

Управление образования администрации
Амурского муниципального района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детский эколого-биологический центр «Натуралист»

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа естественнонаучной направленности

«Экология здоровья»

Возраст учащихся: 7-12 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель: Кузьмина
Надежда Васильевна
педагог дополнительного образования

Амурск
2017

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

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.

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: 4 года, по 144ч. 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: количество недель – 144, месяцев - 36, лет – 4 года

Режим занятий – периодичность занятий – 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 45 минут, перерыв 15 минут, 45 минут.

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.

Содержание программы УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-ОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	наименование разделов	общее кол-во час	теория	практика	формы контроля
1.	Введение в программу	2	1	1	собеседование, тестирование
2.	Гигиена – наука о создании условий для сохранения здоровья	34	17	17	собеседование, игры
3.	Психологический комфорт учащегося	12	6	6	собеседование

4.	Причины заболеваний	34	17	17	игры, кроссворды
5.	Профилактика заболеваний	14	7	7	тестирование
6.	Правила безопасного поведения	12	6	6	собеседование
7.	Умей оказать первую помощь	22	11	11	тестирование
8.	Опорно-двигательная система человека	4	2	2	тестирование
9.	Чувства и окружающий мир	6	3	3	собеседование, тестирование
10.	Сегодняшние заботы медицины о здоровье человека	2	1	1	собеседование
11.	Рефлексия хода и результатов работы кружка. Тестирование	2	1	1	тестирование, собеседование
	Итого:	144	72	72	

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1 «Введение в программу» – 2 ч

«Входная диагностика. Вводный инструктаж» -2 ч

Правила ПДД. Вводное тестирование, обсуждение, игра по ПДД.

Раздел 2 Гигиена – наука о создании условий для сохранения здоровья -34ч

Тема 1. Дружи с водой-6ч

Теория (4) Значение воды, гигиена кожи.

Практика(2) Составление памятки ухода за телом; правила правильного умывания.

Тема 2. Забота о глазах-4ч

Теория (2) Гигиена глаз, вредные факторы воздействия.

Практика (2) Профилактика заболеваний глаз.

Тема 3. Уход за ушами-4ч

Теория (2) Гигиена. Вредные факторы воздействия.

Практика (2) Профилактика заболеваний.

Тема 4. Уход за зубами-6ч

Теория (2) Причины заболевания зубов.

Практика (4) Правильный уход за зубами.

Тема 5. Уход за руками и ногами- 2ч

Теория (1) Профилактика заболеваний

Практика (1) Привитие гигиенических навыков.

Тема 6. Забота о коже -4ч

Теория (2) Значение кожи, действия в случае повреждения кожи.

Практика (2) Исследовательский проект «Альтернативные способы уборки»

Тема 7. Как следует питаться-4ч

Теория (2) Значение пищи. Здоровая пища.

Практика (2) Вредные продукты для детей.

Тема 8. Как сделать сон полезным-2ч

Теория (1) Значение сна

Практика (1) Гигиена сна.

Раздел 3. Психологический комфорт учащегося-12ч

Тема 1. Настроение в школе, мое поведение в школе -2ч

Теория (1) Настроение в школе, причина неадекватного поведения.

Практика (1) Тестирование. Психологические тренинги.

Тема 2. Настроение после школы-2ч

Теория (1) причины плохого настроения

Практика (1) Саморегуляция психологического состояния.

Тема 3. Мое поведение в школе-4ч

Теория (2) Тренинг: Как улучшить свое настроение.

Практика (2). Саморегуляция психологического состояния.

Тема 4. Вредные привычки-4ч

Теория (2) Последствия вредных привычек. Вредное воздействие курения, алкоголя, наркотиков на организм.

Практика (2) Памятка, тренинги.

Раздел 4. Причины заболеваний-34ч

Тема 1. Почему мы боолеем-4ч

Теория (2) Причины болезней человека. Признаки болезней.

Практика (2) Составление памятки по здоровому образу жизни.

Тема 2.Профилактика болезней- 4ч

Теория (2) Здоровый образ жизни.

Практика (2) Памятка по закаливанию.

Тема 3. Природа лечит-2ч

Теория (1) Какие природные факторы нас лечат.

Практика (1) Интерактивная игра: Факторы природы.

Тема 4. Подвижные игры -4ч

Теория (2) Разучивание различных игр.

Практика (2) Проведение спортивных и эстафетных игр на свежем воздухе.

Тема 5. Народные игры- 4ч

Теория (2) Разучивание игр разных народов мира.

Практика (2) Игры, эстафеты в спортивном зале и на свежем воздухе.

Тема 6. Знания о лекарствах- 4ч

Теория (2)Что нужно знать о лекарствах в домашней аптечке.

Практика (2) Собираем домашнюю аптечку. Интерактивная игра.

Тема 7.Как надо закаляться-4ч

Теория (2) Значение закаливания.

Практика (2) Способы закаливания.

Тема 8. Прививки от болезней -4ч

Теория (2) Инфекционные прививки, значение.

Практика (2) Разговор со школьным врачом о значении профилактических прививок.

Тема 9. Безопасность при любой погоде- 4ч

Теория (2) Если солнечно и жарко. Если на улице грязь и гроза.

Практика (2) Интерактивные игры.

Раздел 5. Профилактика заболеваний-14ч

Тема 1. Как избежать отравлений-4ч

Теория (2) Отравления лекарствами. Пищевые отравления.

Практика (2) Отработка практических навыков.

Тема 2. Как защититься от насекомых-4ч

Теория (2) Первая помощь при укусах жалоносных.

Практика (2) Отработка практических навыков

Тема 3. Профилактика порезов, ушибов, переломов-4ч

Теория (2) Возможные варианты опасности для ребенка.

Практика (2) Отработка практических навыков. Профилактика несчастных случаев.

Тема 4. Предосторожности при обращении с животными-2ч

Теория (1). Знания о собаках и кошках и др. домашних и диких животных

Практика (1) Меры предосторожности при общении с животными.

Раздел 6. Правила безопасного поведения-12ч

Тема 1. Как правильно вести себя на воде-4ч

Теория (2) Правила безопасности.

Практика (2) Первая помощь. Отработка навыков оказания помощи.

Тема 2. Правила обращения с огнем-4ч

Теория (2) Правила безопасности. Первая помощь.

Практика (2) Практические навыки тушения пожара

Тема 3. Осторожность с электричеством-4ч

Теория (2) Правила безопасности. Первая помощь.

Практика (2) Практические навыки тушения пожара.

Раздел 7. Умей оказать первую помощь-22ч

Тема 1. Первая помощь при порезах, ушибах-4ч

Теория (2) Первая помощь при ушибах, порезах, переломах.

Практика (2) Отработка практических навыков оказания помощи.

Тема 2. Первая помощь при травмах-4ч

Теория (2) Растяжение связок и вывих.

Практика (2) Отработка практических навыков оказания помощи.

Тема 3. Первая помощь при отравлениях-4ч

Теория (2) Отравление жидкостями, пищей, парами, газами, дымом.

Практика (2) Профилактика отравлений. Практическая отработка навыков оказания первой доврачебной помощи.

Тема 4. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах и отморожениях -4ч

Теория (2) Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах и отморожениях

Практика (2) Способы самопомощи в случаях теплового и солнечного ударов, отморожениях.

Тема 5. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, горло, нос-4ч

Теория (2) Типичные ошибки при оказании первой доврачебной помощи.

Практика (2) Отработка практических навыков оказания помощи.

Тема 6. Первая помощь при укусах змей, кошек, собак-2ч

Теория (1) Типичные ошибки при оказании первой доврачебной помощи в случае укуса животными.

Практика (1) Исследовательский подход, поиск и отбор нужной информации.

Раздел 8. Опорно-двигательная система человека-4ч

Тема 1. Кости и суставы-2ч

Теория (1) Строение, значение опорно-двигательной системы. Прочность костей. Ломкость костей. Работа суставов.

Практика (1) Изучение строения скелета человека по муляжу.

Тема 2. Мышцы. Значение мышц-2ч

Теория (1) Строение и значение мышц. Укрепление мышечной системы

Практика (1) Комплекс упражнений для укрепления мускулатуры.

Раздел 9. Чувства и окружающий мир-6ч

Тема 1. Орган зрения- 2ч

Теория (1) Строение, функция, гигиена зрения.

Практика (1) Составление презентаций и защита по данной теме.

Тема 2. Орган слуха-2ч

Теория (1) Современные достижения в медицине.

Практика (1) Профилактика заболеваний.

Тема 3. Орган обоняния. Осязания и вкуса-2ч

Теория (1) Строение, функция, гигиена органов обоняния. Осязания и вкуса.

Практика (1) Профилактика заболеваний.

Раздел 10. Сегодняшние заботы медицины о здоровье человека-2ч

Тема 1. Современные достижения в медицине-2ч

Теория (1) Современные достижения в медицине.

Практика (1) Профилактика заболеваний.

Рефлексия -2ч

Теория (1) Корректировка учебной программы. Собеседование.

Практика (1) Тестирование. Подведение итогов программы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-ОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Название раздела	Количество учебных часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в программу	2	1	1	тестирование
2	«В здоровом теле – здоровый дух!»	14	7	7	игра
3	«О покрове и остовете»	4	2	2	зачет
4	«Приятного аппетита!»	26	16	10	конкурс творческих работ
5	«Делу - время, потехе - час»	10	6	4	тестирование
6	«Жалобы органов дыхания»	6	1	5	защита проектов
7	«Многогранный мир чувств»	8	4	4	демонстрация практических навыков
8	«Дорожная азбука»	16	4	12	демонстрация практических навыков
9	«Будь осторожнее с огнем!»	16	8	8	игра
10	«Из любой ситуации есть выход».	12	6	6	демонстрация практических навыков
11	«Живи без вредных привычек»	12	5	7	презентация защита
12	Школа безопасности	4	2	2	тесты
13	«Если ты потерялся».	4	2	2	практический отчет
14	«Экология и мы»	10	5	5	презентация защита, тестирование
Итого:		144	69	75	

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1 «Введение в программу» – 2 ч

«Входная диагностика. Вводный инструктаж» -2 ч

Правила ПДД. Вводное тестирование, обсуждение, игра по ПДД.

Раздел 2. «В здоровом теле – здоровый дух!»-12ч

Тема 1. Здоровье человека. Личная гигиена и гигиена жилища-2ч

Теория (1) Здоровье человека. Личная гигиена и гигиена жилища.

Практика (1) Чистое помещение - залог здоровья.

Нарисуй красивое жилище. Каким ты его себе представляешь?

Тема 2. Советы Доктора Воды-2ч

Теория (1) Советы Доктора Воды

Практика (1) Как правильно мыть руки. Составление правил правильного мытья рук.

Тема 3. Чтобы зрение было хорошим-2ч

Теория (1) Чтобы зрение было хорошим.

Практика (1) *Игровой практикум.*

Тема 4. Правила ухода за телом-2ч

Теория (1) Правила ухода за телом.

Практика (1) *Как ухаживать за своим телом. Составление правил ухода за кожей.*

Тема 5. Береги свои зубы-2ч

Теория (1) Береги свои зубы.

Практика (1) *Как правильно чистить зубы.*

Тема 6. Лицо-зеркало души. Беседа - размышление-2ч

Теория (1) Лицо-зеркало души.

Практика (1) *Составление портрета неопрятного человека.*

Раздел 3 «О покрове и остоле»-4ч

Тема 1. Кожа. Кожные заболевания. Уход за кожей. Загар-2ч

Теория (1) Кожа. Кожные заболевания. Уход за кожей. Загар.

Практика (1) *Правила ухода за кожей. Опасность длительного загара.*

Тема 2. Органы пищеварения-2ч

Теория (2) Органы пищеварения

Практика (-)

Раздел 4 «Приятного аппетита!»-26ч

Тема 1. Органы пищеварения -2ч

Теория (2) . Органы пищеварения. Строение. Функция.

Практика (-)

Тема 2. Питательные вещества-2ч

Теория (2). Питательные вещества.

Практика (-)

Тема 3. Энергетика питания. Азбука питания-2ч

Теория (1) Энергетика питания. Азбука питания.

Практика (1) *Первая помощь при пищевых отравлениях*

Тема 4. Хлеб всему голова-2ч

Теория (2) Хлеб всему голова.

Практика (-)

Тема 5. Соли и сахара. Устный журнал-2ч

Теория (1)Соли и сахара.

Практика (1) Устный журнал.

Тема 6. «Секреты» молока. Зачем мы едим мясо?-2ч

Теория (1)«Секреты» молока. Зачем мы едим мясо?

Практика (1) *Составление рациона питания школьника с учетом наличия в нем молока и мяса.*

Тема 7. Застольный этикет-забота о нашем теле-2ч

Теория (1) Застольный этикет-забота о нашем теле.

Практика (1) *Оформление стола по правилам этикета.*

Тема 8. Незнакомая еда со всего мира-2ч

Теория 1) Незнакомая еда со всего мира.

Практика (1) *Анализ пищевых продуктов.*

Тема 9. Чай и чаепитие-2ч

Теория (1) Чай и чаепитие.

Практика (1) *Правила заварки чая.*

Тема 10. Коварные нитраты-2ч

Теория (1) Коварные нитраты.

Практика (1) *Как определить качество продукта.*
Тема 11. Радиация и питание - 2ч
Теория (1) Радиация и питание.
Практика (1) *Составление пищевых рационов.*
Тема 12. Целебные напитки. Природная аптека-2ч
Теория (1) Целебные напитки.
Практика (1) *Опыты с продуктами: кока-кола и др.*
Тема 13. Витаминная азбука-2ч
Теория (1) Витаминная азбука.
Практика (1) *Интерактивная игра «Витаминная азбука»*

Раздел 5«Делу - время, потехе - час»-10ч

Тема 1. Режим дня- 2ч
Теория (1). Режим дня.
Практика (1) *Составление режима дня.*
Тема 2. Утренняя гимнастика.
Теория (1)Утренняя гимнастика.
Практика (1) *Элементы утренней гимнастики.*
Тема 3. Как правильно готовить уроки-2ч
Теория (1) Как правильно готовить уроки.
Практика (1) *Составление памяток «Учись учиться».*
Тема 4. Сон. Сны и жаворонки. Сновидения-2ч
Теория (1) Сон. Сны и жаворонки. Сновидения.
Практика (1) *Составление правил: «Гигиена сна».*
Тема 5. Шуточные физминутки-2ч
Теория (1) Шуточные физминутки.
Практика (1) *Выполнение простых упражнений.*

Раздел 6«Жалобы органов дыхания»-6ч

Тема 1. Знакомство с органами дыхания. Болезни органов дыхания-2ч
Теория (1)Знакомство с органами дыхания. Болезни органов дыхания.
Практика (1) *Закаливание организма: факторы, правила.*
Тема 2. Профилактика заболеваний-2ч
Теория (-)
Практика (2) *Дыхательные упражнения, на расслабление.*
Тема 3. Первая помощь при остановке дыхания-2ч
Теория (-)
Практика (2) *Техника искусственного дыхания. Составление правил безопасности при инфекционных заболеваниях органов дыхания.*

Раздел 7 «Многогранный мир чувств»-8ч

Тема 1. Орган слуха. Профилактика. Орган равновесия-2ч
Теория (1) Орган слуха. Профилактика. Орган равновесия.
Практика (1) *Тренировка органа равновесия. Гигиена органа слуха.*
Тема 2. Орган обоняния-2ч
Теория (1) Орган обоняния.
Практика (1) *Выявление уровня обоняния у учащихся.*
Тема 3. Орган вкуса-2ч
Теория (1) Орган вкуса.
Практика (1) *Опыты по вкусовому восприятию.*
Тема 4. Орган осязания-2ч
Теория (1). Орган осязания.

Практика (1) *Выявление уровня осознания у учащихся.*

Раздел 8 «Дорожная азбука»-16ч

Тема 1. Проблема детского травматизма-2ч

Теория (1) Проблема детского травматизма.

Практика (1) *Отработка практических навыков.*

Тема 2. Наш микрорайон. Знаки и сигналы в пути-2ч

Теория (1) Наш микрорайон. Знаки и сигналы в пути.

Практика (1) *Составление дорожных знаков.*

Тема 3. Как избежать дорожно-транспортных происшествий-2ч

Теория (1) Как избежать дорожно-транспортных происшествий.

Практика (1) *Отработка навыков соблюдения правил безопасности на дороге.*

Тема 4. Поведение на улице-2ч

Теория (-)

Практика (2) *Поведение на улице.*

Тема 5. Отряд юных инспекторов-2ч

Теория (-)

Практика (2) *Отряд юных инспекторов. Игра «Регулировщик на дороге».*

Тема 6. Агитбригада о правилах дорожного движения. Добрые и полезные дела ЮИД-2ч

Теория (-)

Практика (2) *Агитбригада о правилах дорожного движения. Добрые и полезные дела ЮИД*

Тема 7. Твой безопасный путь в школу -2ч

Теория (1) Твой безопасный путь в школу

Практика (1) *Ситуативно-игровая программа: Поведение на улице.*

Тема 8. Поучительная сказка о Федоте-стрельце на новый лад-2ч

Теория (-)

Практика (2) *Поучительная сказка о Федоте-стрельце на новый лад.*

Раздел 9 «Будь осторожнее с огнем!» -16ч

Тема 1. В огне гибнут дети! Меры безопасности с огнем-4ч

Теория (2) В огне гибнут дети! Меры безопасности с огнем.

Практика (2) *Интерактивная игра «Осторожнее с огнем!»*

Тема 2. Агитбригада юных пожарников «Осторожней будь с огнем!»-4ч

Теория (2) Агитбригада юных пожарников «Осторожней будь с огнем!»

Практика (2) *Составление плана работы Дружины Юных Пожарных.*

Тема 3. Первая помощь при ожогах-4ч

Теория (2) Первая помощь при ожогах.

Практика (2) *Составление плана работы Дружины Юных Пожарных.*

Тема 4. Если пожар возник. Что делать? -4ч

Теория (2) Если пожар возник. Что делать?

Практика (2) *Составление памятки: «Если пожар возник». Правила безопасности при обращении с электроприборами.*

Раздел 10 «Из любой ситуации есть выход» -12ч

Тема 1. Как уберечь себя от несчастья? Деловой практикум-2ч

Теория (1) Как уберечь себя от несчастья? Деловой практикум.

Практика (1) *Умей оказать первую помощь при несчастных случаях*

Тема 2. Окажи первую помощь при внезапных заболеваниях-2ч

Теория (1) Правила оказания первой помощи.

Практика (1) *Деловой практикум.*

Тема 3. Сумей предотвратить солнечный удар-2ч

Теория (1) Сумей предотвратить солнечный удар.

Практика (1).*Отработка навыков по оказанию первой помощи.*

Тема 4. Умей оказать 1-ую помощь людям, терпящим бедствие на воде-2ч

Теория (1) *Отработка навыков по оказанию первой помощи.*

Практика (1) *Примерная памятка соблюдения мер безопасности на воде.*

Тема 5. Если вас ужалила оса-2ч

Теория (1) Если вас ужалила оса. Как избежать грибных неприятностей. Меры для спасения укушенного змеей.

Практика (1) *Отработка навыков оказания первой помощи.*

Тема 6. Правила личной безопасности в доме-2ч

Теория (1) Правила личной безопасности в доме.

Практика (1) *Составление памятки: Правила безопасности на улице.*

Раздел 11 «Живи без вредных привычек» -12ч

Тема1. Оформление стенда: «Жизнь без вредных привычек - это реально»-2ч

Теория (-)

Практика (2) *Игровой практикум «Жизнь без вредных привычек»*

Тема 2. Алкоголь и здоровье. Беседа-размышление-2ч

Теория (1)Алкоголь и здоровье. Беседа-размышление.

Практика (1) *Приглашение к чаю. Празднично- конкурсная программа.*

Тема 3. Токсикомания. Вред растущему организму-2ч

Теория (1) Токсикомания. Вред растущему организму.

Практика (1) *Работа по раздаточному материалу - брошюрам и буклетам.*

Тема 4. Наркомания-2ч

Теория (1) Наркомания. Опасность для подростка.

Практика (1) *Работа по раздаточному материалу - брошюрам и буклетам. Подготовка и проведение сценария «Мы против наркотиков.*

Тема 5. Нехорошие слова-2ч

Теория (1)Нехорошие слова.

Практика (1) *Просмотр и обсуждение презентации «Нецензурная брань».*

Тема 6. Курение и здоровье. Тренинг «курить – здоровью вредить!»-2ч

Теория (1) Курение и здоровье.

Практика (1) *Тренинг «курить – здоровью вредить!»*

Раздел 12 Школа безопасности-4ч

Тема 1. Безопасное пользование компьютером. Факторы отрицательного воздействия компьютера на организм человека-2ч

Теория (1) Факторы отрицательного воздействия компьютера на организм человека.

Практика (1) *Организация рабочего места у компьютера.*

Тема 2. Безопасность при работе с режущими, колющими инструментами-2ч

Теория (1) Безопасность при работе с режущими, колющими инструментами

Практика (1) *Составление памятки по безопасности.*

Раздел 13 «Если ты потерялся»-4ч

Тема 1. Знакомство с правилами безопасности в незнакомой местности-2ч

Теория (1) Знакомство с правилами безопасности в незнакомой местности.

Практика (1) *Определение сторон горизонта по солнцу. Ориентация на местности.*

Тема 2. Определение сторон горизонта по луне-2ч

Ориентирование по полярной звезде .Ориентирование по местным признакам и предметам.

Теория (-)

Практика (2) *Определение сторон горизонта по луне. Ориентирование по полярной звезде.*

Ориентирование по местным признакам и предметам.

Раздел 14 «Экология и мы» -10ч

Тема 1. Загрязнение окружающей среды. Химические загрязнения и отравления-2ч

Теория (1)Загрязнение окружающей среды. Химические загрязнения и отравления.

Практика (1) *Выявление способов хим. загрязнений.*

Тема 2. Ксенобиотики (чужеродные соединения)-2ч

Теория (1)Ксенобиотики (чужеродные соединения).

Практика (1) *Как организм защищается от «ксенобиотиков».*

Тема 3. Шум и здоровье. Шумовое загрязнение среды. Опасность шумов-2ч

Теория (1)Шум и здоровье. Шумовое загрязнение среды. Опасность шумов

Практика (1) *Составление правил защиты от шума.*

Тема 4. Биоритмы. Благо ритмичной жизни. Как избежать переутомления-2ч

Теория (1)Биоритмы. Благо ритмичной жизни. Как избежать переутомления

Практика (1) *Сост. упр. для утр. зарядки. В движении – жизнь. О физических резервах человека. Защита от стрессов.*

Тема 5. Природные аллергены. Опасная фауна и флора-2ч

Теория (1)Природные аллергены. Опасная фауна и флора.

Практика (1) *Просмотр и анализ презентации «Природные аллергены».*

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3-ЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Название раздела	Количество учебных часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в программу	2	1	1	тестирование
2	Познай себя.	8	4	4	тесты
3	Строение и функции организма	44	26	18	Тесты. Защита исследовательских работ. Проект. Кроссворд. Викторина.
4	Развивающие и подвижные игры.	16	-	16	показ и рассказ правил игры
5	Дневник здоровья. «Когда я стану взрослым».	4	2	2	тесты собеседование
6	КВН «Как же вы устроены, господин тело?»	2	-	2	тесты
7	Валеологический потенциал природы	8	1	7	презентации защита
8	8. Лечебная сила минералов	6	4	2	защита проектов
9	Целебные факторы природы	16	7	9	защита презентаций
10	Пищевые продукты, их значение для организма	6	3	3	защита проектов собеседование кроссворд
11	Растения в пищевом рационе человека	20	8	12	интерактивная игра выставка конкурс творческих работ
12	Продукты животноводства. Значение продуктов животноводства в пищевом рационе человека.	12	7	5	кроссворды творческий отчет Защита презентаций, составленных

					учащимися
Итого:		144	62	82	

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1 «Введение в программу» – 2 ч

«Входная диагностика. Вводный инструктаж» -2 ч

Правила ПДД. Вводное тестирование, обсуждение, игра по ПДД.

Раздел 2. Познай себя – 6ч

Тема 1. Познай себя-4ч

Теория (2) Что такое биологические часы. Биологические часы у растений и животных.

Практика (2) заполнение таблицы: Продолжительность жизни живых организмов.

Интерактивная игра.

Тема 2. Режим дня- 2ч

Теория (1) Режим дня. Значение.

Практика (1) Составление режима дня для учащегося.

Раздел 3. Строение и функции организма -44ч

Тема 1. Скелет и мышцы – 8ч Царственная осанка – залог здоровья

Теория (4) Как следить за осанкой при ходьбе, сидении, сне. Масса тела и рост.

Что такое межпозвоночные диски. Плоскостопие, сколиоз. Для чего нужен костный мозг?

Практика (4) Упражнения для профилактики сколиоза.

Тема 2. Органы пищеварения- 8ч

Конвейер наоборот: белки, жиры, углеводы, витамины, для чего они необходимы.

Почему в желудке бывают язвы?

Теория (4) Аппендицит. Как помогают пищеварению поджелудочная железа и печень?

Практика (4) Признаки пищевого отравления.

Тема 3. Кровеносная система – 10ч

Теория (6) Малый и большой круг кровообращения. Кровяное давление. Элементы крови, группа крови, донор.

Практика (4) Как остановить носовое, капиллярное, венозное, артериальное кровотечение?

Тема 4. Органы дыхания – 8ч

Теория (6) Нос, гортань, трахея. Бронхи, легкие. Что такое придаточные пазухи?

Практика (2) Искусственное дыхание. Спортивные игры, развивающие легкие.

Тема 5. Мой главнокомандующий - мозг – 10ч

Теория (6) Что умеет мозг, как он устроен?

Нервная система: нервные телеграфисты.

Память – величайшая способность мозга (виды памяти). Правши, левши. Враги головного мозга.

Практика (4) . Стресс и способы выхода из него. Интерактивная игра: Волшебник – сон. Как спят животные? Как готовиться ко сну?

Раздел 4. Развивающие и подвижные игры -16ч

Тема 1. Развивающие и подвижные игры-16ч

Теория (-)

Практика (16) Игры на свежем воздухе, подвижные, эстафеты, игры на развитие внимания, памяти, скорости.

Раздел 5. Дневник здоровья-4ч

Тема 1. Физические и психологические изменения подростка -4ч

Теория (2) Физические и психологические изменения подростка.

Практика (2) Гигиенические навыки, самоконтроль, коррекция психологического состояния учащегося в школе и дома.

Раздел 6. КВН «Как же вы устроены, господин тело?» -2ч

Тема 1. Особенности устройства организма мальчика и девочки психологически и физически

Теория (-)

Практика (2) КВН «Как же вы устроены, господин тело?»

Раздел 7. Валеологический потенциал природы – 8ч

Тема 1. Природа - источник духовного развития и восстановления сил человека -2ч

Теория (1) Природа - источник духовного развития и восстановления сил человека

Практика (1) Защита презентаций по данной теме.

Тема 2. Эстетическая ценность природы-2ч

Теория (-)

Практика (2) Экскурсия на природу: лес, парк, набережная Амура (по выбору учащихся)

Тема 3. Природа в произведениях композиторов -2ч

Теория (-)

Практика (2) Природа в произведениях композиторов. Знакомство с произведениями классической музыки.

Тема 4. Природа в произведениях художников, писателей, поэтов -2ч

Теория (-)

Практика (2) Просмотр и обсуждение презентации: Природа в произведениях художников, писателей, поэтов. Стихи, рисунки и рассказы учащихся о природе. Конкурс.

Раздел 8. Лечебная сила минералов – 6ч

Тема 1. Удивительные свойства минералов- 4ч

Теория (2) Удивительные свойства минералов.

Практика (2) Показ и обсуждение презентации по теме.

Тема 2. Поваренная соль в жизни человека -2ч

Теория (-)

Практика (2) Презентация. Исследовательская работа: «Свойства соли». Защита проектов.

Раздел 9. Целебные факторы природы – 16ч

Тема 1. Солнце. Значение Солнца на Земле, в жизни растений, животных и человека – 4ч

Теория (2) Значение Солнца на Земле.

Практика (2) Составление и защита презентаций на данную тему.

Тема 2. Воздух – 4ч

Теория (2) Значение воздуха для живых организмов.

Практика (2) Составление и защита презентаций на данную тему.

Тема 3. Вода – 6ч

Теория (2) Значение воды для живых организмов.

Практика (4) Составление и защита презентаций на данную тему.

Тема 4. Минеральные воды – 2ч

Теория (1) Значение минеральных вод для человека.

Практика (1) Составление и защита презентаций на данную тему.

Раздел 10. Пищевые продукты, их значение для организма – 6ч

Тема 1. Питательные вещества, пищевые продукты-4ч

Теория (2) Питательные вещества, пищевые продукты.

Практика (2) Интерактивная игра «Питательные вещества и пищевые продукты». Опросник: Какие продукты питания необходимы учащемуся.

Тема 2. Значение продуктов питания для здоровья человека- 2ч

Теория (1) Значение продуктов питания для здоровья человека.

Практика (1) Интерактивная игра: Питание и здоровье.

Раздел 11. Растения в пищевом рационе человека – 20ч

Тема 1. Овощи и фрукты, злаковые в питании чел- 4ч
Теория (2) Овощи и фрукты, злаковые в питании чел
Практика (2) Правила заготовки плодово-ягодных растений.
Тема 2. Дикорастущие съедобные растения. Грибы и здоровье человека - 4ч
Теория (2) Дикорастущие съедобные растения. Грибы и здоровье человека.
Практика (2) Грибы и здоровье чел. Интерактивная игра «Съедобные и несъедобные грибы».
Тема 4. Рациональное питание и здоровье человека – 2ч
Теория (2) Рациональное питание и здоровье человека.
Практика (-) Общение с растениями. Распознавание по гербарным экспонатам растений местной флоры. Значением их для человека.
Тема 5. Значение лекарственных растений. Опасность ядовитых растений -4ч
Теория (2) . Значение лекарственных растений. Опасность ядовитых растений.
Практика (2) Интерактивная игра «Лекарственные растения»
Тема 6. Работа с засушенными растениями. Интерактивная игра «Полезные растения»- 2ч
Теория (-)
Практика (2) Распознавание по гербарным экспонатам растений местной флоры. Значение их для человека.
Тема 7. Использование различных природных ресурсов в прикладном творчестве. Лепка из соленого теста – 4ч
Теория (-)
Практика (4) Практическое занятие. Изготовления поделок из природного материала. Конкурс творческих работ.

Раздел 12. Продукты животноводства.

Значение продуктов животноводства в пищевом рационе человека – 12ч

Тема 1. Продукты животного происхождения. Роль продуктов питания животного происхождения для человека -2ч
Теория (1) . Продукты животного происхождения. Роль продуктов питания животного происхождения для человека.
Практика (1) Презентации детей по теме: значение продуктов животноводства. Опасность вегетарианства для детей. Обсуждение презентаций.
Тема 2. Вредоносные организмы в продуктах животноводства и их влияние на здоровье человека-2ч
Теория (2) . Вредоносные организмы в продуктах животноводства и их влияние на здоровье человека. Глистные заболевания. Профилактика глистных заболеваний.
Практика (-)
Тема 3. Общение с животными в живом уголке Центра «Натуралист» - 4ч
Теория (-)
Практика (4) Общение с животными в живом уголке Центра «Натуралист». Правила содержания животных.
Тема 4. Мини – конференция «Мой любимый питомец». Защита презентаций, составленных учащимися -2ч
Теория (1) Мини – конференция «Мой любимый питомец». Защита презентаций, составленных учащимися.
Практика (1) Обучение оформлению сообщения на заданную тему в творческую работу, доклад, реферат.
Тема 5. Рефлексия. Корректировка программы. Тестирование. Подведение итогов. – 2ч

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 4-ОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Название раздела	Количество учебных	Формы контроля
---	------------------	--------------------	----------------

		часов			
		всего	теория	практика	
1	1.Введение в программу Входная диагностика. Вводный инструктаж.	2	1	1	Тестирование собеседование
2	Мой путь к самому себе	10	5	5	Презентация реферат
3	Человек как система	118	56	62	собеседование
4	Раздел 4. Человек как индивидуальность	12	6	6	Тестирование Защита презентаций собеседование
Итого:		144	69	75	

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1 «Введение в программу» – 2 ч

Тема 1. «Входная диагностика. Вводный инструктаж» -2 ч

Правила ПДД. Вводное тестирование, обсуждение, игра по ПДД.

Раздел 2. Мой путь к самому себе -12ч

Тема 1. Возможности человека -2ч

Теория (1) Возможности человека.

Практика (1) Просмотр и обсуждение презентации: « Возможности человека».

Тема 2. Понятие о природной жизни человека -2ч

Теория (1) Понятие о природной жизни человека. Зависимость долгожительства людей от вредных факторов воздействия на организм.

Практика (1) Составление схемы природных составляющих, влияющих на человека.

Тема 3. Факторы, влияющие на жизнь (окруж. среда, генетика, ЗОЖ, здравоохранение)-2ч

Теория (1) Зависимость человеческого организма от состояния окружающей среды.

Практика (1) Заполнение таблицы: факторы, влияющие на организм человека

Тема 4 . Нераскрытые возможности человека -2ч

Теория (1) Нераскрытые возможности человека.

Практика (1)) Просмотр и обсуждение ролика «Нераскрытые возможности человека».

Тема 5. Понятие «ЗОЖ». Какой образ жизни можно считать здоровым? – 2ч

Теория (1) Знакомство с понятием ЗОЖ.

Практика (1) Раскрытие составляющих ЗОЖ. Анализ факторов, поддерживающих организм человека в здоровом состоянии: настрой на ЗОЖ. Стрессоустойчивость, двигательная активность, ритмичность, безопасность.

Тема 6. ЗОЖ в моей семье. Полезные привычки, укрепляющие здоровье-2ч

Теория (1) Полезные привычки в моей семье: Здоровое питание, занятия спортом, совместные прогулки на свежем воздухе, зарядка, проветривание квартиры.

Практика (1) ЗОЖ в моей семье. Полезные привычки, укрепляющие здоровье всей семьи.

Раздел 3.Человек как система – 118ч

Тема 1. Пищеварительная система -14ч Понятие системы вообще. Человек – это система, целостный организм, состоящий из взаимосвязанных частей- 2ч

Теория (1) Человек – это система, целостный организм, состоящий из взаимосвязанных частей.

Практика (1) Интерактивная игра «Питайся правильно!»

Тема 2. Изучение пищеварительной системы и ее органов – 2ч

Теория (1) Функция пищеварительной системы и органов, входящих в данную систему.

Практика (1) Исследование и поиск на тему: « Функция пищеварительной системы»

Тема 3. Роль языка. Функции слюны, 6 слюнных желез. Зубы, их роль. Значение глотки – 2ч

Теория (1) Пищеварение в ротовой полости. Значение глотки.

Практика (1) Значение языка как органа пищеварения. Гигиена ротовой полости. Исследование и поиск.

Тема 4. Что такое «кариес»? -2ч

Теория (1) Причины возникновения кариеса. Предупреждение заболевания.

Практика (1) Проектная работа и исследование на тему: «Почему лопнула эмаль зуба?»

Тема 5. Строение желудка, желудочный сок, задачи желчи – 2ч

Теория (1) Знакомство со строением, значением желудка.

Практика (1) Заполнение схемы строения желудка.

Тема 6. Что и как мы едим. Роль жиров, белков в организме человека – 2ч

Теория (1) Значение белка для растущего организма. Роль жиров и углеводов.

Практика (1) Лабораторная работа по определению жиров и крахмала в продуктах питания.

Тема 7. Минеральные соли. Значение их для организма -2ч

Теория (1) Минеральные соли. Значение их для организма. История открытия витаминов. Авитаминоз и весенняя слабость.

Практика (1) Определение растворимости соли в воде. Просмотр и обсуждение презентации «Значение солей для организма человека». Практическая работа: допишите предложение, защита проекта.

Тема 8. *Сердце и кровеносная система*- 8ч. Устройство сердца и кровеносной системы-2ч

Теория (1) Роль сердца в жизни человека. Строение сердца. Кровеносные сосуды, значение. Профилактика заболеваний.

Практика (1) Заполнение таблицы: Профилактика заболеваний.

Тема 9. Изменение пульса. Состав крови – 2ч

Теория (1) Изменение пульса. Состав крови

Практика (1) Работа со схемой кровоснабжения.

Тема 10. Правила здорового сердца. Болезни сердца и кровеносной системы – 2ч

Теория (1) Болезни сердца и кровеносной системы: гипертония, ишемия, атеросклероз.

Практика (1) Профилактика заболеваний сердечно – сосудистой системы.

Тема 11. Составление и обсуждение правил: недопустимый избыточный вес, подвижный ОЖ, правильное питание -2ч

Теория (-)

Практика (2) Составление и обсуждение памяток: правильное питание, примерное меню на неделю для школьника.

Тема 12. *Мозг и нервная система*- 34ч Центральная и периферическая НС – 2ч

Теория (1) Знакомство с центральной нервной системой. Периферическая нервная система.

Практика (1) Исследовательская деятельность, поиск решений, дискуссия.

Тема 13. Строение мозга: большие полушария, доли. Питание мозга- 2ч

Теория (1) Строение мозга.

Практика (1) Ознакомление со строением головного мозга по муляжам. Викторина.

Тема 14. Взаимосвязь головного мозга и нервной системы – 2ч

Теория (1) Взаимосвязь головного мозга и нервной системы.

Практика (1) Работа по таблицам и муляжам спинного и головного мозга.

Тема 15. Строение периферической нервной системы -2ч

Теория (1) Пути передачи возбуждения от нервов в головной мозг.

Практика (1) Составление схемы рефлекса.

Тема 16. Факторы, истощающие нервную систему -2ч

Теория (1) Факторы, истощающие нервную систему.

Практика (1) Влияние эмоционального состояния на здоровье человека. Исследование и поиск.

Тема 17. Стресс - нервное напряжение. Понятие стресса- 2ч

Теория (1) Стресс - нервное напряжение. Понятие стресса.

Практика (1) Знакомство с описанием стресса в стихах, пословицах. Составление проекта: стресс в повседневной жизни.

Тема 18. Процессы в организме человека, находящегося в состоянии стресса -2ч

Теория (1) Положительное и отрицательное влияние стресса.

Практика (1) Упражнения, музыка, рисование, чтение книг, занятие любимым делом, аутотренинг для снятия стресса.

Тема 19. Тренинг: Я могу избежать стресса -2ч

Теория (1) Тренинг: Я могу избежать стресса.

Практика (1) Ситуативные задания. Психологические тесты.

Тема 20. Типы нервной системы 2ч

Теория (1) Теория Павлова. Мыслительный тип, художественный тип - 2ч

Практика (1) Определение типа нервной системы у учащихся. Тесты. Рекомендации.

Тема 21. Виды темперамента: сангвиник, холерик, меланхолик, флегматик -2ч

Теория (-)

Практика (2) Определение темперамента.

Тема 22. *Отдых и сон -2 ч.* Связь деятельности человеческого мозга с состоянием сна – 2ч

Теория (1) Связь недосыпания с активностью деятельности человека.

Практика (1) Просмотр и обсуждение презентации «Значение сна, гигиена сна».

Тема 23. Роль сна в жизни человека -2ч

Теория (1) Роль сна в жизни человека.

Практика (1) Составление памяток: Гигиена сна. Исследование и поиск.

Тема 24. Методика релаксации. Что значит уметь засыпать? -2ч

Теория (1) Методика релаксации. Что значит уметь засыпать?

Практика (1) Восстановление силы и здоровья, не прибегая ко сну – релаксация.

Тема 25. Расслабление мышц тела -2ч

Теория (-)

Практика (2) Упражнения на расслабление мышц тела.

Тема 26. Расслабление мышц тела -2ч

Теория (-)

Практика (2) . Упражнения на расслабление мышц тела.

Тема 27. Практикум. Типы мышления- 2ч

Теория (-)

Практика (2) Практикум. Типы мышления.

Тема 28. *Обучение и здоровье -10ч* Склад ума. Два полушария мозга – его особенности - 2ч

Теория (2) Два полушария мозга – его особенности.

Практика (-)

Тема 29. Роль правого и левого полушария головного мозга -2ч

Теория (2) Роль правого и левого полушария головного мозга.

Практика (-)

Тема 30. Развитие мышления. Леворукость – 2ч

Теория (2) Развитие мышления. Леворукость.

Практика (-)

Тема 31. Память. Развитие памяти. Диагностика памяти – 4ч

Теория (2) Память. Развитие памяти. Диагностика памяти.

Практика (2) Практические занятия по улучшению памяти.

Тема 32. Опорно-двигательная система-14ч Позвоночник – главная опора тела -2ч
Теория (2) Строение, развитие скелета.
Практика (-)
Тема 33. Строение позвоночника по макету скелета -2ч
Теория (-)
Практика (2) Строение позвоночника по макету скелета.
Тема 34. Упражнения для позвоночника -2ч
Теория (-)
Практика (2) Упражнения для позвоночника.
Тема 35. Роль связок и хрящей. Состав костей. Защитная функция костей -2ч
Теория (2)
Практика (-)
Тема 36. Упражнения для позвоночника -2ч
Теория (-)
Практика (2) Упражнения для позвоночника.
Тема 37. Связь позвоночника и ЦН-2ч
Теория (2) Связь позвоночника и ЦН. Сплюсчивание позвоночного диска. Защемление дисков.
Практика (-)
Тема 38. Упражнения для правильной осанки ребенка -4ч
Теория (2) Как надо правильно сидеть за партой.
Практика (2) Упражнения для правильной осанки ребенка.
Тема 39. Комплекс упражнений для улучшения осанки-2ч
Теория (1) Упражнения для правильной осанки.
Практика (1) Выполнение упражнений для улучшения осанки.
Тема 40. Органы дыхания-18ч Строение органов дыхания -2ч
Теория (2) Строение органов дыхания.
Практика (-)
Тема 41. Дыхательные пути – 2ч
Теория (2) Значение органов дыхательной системы.
Практика (-)
Тема 42. Что происходит с воздухом в легких? -2ч
Теория (-) Газообмен в легких.
Практика (2) Исследование. Поиск решений.
Тема 43. Дыхательные упражнения -6ч
Теория (-)
Практика (6) Дыхательные упражнения: Грудное дыхание. Диафрагмальное дыхание. Гармонично- полное дыхание. «Рот» на замок», дыхание, сидя на стуле, дыхание при ходьбе и беге на лыжах, на велосипеде.
Тема 44. Почему мы говорим. Строение гортани. Образование звука – 2ч
Теория (1) Строение гортани. Образование звука
Практика (1) Принцип произношения звука.
Тема 45. Ухо. Горло. Нос. Взаимосвязь и роль этих органов в здоровье человека -2ч
Теория (1) Строение органов дыхательной системы.
Практика (1) Гигиена. Составление памятки.
Тема 46 . Если я заболел. Что надо знать об ОРВИ. Признаки заболевания-2ч
Теория (1) Болезни горла: фарингит, ларингит, ангина, отит, ринит.
Практика (1) Профилактика простудных заболеваний.
Тема 47. Орган зрения-4ч Строение глаза-2ч
Теория (1) Строение глаза.

Практика (1) Углубленное изучение органа зрения. Сравнение строения глаза человека с глазом животного.

Тема 48. Значение зрения -2ч

Теория (1) Значение зрения

Практика (1) Гигиена зрения.

Тема 49. Программа улучшения зрения- 2ч

Теория (-)

Практика (2) Защита детских презентаций по теме.

Тема 50. *Кожа* – зеркало здоровья. Строение кожи. Кожа – орган защиты, орган чувств-2ч

Теория (1) Кожа – орган защиты, орган чувств.

Практика (1)

Тема 51. *Уход за кожей.* Особенности кожи в подростковом возрасте-4ч

Теория (2) Особенности кожи в подростковом возрасте

Практика (2) Составление памяток: уход за кожей.

Тема 52. *Эндокринная система.* Особая роль желез внутренней секреции-2ч

Теория (2) Особая роль желез внутренней секреции.

Практика (-)

Тема 53. *Мочеполовая система.* Строение. Функция.

Теория (2) Мочеполовая система. Строение. Функция.

Практика (-)

Тема 54. СПИД – чума 21 века. Природа заболевания. Способы заражения -2ч

Теория (1) Природа заболевания СПИДом. Способы заражения

Практика (1) Профилактика СПИДа. Презентации детей. Обсуждение.

Раздел 4. Человек как индивидуальность -12ч

Тема 1. Курить или не курить? Влияние табака на органы системы органов в целом-2ч

Теория (1) Влияние табака на организм человека.

Практика (1) Занятие – тренинг. Вредное воздействие курения на организм подростка. Выбор здорового образа жизни.

Тема 2. *Опасная «традиция».* Алкоголь- это этиловый и винный спирт-2ч

Теория (1) Вредное воздействие алкоголя на организм подростка.

Практика (1) Просмотр и обсуждение видеоролика. Защита презентаций по теме.

Тема 3. От соблазна к кошмару (наркотики)-2ч

Теория (1) Последствия приёма наркотиков для здоровья человека и для социума.

Практика (1) Просмотр и обсуждение видеоролика. Защита презентаций по теме.

Тема 4. *Травматическая эпидемия.* Несчастные случаи. Профилактика-2ч

Теория (1) Несчастный случай: на дорогах, в огне, отравление, при самостоятельном туризме. Отравление ядовитыми грибами и ягодами. Опасные игры, плавание, купание.

Практика (1) Обучение умению оказания первой помощи в случае опасности.

Тема 5. Практикум. Обучение умению оказания первой помощи-2ч

Теория (-)

Практика (2) Практикум. Обучение умению оказания первой помощи.

Тема 6. Я несу ответственность за себя -2ч

Теория (1) Мои убеждения в правильном выборе жизненных установок на здоровый образ жизни.

Практика (1) Рисование плаката: «Мы за здоровый образ жизни!»

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 классы – 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.

К концу четвертого года обучения учащийся:	К концу четвертого обучения у учащегося:
— будет знать причинно – следственные связи здоровья и образа жизни; здоровья и экологической обстановки территории проживания и планеты в целом; - продолжит умение применять полученные знания на практике, проводить опыты, исследования, измерения, — расширит представления о причинах загрязнения окружающей среды и влиянии ухудшения экологии на здоровье человека; — продолжит составлять презентации по различным темам и представлять их на защиту.	— будет сформирована устойчивая потребность вести здоровый образ жизни и пропагандировать его среди сверстников и учащихся младшего и среднего звена; — продолжится устойчивая потребность к самообразованию; — будет сформирована активная жизненная позиция; — 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. — будет воспитано уважение к нормам коллективной жизни.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Календарный учебный план-график

	1 полугод	Итог о	Зимние праздники	2 полугод	Итог о	Аттестаци я	Летние каникулы	Всего в год
1 год обуче н	01.09.- 31.12. 2017	17 нед.	01.01.- 10.01. 2018	11.01. 2018	19 нед.	01.05.- 31.05. 2018	01.06.- 31.08. 2018	36 нед.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение – занятия проходят в оборудованном кабинете с соответствующей мебелью, 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», оборудование 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	Скалки	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».

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; собеседование, 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, семинар, соревнование, тренинг, экскурсия, 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 старших 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 учебно-тематического плана программы)	<i>Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям</i>	- <i>минимальный уровень</i> (ребёнок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой); - <i>средний уровень</i> (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); - <i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период);	1 5 10	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
1.2. Владение специальной терминологией	<i>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</i>	• <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).	1 5 10	Собеседование
II. Практическая подготовка ребенка: 2.1. Практические умения и	<i>Соответствие практических</i>	- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем	1	Контрольное задание

навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы) программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы) 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	<i>умений и навыков программным требованиям</i>	1/2 предусмотренных умений и навыков); - <i>средний уровень</i> (объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2); - <i>максимальный уровень</i> - (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период);	5 10	Контрольное задание
2.3. Творческие навыки	<i>Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения</i>	-минимальный уровень умений (ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием); <i>средний уровень</i> (работает с оборудованием с помощью педагога); - <i>максимальный уровень</i> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей);	1 5 10	Контрольное задание
2.3. Творческие навыки	<i>Креативность в выполнении практических заданий</i>	- <i>начальный (элементарный) уровень развития креативности</i> (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); - <i>репродуктивный уровень</i> (выполняет в основном задания на основе образца); - <i>творческий уровень</i> (выполняет практические задания с элементами творчества).	1 5	

			10	
III. Общеучебные умения и навыки ребенка: 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу	<i>Самостоятельность в подборе и анализе литературы</i>	- <i>минимальный уровень умений</i> (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога) • <i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей) • <i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых затруднений) уровни - по аналогии с п. 3.1.1.	1 5 10	Анализ Исследовательские работы Наблюдение
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	<i>Самостоятельность в использовании компьютерными источниками информации</i>	уровни - по аналогии с п. 3.1.1.		
3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)	<i>Самостоятельность в учебно-исследовательской работе</i>	уровни - по аналогии с п.3.1.1.		

3.2. Учебно-коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога 3.2.2. Умение выступать перед аудиторией 3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии 3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога. Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его	уровни - по аналогии с п.3.1.1. уровни - по аналогии с п.3.1.1 уровни - по аналогии с п. 3.1.1 • минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой); • средний уровень (объем усвоенных навыков составляет более 1/2); • максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период). удовлетворительно - хорошо - отлично	1 5 10	
--	--	---	-----------------------------	--

	<i>за собой</i>			
3.3.2. Навыки соблюдения в процессе дея- тельности правил безопас- ности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасно- сти программным требованиям			
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе			

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 диагностики 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

<u>I.Теоретическая подготовка ребёнка:</u> <i>1.1 Теоретические знания:</i> а) б) с) и т.д. <i>1.2 Владение специальной терминологией</i> <u>II.Практическая подготовка ребёнка:</u> <i>2.1.Практические умения и навыки, предусмотренные программой:</i> а) б) с) и т.д <i>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</i> <i>2.3. Творческие навыки</i> <u>III. Общеучебные умения и навыки ребёнка:</u> <i>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</i> а) умение подбирать и анализировать специальную литературу б) умение пользоваться компьютерными источниками информации с) умение осуществлять учебно-исследовательскую работу						
--	--	--	--	--	--	--

3.2. Учебно-коммуникативные умения: а) умение слушать и слышать педагога б) умение выступать перед аудиторией с) умение вести полемику, участвовать в дискуссии. 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 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						
---	--	--	--	--	--	--

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				
2	Уровень познавательного интереса:				
	интерес проявляется часто				
	редко				
3	Внимание:				
	отличное				
	среднее				
4	Темп работы:				
	опережает темп работы объединения с высоким качеством работы				
	опережает темп работы объединения с недостаточным качеством работы				
	соответствует темпу занятия				
5	Оформление работ:				
	по всем требованиям				
	частично нарушены требования				
	без выполнения требований				
	красиво				
	аккуратно				
6	Умение организовывать и контролировать свою работу на занятии:				
	всегда				
	иногда				
7	Проявление творчества:				
	всегда				
	иногда				
8	Общеучебные навыки освоены:				
	отлично				
	хорошо				
	удовлетворительно				
	плохо				

