

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.СОСНОВКА
МО «ГОРОД САРАТОВ»

Принята на заседании педагогического совета
от «16» августа 2023 год
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МАОУ «СОШ с. Сосновка»
Михновец Л.Е.
Приказ № 102/23
«17» августа 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Азбука здоровья»

Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации программы: 1 год

Направление: естественнонаучное

Автор-составитель:
Михновец Дарья Алексеевна,
педагог дополнительного образования.

с. Сосновка
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа предназначена на формирование у детей установки на жизнь как высшую ценность, обучение бережному отношению к себе и своему здоровью, стремлению творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Направленность (профиль программы) естественно -научное

Уровень программы: ознакомительный

Актуальность программы определена тем, что учащиеся должны иметь мотивацию к формированию культуры здоровья, стремиться развивать свои знания по ведению здорового образа жизни.

Новизна программы заключается в том, что в нее включено большое количество заданий на формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в нее включены условия для повышения мотивации к формированию культуры здоровья и стремления развивать знания по ведению здорового образа жизни обучающихся.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она разработана на основе программы факультативного курса «Азбука здоровья» Умнягина Е.Г. для младших школьников, программы курса валеологии «Расти здоровым» Борисовой У.С., образовательной программы по валеологии для начальной школы Мелентьевой М.С., Раицкого А.А., «Валеологическое образование в начальной школе» Басовой Е.Д., «Школа докторов Природы или 34 уроков здоровья» Л. А.Обуховой, Н. А. Лемяскиной для 1-4 классов.

Программа курса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Цель и задачи программы

Цель программы – формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные задачи:

- осознанно выбирать модель поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- обучать правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- обучать элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения своего здоровья.

Развивающие задачи:

Развивать коммуникативные умения младших школьников с применением коллективных форм организации занятий и использованием современных средств обучения;

Воспитательные задачи:

Воспитывать потребность в здоровом образе жизни

Воспитывать навыки позитивного коммуникативного общения

Данная ДООП опирается на общедидактические принципы образовательного процесса:

- Принцип доступности
- Принцип индивидуальности
- Принцип развития
- Принцип системности во взаимодействии и взаимопроникновении базового и дополнительного образования.
- Принцип личностной значимости
- Принцип деятельностного подхода
- Принцип поддержки инициативности и активности
- Принцип открытости
- Принцип наглядности системы.
- Принцип оздоровительной направленности

- Принцип оздоровительной направленности
- Принцип формирования ответственности у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей

Программа предусматривает следующую организацию образовательного процесса: групповые занятия, продолжительность 3 часа в неделю.

Форма организации обучения: очная

Возраст: программа рассчитана на детей 7-10 лет.

Срок освоения: 1 год.

Объем программы и режим работы: 102 часов, 3 раз в неделю.

Категория учащихся по программе: возраст учащихся 7-10 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

Формы и режим занятий:

Форма обучения:

- очная (сочетание аудиторных и выездных занятий) или очно-дистанционная (сочетание очных занятий и электронного обучения) или дистанционная (обучение с использованием дистанционных образовательных технологий).
- групповая (занятия проводятся в одновозрастных или разновозрастных группах, численный состав группы – не более 15 человек) или индивидуальная.

Режим занятий:

Занятия проводятся 3 раза в неделю. Время занятий включает 40 мин. учебного времени и обязательный 15-минутный перерыв;

Планируемые результаты реализации программы результаты освоения ДООП «Азбука здоровья»

Знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека; основные формы физических занятий и виды физических упражнений.
- правила безопасного поведения в школе, в доме, на улице, в транспорте, на воде;
- правила обращения с огнём;
- роль влияния здоровья на успешную учебную деятельность
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника
- роль «полезных» и «вредных» продуктах, значение режима питания

Уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.
- взаимодействовать между собой на уровне класса
- применять практическое подтверждение приобретённых гигиенических знаний, участвуя в различных мероприятиях
- различать «полезные» и «вредные» продукты
- преодолевать вредные привычки.

В результате обучения ребёнок будет

Знать:

- как заботиться об органах чувств,
- правильно ухаживать за зубами, руками и ногами
- правильному питанию
- как сон сделать полезным
- правила поведения в школе, в доме, на улице, в транспорте, на воде

Уметь:

- понимать и выполнять несложные обобщения и использовать их для получения новых знаний;
- применять полученные знания в измененных условиях;
- взаимодействовать между собой на уровне класса
применять практическое подтверждение приобретённых гигиенических знаний, участвуя в различных мероприятиях.

В результате обучения ребёнок будет

Развита:

- необходимость заботы о своём здоровье и выработки форм поведения,
- роль влияния здоровья на успешную учебную деятельность
- необходимость знания вопросов гигиены
- необходимость знаний безопасного поведения

Воспитана:

- коммуникативная способность детей;
- культура здорового образа жизни
- умение заботиться о своем здоровье
- общепринятые правила поведения в семье, в школе, в гостях, в транспорте.

Планируемые результаты реализации программы

Предметные результаты

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- основных вопросов гигиены
- основы рационального питания
- способы сохранения и укрепление здоровья
- заботиться о своем здоровье
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях
- уметь оценивать своё поведение в жизненных ситуациях
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его
- различать “полезные” и “вредные” продукты
- заботиться о своем здоровье
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания.

Личностные результаты:

Программные требования к уровню воспитанности:

воспитание чувства справедливости, ответственности.

Программные требования к уровню развития:

- развитие самостоятельности суждений
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности

любого человека;

Метапредметные результаты:

- формирование основных вопросов гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушнокапельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

- входной контроль (викторина);
- текущий контроль (в течение всего учебного года; творческие работы, тесты);

- промежуточный контроль (январь; тест);
- итоговый контроль (май, защита проекта).

Критерии оценки учебных результатов программы:

- соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям;
- широта кругозора;
- развитость практических навыков работы со специальной литературой;
- осмысленность и свобода использования специальной терминологии;
- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;
- качество выполнения практического задания;
- культура организации своей практической деятельности;
- культура поведения;
- творческое отношение к выполнению практического задания.

Способы фиксации учебных результатов программы:

педагогическое наблюдение, мониторинг, анализ результатов.

Методы выявления результатов воспитания:

наблюдение;

беседа;

освоение терминологии, которая пригодится в дальнейшей работе;

Методы выявления результатов развития:

беседа;

самостоятельная работа;

работа в парах, в группах;

творческие работы;

дидактические игры.

Формы подведения итогов реализации программы:

оценка результатов каждого учащегося производится по уровню активности и заинтересованности на занятиях. Проводится статистика посещаемости занятий, сохранение контингента учеников, наблюдение, анализ итоговых мероприятий, анализ продуктов деятельности педагога и учащегося.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

№ урока	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	итого	
I. Введение «Вот мы и в школе».					
1.1	Дорога к доброму здоровью.	1	1	2	Конкурс загадок
1.2	Здоровье в порядке спасибо зарядке.	1	1	2	Комплекс упр-й
1.3	В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр».	1	1	2	Инсценировка сценок
1.4	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр».	1	1	2	праздник
1.5	В гостях у Мойдодыра.	1	1	2	инсценирование
1.6	Я хозяин своего здоровья.	1	1	2	Деловая игра
1.7	«Здоровый образ жизни, что это?»	1	1	2	Конкурс рисунков
1.8	Физическая активность и здоровье.	1	1	2	Урок-практикум
1.9	Как познать себя.	1	1	2	Интеллектуальная игра
II. Питание и здоровье.					
2.1	Витаминная тарелка на каждый день. «Витамины наши друзья и помощники».	1	1	2	Конкурс рисунков
2.2	Культура питания. Приглашаем к чаю.	1	1	2	Игра-путешествие
2.3	Ю.Тувим «Овощи». Кукольный театр «Умеем ли мы правильно питаться».	1	1,5	2,5	Инсценировка сценок
2.4.	Как и чем мы питаемся.	1	1	2	Конкурс загадок
2.5.	Красный, жёлтый, зелёный.	1	1	2	викторина
2.6	Спектакль «Я выбираю	0.5	1	1.5	Просмотр

	кашу».				спектакля
2.7	«Что даёт нам море».	1	1	2	Конкурс рисунков
2.8	Светофор здорового питания.	0.5	1	1.5	Игра путешествие
2.9	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени.	1	1	2	Игра-путешествие
III. Моё здоровье в моих руках.					
3.1	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	0.5	0.5	1	Деловая игра
3.2	<u>День здоровья</u> «Будьте здоровы».	1	1	2	День здоровья
3.3	Полезные и вредные продукты.	1	1	2	Конкурс рисунков
3.4	Кукольный театр. Стихотворение «Ручеёк».	0.5	0.5	1	Инсценировка
3.5	«Сезонные изменения и как их принимает человек».	0.5	1	1.5	Экскурсия
3.6	Как обезопасить свою жизнь.	0.5	0.5	1	Деловая игра
3.7	Как обезопасить свою жизнь.	0.5	0.5	1	Деловая игра
3.8	«Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим».	0.5	0.5	1	День здоровья.
3.9	В здоровом теле здоровый дух.	1	2	3	Интеллектуальная Игра
IV. Я в школе и дома.					
4.1	Мой внешний вид залог здоровья.	0.5	0.5	1	Конкурс школьной моды
4.2	Зрение – это сила.	0.5	0.5	1	Упражнения для глаз
4.3	Осанка – это красиво.	0.5	0.5	1	Упражнения для осанки
4.4	Весёлые переменки.	0.5	1	1.5	Игровые конкурсы
4.5	Здоровье и домашние задания.	0.5	0.5	1	Деловая игра

4.6	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим.	0.5	0.5	1	интеллектуальная игра-викторина
4.7	Спектакль С. Преображенского «Капризка».	0.5	0.5	1	Просмотр спектакля
4.8	Шалости и травмы.	0.5	0.5	1	Игровые конкурсы
4.9	Умники и умницы.	0.5	1	1.5	Интеллектуальная игра
V. Чтоб забыть про докторов.					
5.1	«Хочу остаться здоровым».	0.5	0.5	1	Игровые конкурсы
5.2	Вкусные и полезные вкусности.	0.5	0.5	1	Деловая игра
5.3	«Как хорошо здоровым быть».	1	1	2	День здоровья
5.4	«Как сохранять и укреплять свое здоровье».	0.5	0.5	1	Деловая игра
5.5	Кукольный спектакль С. Преображенский «Огородники».	0.5	0.5	1	Просмотр спектакль
5.6	Как защитить себя от болезни (Выставка рисунков).	1	1	2	Деловая игра Выставка рисунков
5.7	Кукольный спектакль Шарль Перро «Красная шапочка».	0.5	0.5	1	Разыгрывание сценок
5.8	Движение это жизнь.	1	1	2	Деловая игра
5.9	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше».	0.5	0.5	1	День здоровья
VI. Я и моё ближайшее окружение.					
6.1	Улыбка по кругу. «Моё настроение».	0.5	0.5	1	Конкурс рисунков
6.2	Вредные и полезные привычки.	0.5	0.5	1	Деловая игра
6.3	«Я б в спасатели пошел».	0.5	1.5	2	Урок-практикум
6.4	Мир эмоций и чувств.	0.5	0.5	1	Выставка рисунков
6.5	Вредные привычки.	0.5	0.5	1	Деловая

					игра
6.6	Вредные привычки.	1	1	2	Просмотр видеофильма
6.7	Игра «Веснянка».	1	1	2	Урок-игра
6.8	В мире интересного.	1	1	2	Урок-практикум
6.9	Добро лучше, чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о	0.5	0.5	1	Просмотр спектакля
VII. «Вот и стали мы на год взрослей».					
7.1	Опасности летом	1	1	2	просмотр видеофильма
7.2	Опасности летом	1	1	2	тест
7.3	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы».	1	1	2	Урок-практикум
7.4	Первая помощь при отравлении.	1	1	2	Урок практикум
7.5	Вредные и полезные растения. Кукольный театр. Русская народная сказка «Репка».	1	1	2	Деловая игра
7.6	Лесная аптека на службе человека.	1	1	2	Деловая игра
7.7	Игра «Не зная броду, не суйся в воду».	1	1	2	Деловая игра
7.8	Игра «Мой горизонт».	1	1	2	Аукцион знаний
7.9	Чему мы научились за год.	1	1	2	Интеллектуальная игра
	Итого:	48	54	102	

Содержание учебно-тематического плана

1 раздел. «Вот мы и в школе»

Тема 1.1. Дорога к доброму здоровью.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Загадки, пословицы, поговорки, песни о здоровье.

Тема 1.2. Здоровье в порядке спасибо

зарядке. Теория: Беседа по теме

Практика: Комплекс упражнений

Тема 1.3. В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль К.

Чуковский «Мойдодыр».

Теория: Беседа по теме

Практика: Разыгрывание сценок.

Тема 1.4. Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр».

Теория: Беседа по теме

Практика: Праздник.

Тема 1.5. В гостях у Мойдодыра.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Разыгрывание сценок.

Тема 1.6. Я хозяин своего здоровья

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра.

Тема 1.7 Здоровый образ жизни, что это?

Теория: Беседа по теме.

Практика: Конкурс рисунков

Тема 1.8. Физическая активность и здоровье.

Теория: Беседа по теме

Практика: Урок - практикум

Тема 1.9. Как познать себя.

Теория: Беседа по теме

Практика: Интеллектуальная игра.

2 раздел. «Питание и здоровье»

Тема 2.1. «Витаминная тарелка на каждый день»

Теория: Беседа по теме

Практика: Загадки о витаминах.

Тема 2.2. Культура питания. Приглашаем к чаю.

Теория: Беседа по теме.

Практика: игра-путешествие

Тема 2.3. Ю.Тувим «Овощи». Кукольный театр «Умеем ли мы правильно питаться».

Теория: Беседа по теме.

Практика: Разыгрывание сценок.

Тема 2.4. Как и чем мы питаемся.

Теория: Беседа по теме.

Практика: загадки, пословицы, конкурс рисунков.

Тема 2.5. Красный, жёлтый, зелёный

Теория: Беседа по теме.

Практика: игра-путешествие

Тема 2.6. Спектакль «Я выбираю кашу».

Теория: Беседа по теме.

Практика: Просмотр и разыгрывание сценок.

Тема 2.7. «Что даёт нам море».

Теория: Беседа по теме.

Практика: Конкурс рисунков.

Тема 2.8. Светофор здорового питания.

Теория: Беседа по теме.

Практика: игра-путешествие

Тема 2.9. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени.

Теория: Беседа по теме.

Практика: игра-путешествие

3 раздел. Моё здоровье в моих руках.

Тема 3.1. Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.

Теория: Беседа по теме.

Практика: сообщения доктора Айболита

Тема 3.2. «Будьте здоровы»

Теория: Беседа по теме.

Практика: День здоровья

Тема 3.3. Полезные и вредные продукты

Теория: Беседа по теме.

Практика: конкурс рисунков

Тема 3.4. Кукольный театр. Спектакль «Ручеёк».

Теория: Беседа по теме.

Практика: разыгрывание сценок.

Тема 3.5 «Сезонные изменения и как их принимает человек».

Теория: Беседа по теме.

Практика: экскурсия

Тема 3.6 Как обезопасить свою жизнь.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Скорая помощь»

Тема 3.7 Как обезопасить свою жизнь.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Скорая помощь»

Тема 3.8. «Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим».

Теория: Беседа по теме.

Практика: День здоровья

Тема 3.9. «В здоровом теле здоровый дух»

Теория: Беседа по теме.

Практика: Интеллектуальная игра

4. раздел. Я в школе и дома.

Тема 4.1. Мой внешний вид – залог здоровья.

Теория: Беседа по теме.

Практика: конкурс школьной моды

Тема 4.2. Зрение – это сила.

Теория: Беседа по теме

Практика: упражнения для глаз

Тема 4.3. Осанка – это красиво.

Теория: Беседа по теме.

Практика: упражнения для осанки

Тема 4.4. Весёлые перемены.

Теория: Беседа по теме.

Практика: игровые конкурсы

Тема 4.5. Здоровье и домашние задания.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора Айболита»

Тема 4.6. «Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни
победим»

Теория: Беседа по теме.

Практика: интеллектуальная игра

Тема 4.7. Спектакль.

С.Преображенского «Капризка»

Теория: Беседа по теме.

Практика: Просмотр спектакля

Тема 4.8. Шалости и травмы

Теория: Беседа по теме.

Практика: Игровые конкурсы

Тема 4.9. «Умники и умницы»

Теория: Беседа по теме.

Практика: интеллектуальная игра

5. раздел Чтоб забыть про докторов.

Тема 5.1. «Хочу остаться здоровым» Теория: Беседа по теме.

Практика: игровые конкурсы

Тема 5.2. Вкусные и полезные вкусности.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора

Айболита» Тема 5.3. «Как хорошо здоровым быть».

Теория: Беседа по теме.

Практика: День здоровья (комплекс упражнений)

Тема 5.4. «Как сохранять и укреплять свое здоровье».

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора Айболита

Тема 5.5. Кукольный спектакль С. Преображенский «Огородники».

Теория: Беседа по теме.

Практика: просмотр спектакля.

Тема 5.6. Как защитить себя от болезни.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра. Выставка рисунков.

Тема 5.7. Кукольный спектакль Шарль Перро «Красная шапочка».

Теория: Беседа по теме.

Практика: просмотр спектакля, разыгрывание сценок.

Тема 5.8. Движение это жизнь

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора Айболита»

Тема 5.9. «Дальше, быстрее, выше».

Теория: Беседа по теме.

Практика: День здоровья (комплекс упражнений)

6. раздел. Я и моё ближайшее окружение.

Тема 6.1. Моё настроение. Передай улыбку по кругу.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Выставка рисунков «Моё настроение».

Тема 6.2. Вредные и полезные привычки.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Вопросы и ответы»

Тема 6.3. «Я б в спасатели пошел».

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок -практикум

Тема 6.4. Мир эмоций

Теория: Беседа по теме.

Практика: Выставка рисунков «Моё настроение».

Тема 6.5. Вредные и полезные привычки.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Вопросы и ответы»

Тема 6.6. Вредные и полезные привычки.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Просмотр видеофильма

Тема 6.7. Игра «Веснянка»

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок -игра

Тема 6.8. В мире интересного.

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок – практикум.

Тема 6.9. Добро лучше, чем зло, зависть,
жадность. Кукольный спектакль

Теория: Беседа по теме.

Практика: просмотр
спектакля

7.раздел. «Вот и стали мы на год взрослей».

Тема 7.1. Опасности летом.

Теория: Беседа по теме.

Практика: просмотр видео фильма.

Тема 7.2. Опасности летом.

Теория: Беседа по теме.

Практика: тест.

Тема 7.3. Чем и как можно отравиться.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Урок-практикум

Тема 7.4. Первая доврачебная помощь.

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок практикум

Тема 7. 5. Вредные и полезные растения. Кукольный театр

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Доктор природа»

Тема 7.6. Лесная аптека на службе человека.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Доктор природа»

Тема 7.7. «Не зная броду, не суйся в воду».

Теория: Беседа по теме.

Практика: игра «Спасатели вперед»

Тема 7.8. «Мой горизонт».

Теория: Беседа по теме.

Практика: аукцион знаний

Тема 7.9. Чему мы научились за год.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Интеллектуальная игра «Вопросы и ответы»

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия по Программе должны осуществляться в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14.

Требования к мебели: мебель (учебные столы и стулья) должны быть стандартными, комплектными и иметь маркировку, соответствующую ростовой группе.

Требования к оборудованию учебного процесса: для успешной реализации Программы необходимо материальнотехническое обеспечение: персональный компьютер, принтер и мультимедийный проектор.

Требования к помещению учебного процесса:помещение для проведения занятий должно быть светлым. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения.

Методические особенности реализации программы

Педагогическое обоснование содержания программы:

Программа внеурочной деятельности по естественно –научному направлению «Азбука здоровья» состоит из 7 разделов:

- «Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;
- «Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;
- «Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;
- «Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;
- «Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма;
- «Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;
- «Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

Методы обучения: словесные, наглядные, практические.

Методики / технологии обучения: проблемное обучение, игровые методы, информационные технологии.

Формы учебной работы: групповые, индивидуальные, фронтальные, парные.

Воспитывающая деятельность

Содержательные направления воспитательной работы:

Методы воспитания:

методы формирования сознания (методы убеждения);

методы организации деятельности и формирования опыта поведения;

методы стимулирования поведения и деятельности.

Методики / технологии воспитания:

Формы воспитательной работы: мероприятия, дела, конкурсы, игры.

Развивающая деятельность содержательные направления развивающей деятельности: познавательно-речевое, социально-личностное.

Методы развития: практикум, работа с информацией.

Методики / технологии развития: технология проблемного обучения, информационные технологии, тестовые.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Перечень методических материалов к программе

Название учебного раздела (учебной темы)	Название и форма методического материала
Раздел 1. «Вот мы и в школе».	картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.); учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)
Раздел 2. Питание и здоровье.	картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.); учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)

<p>Раздел 3.</p> <p>Моё здоровье в моих руках.</p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы) учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p> <p>дидактические пособия (карточки, раздаточный материал)</p>
<p>Раздел 4.</p> <p>Я в школе и дома.</p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p> <p>дидактические пособия (карточки, раздаточный материал)</p>
<p>Раздел 5.</p> <p>Чтоб забыть про докторов.</p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p> <p>дидактические пособия (карточки, раздаточный материал)</p>

<p>Раздел 6.</p> <p>Я и моё ближайшее окружение.</p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p>
<p>Раздел 7.</p> <p>«Вот и стали мы на год взрослей».</p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p>

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Персональный компьютер.

Мультимедийный проектор.

Магнитная доска.

Натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы): овощи, фрукты, вода, аптечка, зубные щетки и т.д).

Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и т.д.

Для учителя:

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья./ Методическое пособие. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2013.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании./ Методическое пособие. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2012.
3. Зайцев Г., Зайцев А. Твоё здоровье. – С Пб., 2008.
4. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 классы. – М.: ВАКО, 2004.
5. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1 11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
6. Обухова Л.А., Лемякина Н.А. Школа докторов природы. М.: ВАКО, 2011.
7. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1 4 класса. М.: Вако, 2007. 176с. / Мозаика детского отдыха.
8. Педагогика здоровья. Программа и методическое пособие для учителей начальных классов/ Под ред. В. Н. Касаткина. – М.: Линка Пресс, 2000.
9. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
10. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 2003, с.57.
11. Шатохина Л.Ф. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса./ Под ред. Л.Ф. Шатохиной – М.: Полимед, – 2005.
12. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002. 400 с.
13. Якиманская, И.С. Личностно ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.

Для учащихся:

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А.. Разговор о правильном питании./ Рабочая тетрадь для школьников. – М.: ОЛМАПРЕСС, 2012.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А.. Две недели в лагере здоровья. Рабочая тетрадь для школьников. – М.: ОЛМАПРЕСС Инвест, 2014.
3. Буянова Н. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина. – М.: АСТ, 2009.
4. Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 2010

Интернет сайты:

1. Борисова У.С. Программа курса валеологии «Расти здоровым». <http://festival.1september.ru/articles/312400/>
2. Басова Е.Д. Валеологическое образование в начальной школе//Управление начальной школой. № 2, 2010.
3. Мелентьева М.С., Раицкий А.А. Образовательная программа по валеологии (для начальной школы). <http://festival.1september.ru/articles/213370/>
4. Умнягина Е.Г. Программа курса «Азбука здоровья» для младших школьников. <http://festival.1september.ru/articles/519723/>