><i>Способность самостоятельного готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой</i></p> <p><i>Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям</i></p> <p><i>Аккуратность и ответственность в работе</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> • <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой); • <i>средний уровень</i> (объем усвоенных навыков составляет более 1/2); • <i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период). <p>удовлетворительно - хорошо - отлично</p> | <p>5</p> <p>10</p> | |
|--|--|--|--------------------|--|

Приложение 2

Карта личностных достижений обучающегося

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребенка _____

Возраст _____

Вид и название детского объединения _____

Ф.И.О. педагога _____

Дата начала наблюдения _____

| Сроки Показатели | Первый год обучения | | Второй год обучения | | Третий год обучения | |
|---|-------------------------|---------------------|-------------------------|---------------------|-------------------------|---------------------|
| | Конец первого полугодия | Конец учебного года | Конец первого полугодия | Конец учебного года | Конец первого полугодия | Конец учебного года |
| <p>I. Теоретическая подготовка ребёнка: 1.1 Теоретические знания: а) б) с) и т.д. 1.2 Владение специальной терминологией</p> <p>II. Практическая подготовка ребенка: 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) б) с) и т.д 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением 2.3. Творческие навыки</p> <p>III. Общеучебные умения и навыки ребенка: 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: а) умение подбирать и анализировать специальную литературу б) умение пользоваться</p> | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>3.2. Учебно-коммуникативные умения: а) умение слушать и слышать педагога б) умение выступать перед аудиторией с) умение вести полемику, участвовать в дискуссии.</p> <p>3.3. Учебно-организационные умения и навыки: а) умение организовать свое рабочее (учебное) место б) навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности с) умение аккуратно выполнять работу</p> <p>IV. Предметные достижения учащегося: - На уровне детского объединения (кружка, студии, секции). - На уровне школы (по линии дополнительного образования). - На уровне района, города. - На республиканском, международном уровне</p> | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

Приложение 3

Лист общеучебных достижений обучающегося

ФИО _____

| № | Критерии | I год обучения | | II год обучения | III год обучения |
|---|---|----------------|------------|-----------------|------------------|
| | | Полугодие | Конец года | | |
| 1 | Отношение к занятию в целом: положительное | | | | |
| | безразличное | | | | |
| | негативное | | | | |
| 2 | Уровень познавательного интереса: интерес проявляется | | | | |

| | | | | | |
|----------|---|--|--|--|--|
| | часто | | | | |
| | редко | | | | |
| | почти никогда | | | | |
| 3 | Внимание: отличное | | | | |
| | среднее | | | | |
| | легко отвлекается | | | | |
| 4 | Темп работы: опережает темп работы объединения с высоким качеством работы | | | | |
| | опережает темп работы объединения с недостаточным качеством работы | | | | |
| | соответствует темпу занятия | | | | |
| | отстает от темпа занятия | | | | |
| 5 | Оформление работ: по всем требованиям | | | | |
| | частично нарушены требования | | | | |
| | без выполнения требований | | | | |
| | красиво | | | | |
| | аккуратно | | | | |
| | грязно | | | | |
| 6 | Умение организовывать и контролировать свою работу на занятии: всегда | | | | |
| | иногда | | | | |
| | никогда | | | | |
| 7 | Проявление творчества: всегда | | | | |
| | иногда | | | | |
| | никогда | | | | |
| 8 | Общеучебные навыки освоены: отлично | | | | |
| | хорошо | | | | |
| | удовлетворительно | | | | |
| | плохо | | | | |