

Государственное образовательное учреждение дополнительного образования
Тульской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на заседании
педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,
протокол № 2
от «9» июня 2022г.



Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В. Грошев
приказ от «9» июня 2022г. № 272

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
«Страна здоровья»

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст: 7-10 лет
Срок реализации: 2 года (288 часов)
Уровень реализации: базовый

Составитель:
Филина Елена Михайловна,
педагог дополнительного образования

Тула, 2022

Пояснительная записка

Современная жизнь ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому необходимо формировать осознанное отношение к здоровью и здоровому образу жизни.

Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области. В личностно-ориентированном подходе в образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта наиболее ценно для его развития. Ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром. И одной из важнейших задач воспитания детей младшего школьного возраста, ведущим фактором благоприятного развития является забота о здоровье, создание комфортных условий жизни, соответствующих гигиеническим и медико-педагогическим рекомендациям, в том числе и формированию основ культуры здоровья. Так как именно в ранний период жизни закладывается фундамент здоровья ребенка, необходимо уже в этот возрастной период формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Именно на это направлена дополнительная общеразвивающая программа «Страна здоровья» социально-гуманитарной направленности, базовый уровень сложности.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Закон Тульской области от 30.09.2013 № 1989-ЗТО «Об образовании», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Уставом государственного образовательного учреждения дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей».

Проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых, что подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей. По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проработать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся.

Новизна выбранной программы состоит в создании целостной практической системы воспитания здорового образа жизни обучающихся. Эффективность занятий по курсу в значительной степени будет зависеть от разнообразия средств и методов, которые педагог использует в своей работе. «Страна здоровья» предусматривает следующие методы работы с детьми: занимательная беседа, рассказ, чтение и обсуждение детских книг по теме занятия. Способствует развитию умений, навыкам, непосредственному творческому самовыражению, самореализации и саморазвитию личности ребенка.

Актуальность данной программы состоит в том, что программа является значимой для эмоционально-творческого развития младших школьников. Базовой в образовательной концепции стали ценности жизни и здоровья. Намечившаяся во всем мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательных программ по оздоровлению детей, начиная с младшего школьного возраста, поскольку именно в этот период у ребенка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни.

Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья.

Поэтому, крайне важно, чтобы навыки здорового образа жизни формировались у ребёнка с самого раннего возраста. В этом и заключается актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Страна здоровья».

Важнейшее направление воспитательной работы в Тульском регионе – формирование у школьников здорового образа жизни, ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. Проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей, что обусловлено особым промышленным положением региона.

Согласно педагогическому мониторингу, проведенному среди родителей, выявлена актуальность их запросов на реализацию данной программы: у 100% респондентов оправдались ожидания по предоставлению дополнительных образовательных услуг по данной программе, в результате чего в 2022 году программа была пролонгирована на второй год обучения.

Проанализированы интересы детей: 80%; отметили, что программа предоставляет возможность научиться чему-то новому, узнать себя и свой организм, а также среду, в которой они проживают, 56% указали на возможность нивелирования вредных для здоровья и гигиены привычек.

Практическая значимость программы заключается в том, что она носит комплексный характер, это отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство. Практическая значимость программы – воспитание у детей правильного отношения к сохранению и укреплению своего здоровья; формирование у детей представления о необходимости заботы о своем здоровье.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью потребности учащихся в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждению к формированию своего здоровья.

Отличительной особенностью данной программы является ярко выраженный практико-ориентированный подход, т.е. построение занятий на основе единства эмоционально-образного и логического компонентов содержания; приобретения новых знаний и формирования практического опыта их использования при решении жизненно важных задач и проблем.

Программа ориентирована на применение широкого комплекса методов самообследования учащихся, что способствует повышению познавательного интереса и расширению знаний обучающихся.

Дополнительная общеразвивающая программа «Страна здоровья» органично сочетает в себе валеологическую и экологическую компоненты. Участвуя в реализации программы, дети понимают, что проблемы сохранения и укрепления здоровья человека тесно связаны с проблемами сохранения окружающей природной среды, частью которой является каждый из нас. Акцент делается на то, чтобы показать детям прямую связь между здоровьем человека и здоровьем природы, продемонстрировать взаимосвязи между всеми компонентами и объектами окружающей природной среды.

Адресат программы: программа «Страна здоровья» предназначена для обучающихся младшего школьного возраста. Набор детей в объединении осуществляется в начале учебного года. Группы комплектуются из 15 человек в первый год обучения, из 12 человек – во второй год обучения. Поскольку программа разработана на 2 года, в ней учитываются особенности психофизиологического развития обучающихся младшего школьного возраста.

В этот период происходит активное созревание организма, возрастает физическая выносливость, работоспособность, усиливается интерес к строению своего тела. Ведущей формой становится учебная деятельность, что позволяет обучающемуся проявлять активность на занятиях, способность к саморазвитию, личностному самоопределению. Обучающийся способен к сотрудничеству и поддержке, обладает чувством ответственности, способностью к саморазвитию, открыт, целеустремлен, отличается мобильностью, внимателен, усидчив, наблюдателен, старателен и дисциплинирован.

Первостепенным результатом реализации программы является сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях. Программа позволит создать благоприятные возможности для роста каждой отдельной личности.

Объём программы составляет 288 часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы в полном объеме.

Срок реализации: 2 года обучения.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа с обязательным проведением 10-ти минутной динамической паузы, всего 144 часа в год и соответствует действующим нормам СП. 2.4.4.3648-20.

Программа предполагает возможность коррекции количества часов на изучение отдельных модулей или тем.

Цель программы: формирование установки на ведение здорового образа жизни, обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья, развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья.

Задачи программы:

Научить:

- основам здоровьесберегающего поведения;
- представлению о себе, о строении своего тела, назначении отдельных органов, о своих чувствах и мыслях, об окружающем мире и его влиянии на здоровье;
- представлению о полезных и вредных факторах для организма, понимании сущности здорового образа жизни;
- представлению о факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- обучающихся ощущать себя частью окружающего мира, видеть тесную взаимосвязь с ним, понимать влияние экологического состояния природной среды на здоровье человека.

Привить:

- интерес к ведению здорового образа жизни;
- потребность к саморазвитию, самосовершенствованию и самоопределению в процессе занятий.

Сформировать:

- навыки конструктивного общения;
- потребность безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- положительную мотивацию на оздоровление, укрепление собственного здоровья, на ведение здорового образа жизни.

Развить:

- ценностное отношение к здоровью;
- умения и навыки по ведению здорового образа жизни;
- чувство ответственности за состояние природной среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- коммуникативные навыки;
- умение сравнивать, анализировать, делать выводы;
- умение проводить самостоятельные наблюдения;
- познавательную активность младших школьников, творческие способности, любознательность, расширять кругозор обучающихся.

Воспитать:

- потребность в ведении здорового образа жизни;
- экологическую ответственность;
- трудолюбие, стремление добиваться поставленной цели в укреплении своего здоровья;
- самостоятельность в приобретении знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Предметные результаты:

К концу обучения по данной программе обучающиеся *научатся*:

- регулярно выполнять гигиенические процедуры;
- выполнять дыхательную гимнастику;
- правилам этикета;
- находить полезную информацию о ЗОЖ;
- выполнять комплексы утренней зарядки;
- использовать лекарственные растения при простых заболеваниях (ушиб, порез, простуда);
- выполнять гимнастику для глаз;
- выбирать продукты полезные для питания.

Будут сформированы:

- привычка следить за своим организмом;
- представление о строении теле человека и функционировании его органов.

Будут развиты:

- умения и навыки по ведению здорового образа жизни;

Будут привиты:

Метапредметные результаты:

К концу обучения по данной программе обучающиеся *научатся*:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- обеспечивать защиту и сохранность природы;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Будут сформированы:

- положительная мотивация на оздоровление, укрепление собственного здоровья, на ведение здорового образа жизни;
- ценностное отношение к здоровью;
- чувство ответственности за состояние природной среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Будут развиты:

- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

Личностные результаты:

К концу обучения по данной программе обучающиеся *научатся*:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Будут сформированы:

- навыки конструктивного общения.

Будут развиты:

- коммуникативные навыки.

Будут воспитаны:

- трудолюбие, стремление добиваться поставленной цели в укреплении своего здоровья;
- самостоятельность в приобретении знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.

Способы проверки ожидаемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития детей и их познавательных возможностей.

**Учебно-тематический план
1-го года обучения (базовый уровень сложности)**

Наименование раздела	Всего часов	Теорет. часов	Практ. часов	Форма контроля
Раздел 1. Введение в программу «Страна здоровья»	8	4	4	
Тема 1. Экскурсия по территории центра. Инструктаж по ТБ. Правила поведения в кабинете.	2	2		<i>Входная диагностика:</i> беседа, экскурсия педагогическое наблюдение
Тема 2. Здоровье. Что это такое? Модно ли быть здоровым?	2	1	1	Круглый стол: «Модно ли быть здоровым?»
Тема 3. Образ жизни человека и его здоровье. Составление формулы здоровья	2	1	1	Творческое задание: Составление формулы здоровья
Тема 4. Подготовка и организация выставки детских работ на тему «Как быть здоровым».	2		2	Текущий контроль: выставка детских работ на тему «Как быть здоровым».
Раздел 2. Организм человека. Как он устроен и функционирует.	26	13	13	
Тема 1. Строение тела человека. Скелет – опора человека. Основные части скелета и их значение.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 2. Кости. Травмирование костей. Профилактика травм костей.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 3. Мышцы и виды мышц. Как они работают.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 4. Осанка и её роль для человека. Нарушение осанки. Правила для сохранения хорошей осанки.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 5. Плоскостопие. Профилактика плоскостопия. Комплекс упражнений. Значение босохождения. Хождение по морским камешкам, крупе и т.д	2		2	Практическая работа. Комплекс упражнений. Хождение по морским камешкам, крупе и т.д
Тема 6. Сердце – главный орган нашего организма. Строение и работа сердца. Забота о сердце.	2	2		
Тема 7. Что такое пульс? Измерение пульса (при помощи цифровой лаборатории «Наураша»). Пульс и упражнения. Когда сердце бьется чаще?	2	1	1	Практическая работа. Измерение пульса (при помощи цифровой лаборатории «Наураша»)
Тема 8. Знакомство с понятиями «температура», «градус». Методы измерения температуры, температура тела человека.	2	1	1	Практическая работа. Методы измерения температуры, температура тела человека.
Тема 9. Органы дыхания и их значение в жизнедеятельности человека. Строение органов дыхания.	2	1	1	Просмотр тематических видеофильмов
Тема 10. Как дышат люди? Почему правильно дышать носом. Гигиена дыхания. Викторина «Органы дыхания».	2	1	1	Текущий опрос. Викторина «Органы

				дыхания».
Тема 11. Органы пищеварения. Их строение. Значение органов пищеварения.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 12. Как происходит переваривание пищи. Составление кроссворда«Пищеварительная система».	2	1	1	Практическая работа. Составление кроссворда«Пищеварительная система».
Тема 13. Зубы. Строение зубов. Как правильно питаться, чтобы зубы оставались здоровыми.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Раздел 3. Органы чувств.	22	9	13	
Тема 1 Зрение. Значение зрения для человека. Строение органа зрения. Нарушение зрения и его причины.	2	1	1	Просмотр тематических видеофильмов
Тема 2 Гигиена органов зрения. Упражнения для тренировки зрения. Игра «Полезно – вредно».	2	1	1	Практическая работа. Упражнения для тренировки зрения. Игра «Полезно – вредно».
Тема 3 Уши – орган слуха. Значение и строениеоргановслуха. Причины нарушения слуха.	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 4Гигиена органов слуха. Волшебные точки. Самомассаж ушей.Игра «Испорченный телефон».	2	1	1	Практическая работа. Самомассаж ушей. Игра «Испорченный телефон».
Тема 5 Нос – орган обоняния. Значение запахов в жизни человека. Строение органа обоняния.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 6 Гигиена органа обоняния. Какие бывают запахи? Игра «Определи по запаху».	2	1	1	Практическая работа. Игра «Определи по запаху».
Тема 7 Кожа - надёжная защитавсего организма. Строение кожи. Роль кожи для организма человека. Волосы и ногти. Гигиена кожи. Уход за волосами и ногтями.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 8 Оказание первой помощи при повреждениях кожи (ушибы, раны, ссадины, ожоги, обморожения).	2		2	Практическая работа. Оказание первой помощи при повреждениях кожи (ушибы, раны, ссадины, ожоги, обморожения).
Тема 9 Язык – орган вкуса. Значение органа вкуса. Карта вкусовых рецепторов на языке. Органы чувств и мозг.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 10 Введение в понятие «Кислотность». Кислота и щелочь Эксперимент «Вкусная кислинка».	2		2	Творческое задание. Эксперимент «Вкусная кислинка». Практическая работа. Опыты с водой и лимонной кислотой.
Тема 11 Опыты на снижение кислотности. Эксперименты с разбавлением и добавлением соды	2		2	<i>Промежуточная аттестация:</i> контрольный опрос. Мониторинг уровня обучения и личностного развития

				обучающихся.
Раздел 4. Правильное питание и его значение для здоровья	32	16	16	
Тема 1 Пища. Из чего она состоит?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 2 Для чего мы едим? Неправильное питание и болезни. Рациональное питание.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 3 Рациональное питание и физическая активность	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 4 Приготовление пищи. Правила гигиены на кухне. Правила безопасности при приготовлении пищи.	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 5 Правила сервировки стола. Игра «Накрываем на стол».	2	1	1	Практическая работа. Сервировка стола. Игра «Накрываем на стол».
Тема 6 Молоко и молочные продукты в ежедневном рационе	2	1	1	Просмотр тематических видеофильмов
Тема 7 Продукты, получаемые из зерна и их польза.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 8 Хлеб – всему голова. Просмотр видеофильма о хлебе	2	1	1	Просмотр видеофильма о хлебе
Тема 9 Дикорастущие культуры – источник полезных веществ	2	1	1	Мини-проект: дикорастущие культуры – источник полезных веществ
Тема 10 Блюда из морепродуктов и их польза	2	1	1	Проектная деятельность: блюда из морепродуктов и их польза
Тема 11 Свежие и несвежие продукты. Как избежать пищевых отравлений?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 12 Витамины. Игра «Витаминный коктейль».	2	1	1	Игра «Витаминный коктейль»
Тема 13 Осторожно, нитраты! Что такое нитраты? В какой пище их содержится больше всего? Способы снижения содержания нитратов в еде.	2	1	1	Проектная деятельность: Осторожно, нитраты!
Тема 14 Полезные продукты и консерванты	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 15 Пищевые добавки Е. Изучение состава некоторых продуктов питания. Викторина «Здоровое питание».	2		2	Текущий контроль. Викторина «Здоровое питание».
Тема 16 Этика за столом. Правила этикета.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Раздел 5. Болезни и что нужно знать о них	8	4	4	
Тема 1 Почему мы иногда боеем? Причины и признаки болезни. Кто и как предохраняет нас от болезней?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 2 Какие врачи нас лечат? Игра «Чей инструмент».	2	1	1	Просмотр видеофильма Игра «Чей инструмент?»
Тема 3 Болезни и иммунитет. Зачем нужны прививки? Игра «Полезно – вредно».	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос. Игра «Полезно – вредно».
Тема 4 Что такое боль? Какая бывает боль? Как вести себя, когда что – то болит?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Раздел 6. Мой образ жизни. Привычки полезные и привычки вредные	12	5	7	
Тема 1 Режим дня – что это такое? Значение режима дня для жизни ребёнка и взрослого человека.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 2 Практическая работа Составление оптимального режима дня школьника.	2		2	Практическая работа Составление оптимального режима дня школьника.
Тема 3 Сон и его значение для здоровья человека. Почему сон называют лучшим лекарством? Правила здорового сна. Что такое сновидения?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 4 Закаливание. Что такое закаливание? Основные принципы закаливания. Признаки здорового и закалённого человека.	2	1	1	Мини-проект: Что такое закаливание?
Тема 5 Движение – это жизнь. Что такое гиподинамия? Виды двигательной активности	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 6 Что такое привычка? Какие бывают привычки? Вредные и полезные привычки. В чём опасность вредных привычки и как от них избавиться?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Раздел 7. Настроение и эмоции. Настроение и поведение	22	9	13	
Тема 1 Такие разные настроения. Учимся менять своё настроение.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа. Учимся менять своё настроение.
Тема 2 Эмоции. Учимся выражать свои эмоции.	2	1	1	Практическая работа. Учимся выражать свои эмоции.
Тема 3 Мысли и настроение. Игра «Сундучок плохого настроения».	2	1	1	Игра «Сундучок плохого настроения».
Тема 4 Трудная ситуация и как из неё найти выход	2	1	1	Практическая работа. Трудная ситуация и как из неё найти выход
Тема 5 Что нас огорчает? Как изменить отношение к тому, что нас огорчает.	2		2	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа.
Тема 6 Наши мысли и наши поступки. Мысли управляют поступками. Избавляемся от плохих мыслей.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 7 Что такое саморегуляция? Обучение способам саморегуляции	2		2	Обучение способам саморегуляции , педагогическое наблюдение.
Тема 8 Страх. Надо ли бояться? Предметы и явления, которые могут напугать детей. Что необходимо сделать, чтобы избежать страха.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
Тема 9 Что такое ложь? Почему мы иногда говорим неправду? Когда чаще всего люди обманывают? Поможет ли обман? «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	2	1	1	Творческое задание. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.
Тема 10 Что такое каприз? Проблемы, которые могут возникнуть при общении с капризным человеком. Все ли желания выполнимы? Как воспитать в себе сдержанность	2	1	1	Мини-проект: Как воспитать в себе сдержанность
Тема 11 Спешите делать добро. Понятие «доброта». Что значит совершить доброе дело или добрый поступок?	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
Раздел 8. Безопасное поведение	14	7	7	
Тема 1 Правила безопасного поведения на улице и в транспорте. Правила дорожного движения. Дорожные знаки и светофор.	2	1	1	Просмотр тематических видеофильмов. Дорожные знаки и светофор.
Тема 2 Безопасность в доме. Правила безопасного поведения при пользовании электрическими и газовыми предметами, острыми и режущими предметами, средствами бытовой химии.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
Тема 3 Правила обращения с огнём. Причины пожара. Поведение при пожаре. Как предотвратить пожар. Просмотр фильма «Осторожно, пожар!»	2	1	1	Просмотр тематических видеофильмов. «Осторожно, пожар!»
Тема 4 Безопасность на воде. Вода – наша жизненная необходимость и смертельная опасность. Основные правила поведения на воде. Когда опасность рядом.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
Тема 5 Как вести себя с незнакомыми людьми. Люди, которые могут быть опасными. Осторожность и предусмотрительность	2	1	1	Просмотр тематических видеофильмов. «Как вести себя с незнакомыми людьми.»
Тема 6 Осторожно, ядовитые растения! Ядовитые растения лесов, полей, водоёмов. Отравления. Первая помощь при отравлениях	2	1	1	Мини-проект: Осторожно, ядовитые растения!
Тема 7 Сигналы тревоги. Экстремальные ситуации. Телефоны служб, которые могут помочь в трудную минуту.	2	1	1	<i>Итоговая аттестация:</i> «Твоя безопасность». Анкетирование родителей, обучающихся
Итого:	144	67	77	

Содержание учебно-тематического плана 1-го года обучения (базовый уровень сложности)

Раздел 1. Введение в программу «Страна здоровья»

Тема 1.

Теория. Экскурсия по территории Центра. Инструктаж по ТБ. Правила поведения в кабинете
 Форма контроля. Входная диагностика: беседа, экскурсия педагогическое наблюдение

Тема 2

Теория.. Здоровье. Что это такое? Модно ли быть здоровым?

Форма контроля. Круглый стол: «Модно ли быть здоровым?»

Тема 3.

Теория. Образ жизни человека и его здоровье. Составление формулы здоровья.

Форма контроля. Творческое задание: Составление формулы здоровья.

Тема 4.

Подготовка и организация выставки детских работ на тему «Как быть здоровым».

Форма контроля. Выставка детских работ на тему «Как быть здоровым».

Раздел 2. Организм человека. Как он устроен и функционирует.

Тема 1.

Теория. Строение тела человека. Скелет – опора человека.

Практика. Основные части скелета и их значение.

Форма контроля.

Тема 2.

Теория. Кости. Травмирование костей.

Практика. Профилактика травм костей.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 3

Теория. Мышцы и виды мышц. Как они работают.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 4.

Теория. Осанка и её роль для человека. Нарушение осанки.

Практика. Правила для сохранения хорошей осанки.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 5

Практика. Плоскостопие. Профилактика плоскостопия. Значение босохождения.

Хожение по морским камешкам, крупе. Комплекс упражнений.

Форма контроля. Практическая работа. Комплекс упражнений. Хожение по морским камешкам, крупе и т.д

Тема 6.

Теория. Сердце – главный орган нашего организма. Строение и работа сердца. Забота о сердце.

Тема 7.

Теория. Что такое пульс?

Практика. Измерение пульса (при помощи цифровой лаборатории «Наураша»). Пульс и упражнения. Когда сердце бьется чаще? Форма контроля. Практическая работа. Измерение пульса (при помощи цифровой лаборатории «Наураша»)

Тема 8.

Теория. Знакомство с понятиями «температура», «градус».

Практика. Методы измерения температуры, температура тела человека.

Форма контроля. Практическая работа.

Оказание первой помощи при повреждениях кожи (ушибы, раны, ссадины, ожоги, обморожения).

Тема 9.

Теория. Органы дыхания и их значение в жизнедеятельности человека.

Практика. Строение органов дыхания.

Форма контроля. Просмотр тематических видеофильмов

Тема 10.

Теория. Как дышат люди? Почему правильно дышать носом.

Практика. Гигиена дыхания. Викторина «Органы дыхания».

Форма контроля. Текущий опрос. Викторина «Органы дыхания».

Тема 11.

Теория. Органы пищеварения.

Практика. Их строение. Значение органов пищеварения.

Форма контроля. Промежуточная аттестация: контрольный опрос. Мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся

Тема 12.

Теория. Как происходит переваривание пищи.

Практика. Составление кроссворда «Пищеварительная система».

Форма контроля. Практическая работа.

Составление кроссворда «Пищеварительная система».

Тема 13.

Теория. Зубы. Строение зубов.

Практика. Как правильно питаться, чтобы зубы оставались здоровыми.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Раздел 3. Органы чувств.

Тема 1.

Теория. Зрение. Значение зрения для человека.

Практика. Строение органа зрения. Нарушение зрения и его причины.

Форма контроля. Просмотр тематических видеофильмов

Тема 2.

Теория. Гигиена органов зрения.

Практика. Упражнения для тренировки зрения. Игра «Полезно – вредно».

Форма контроля. Практическая работа.

Упражнения для тренировки зрения. Игра «Полезно – вредно».

Тема 3

Теория. Уши – орган слуха. Значение и строение органов слуха. Причины нарушения слуха.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 4.

Теория. Гигиена органов слуха. Волшебные точки.

Практика. Самомассаж ушей. Игра «Испорченный телефон».

Форма контроля. Практическая работа. Самомассаж ушей. Игра «Испорченный телефон».

Тема 5.

Теория. Нос – орган обоняния. Значение запахов в жизни человека.

Практика. Строение органа обоняния.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 6.

Теория. Гигиена органа обоняния. Какие бывают запахи?

Практика. Игра «Определи по запаху».

Форма контроля. Практическая работа. Игра «Определи по запаху».

Тема 7

Теория. Кожа - надёжная защита всего организма. Строение кожи. Роль кожи для организма человека. Волосы и ногти.

Практика. Гигиена кожи. Уход за волосами и ногтями. Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 8.

Практика. Оказание первой помощи при повреждениях кожи (ушибы, раны, ссадины, ожоги, обморожения).

Форма контроля. Практическая работа.

Оказание первой помощи при повреждениях кожи (ушибы, раны, ссадины, ожоги, обморожения).

Тема 9.

Теория. Язык – орган вкуса. Значение органа вкуса.

Практика. Карта вкусовых рецепторов на языке. Органы чувств и мозг.

Тема 10.

Практика. Введение в понятие «Кислотность». Кислота и щелочь. опыты с водой и лимонной кислотой. Эксперимент «Вкусная кислинка».

Форма контроля. Творческое задание. Эксперимент «Вкусная кислинка». Практическая работа. опыты с водой и лимонной кислотой.

Тема 11.

Практика. опыты на снижение кислотности. Эксперименты с разбавлением и добавлением соды.

Форма контроля. Промежуточная аттестация: контрольный опрос. Мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.

Раздел 4. Правильное питание и его значение для здоровья.

Тема 1

Теория. Пища.

Практика. Из чего она состоит?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 2.

Теория. Для чего мы едим? Неправильное питание и болезни.

Практика. Рациональное питание.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 3.

Теория. Рациональное питание и физическая активность.

Практика. Физическая активность.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 4.

Теория. Приготовление пищи. Правила гигиены на кухне. Правила безопасности при приготовлении пищи.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 5.

Теория. Правила сервировки стола.

Практика. Игра «Накрываем на стол».

Форма контроля. Практическая работа. Сервировка стола. Игра «Накрываем на стол».

Тема 6.

Теория. Молоко и молочные продукты в ежедневном рационе.

Практика. Молоко и молочные продукты в ежедневном рационе.

Форма контроля. Просмотр тематических видеофильмов

Тема 7.

Теория. Продукты, получаемые из зерна и их польза.

Практика. Продукты, получаемые из зерна и их польза.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 8.

Теория. Хлеб – всему голова.

Практика. Просмотр видеофильма о хлебе.

Форма контроля. Просмотр видеофильма о хлебе

Тема 9.

Теория. Дикорастущие культуры – источник полезных веществ.

Практика. Дикорастущие культуры – источник полезных веществ.

Форма контроля. Мини-проект: дикорастущие культуры – источник полезных веществ

Тема 10.

Блюда из морепродуктов и их польза.

Практика. Блюда из морепродуктов и их польза.

Форма контроля. Проектная деятельность: блюда из морепродуктов и их польза

Тема 11.

Теория. Свежие и несвежие продукты.

Практика. Как избежать пищевых отравлений?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 12.

Теория. Витамины.

Практика. Игра «Витаминный коктейль».

Форма контроля. Игра «Витаминный коктейль».

Тема 13.

Теория. Осторожно, нитраты! Что такое нитраты? В какой пище их содержится больше всего?

Практика. Способы снижения содержания нитратов в еде.

Форма контроля. Проектная деятельность: Осторожно, нитраты!

Тема 14

Теория. Полезные продукты и консерванты.

Практика. Полезные продукты и консерванты.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 15.

Практика. Пищевые добавки Е. Изучение состава некоторых продуктов питания.

Викторина «Здоровое питание».

Форма контроля. Текущий контроль.

Викторина «Здоровое питание».

Тема 16.

Теория. Этика за столом.

Практика. Правила этикета.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Раздел 5. Болезни и что нужно знать о них.

Тема 1.

Теория. Почему мы иногда болеем? Причины и признаки болезни.

Практика. Кто и как предохраняет нас от болезней?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 2.

Теория. Какие врачи нас лечат?

Практика. Игра «Чей инструмент?».

Форма контроля. Просмотр видеофильма Игра «Чей инструмент?»

Тема 3.

Теория. Болезни и иммунитет. Зачем нужны прививки?

Практика. Игра «Болит – не болит».

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос.

Игра «Полезно – вредно».

Тема 4.

Теория. Что такое боль? Какая бывает боль?

Практика. Как вести себя, когда что – то болит?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Раздел 6. Мой образ жизни. Привычки полезные и привычки вредные

Тема 1.

Теория. Режим дня – что это такое?

Практика. Значение режима дня для жизни ребёнка и взрослого человека.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 2

Практика. Практическая работа. Составление оптимального режима дня школьника.

Форма контроля. Практическая работа Составление оптимального режима дня школьника.

Тема 3

Теория. Сон и его значение для здоровья человека. Почему сон называют лучшим лекарством?

Практика. Правила здорового сна. Что такое сновидения?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 4

Теория. Закаливание. Что такое закаливание? Основные принципы закаливания.

Практика. Признаки здорового и закалённого человека.

Форма контроля. Мини-проект: Что такое закаливание?

Тема 5

Теория. Движение – это жизнь. Что такое гиподинамия?

Практика. Виды двигательной активности.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 6

Теория. Что такое привычка? Какие бывают привычки? Вредные и полезные привычки.

Практика. В чём опасность вредных привычки и как от них избавиться?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Раздел 7. Настроение и эмоции. Настроение и поведение

Тема 1

Теория. Такие разные настроения.

Практика. Учимся менять своё настроение.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа.

Учимся менять своё настроение.

Тема 2

Теория. Эмоции.

Практика. Учимся выражать свои эмоции.

Форма контроля. Практическая работа. Учимся выражать свои эмоции.

Тема 3

Теория. Мысли и настроение.

Практика. Игра «Сундучок плохого настроения».

Форма контроля. Игра «Сундучок плохого настроения».

Тема 4

Теория. Трудная ситуация и как из неё найти выход.

Практика. Трудная ситуация и как из неё найти выход

Форма контроля. Текущий контроль: выполненная практическая работа.

Тема 5

Практика. Что нас огорчает? Как изменить отношение к тому, что нас огорчает.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Практическая работа.

Тема 6

Теория. Наши мысли и наши поступки. Мысли управляют поступками.

Практика. Избавляемся от плохих мыслей.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 7

Практика. Что такое саморегуляция? Обучение способам саморегуляции.

Форма контроля. Обучение способам саморегуляции, педагогическое наблюдение.

Тема 8

Теория. Страх. Надо ли бояться? Предметы и явления, которые могут напугать детей.

Практика. Что необходимо сделать, чтобы избежать страха.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 9

Теория. Что такое ложь? Почему мы иногда говорим неправду?

Практика. Когда чаще всего люди обманывают? Поможет ли обман? «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.

Форма контроля. Творческое задание. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.

Тема 10

Теория. Что такое каприз? Проблемы, которые могут возникнуть при общении с капризным человеком. Все ли желания выполнимы?

Практика. Как воспитать в себе сдержанность.

Форма контроля. Мини-проект: Как воспитать в себе сдержанность

Тема 11.

Теория. Спешите делать добро. Понятие «доброта».

Практика. Что значит совершить доброе дело или добрый поступок?

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Раздел 8. Безопасное поведение

Тема 1

Теория. Правила безопасного поведения на улице и в транспорте. Правила дорожного движения.

Практика. Дорожные знаки и светофор.

Форма контроля. Просмотр тематических видеофильмов. Дорожные знаки и светофор.

Тема 2

Теория. Безопасность в доме.

Практика. Правила безопасного поведения при пользовании электрическими и газовыми предметами, острыми и режущими предметами, средствами бытовой химии.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Тема 3

Теория. Правила обращения с огнём. Причины пожара.

Практика. Поведение при пожаре. Как предотвратить пожар. Просмотр фильма «Осторожно, пожар!»

Форма контроля. Просмотр тематических видеофильмов. «Осторожно, пожар!»

Тема 4

Теория. Безопасность на воде. Вода – наша жизненная необходимость и смертельная опасность.

Практика. Основные правила поведения на воде. Когда опасность рядом.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Тема 5

Теория. Как вести себя с незнакомыми людьми. Люди, которые могут быть опасными.

Практика. Осторожность и предусмотрительность.

Форма контроля. Просмотр тематических видеофильмов. «Как вести себя с незнакомыми людьми.»

Тема 6

Теория. Осторожно, ядовитые растения! Ядовитые растения лесов, полей, водоёмов. Отравления.

Практика. Первая помощь при отравлениях.

Форма контроля. Мини-проект: Осторожно, ядовитые растения!

Тема 7

Теория. Видеосюжет «Твоя безопасность». Сигналы тревоги. Экстремальные ситуации.

Практика. Телефоны служб, которые могут помочь в трудную минуту. Игра «Колесо безопасности».

Форма контроля. Итоговая аттестация: «Твоя безопасность». Анкетирование родителей, обучающихся

Планируемые результаты

К концу первого года обучения (базовый уровень сложности) обучающиеся будут знать:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- о «полезных» и «вредных» продуктах,
- значение режима питания;
- факторы, влияющие на здоровье человека;
- 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;
- все сигналы светофора и их значение;
- правила перехода проезжей части;
- правила посадки и высадки из автобуса, троллейбуса.

Будут уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать «полезные» и «вредные» продукты;
- заботиться о своем здоровье;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- управлять своими эмоциями;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- выполнять упражнения для профилактики простудных заболеваний, сколиоза, плоскостопия;
- включать в свой рацион питания полезные продукты;
- соблюдать правила дорожного движения во время перехода дорог;
- соблюдать правила пользования общественным транспортом;
- соблюдать правила пожарной безопасности;
- соблюдать правила техники безопасности в быту, в природе.

Будут сформированы навыки:

- общения;
- работы со словом;
- самоорганизации,
- самоуправления,
- самоконтроля,
- коммуникации.

Будут развиты:

- умения и навыки по ведению здорового образа жизни;
- чувство ответственности за состояние природной среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- коммуникативные навыки;
- умения сравнивать, анализировать, делать выводы;
- умения проводить самостоятельные наблюдения;
- познавательная активность младших школьников, творческие способности, любознательность, кругозор обучающихся.

Будут воспитаны:

- потребность в ведении здорового образа жизни;
- экологическая ответственность;
- трудолюбие, стремление добиваться поставленной цели в укреплении своего здоровья;
- самостоятельность в приобретении знаний, умений и навыков, предусмотренных.

**Учебно-тематический план
2-го года обучения (базовый уровень сложности)**

№ п/п	Раздел	Количество часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Введение. Человек Природа. Экология.	6	5	1	
	<u>Тема 1.</u> Экология – на страже природы. Зависимость здоровья человека от экологического состояния окружающей среды. Здоровая природа – здоровый человек. Инструктаж по ТБ, ППБ, ПДД. Просмотр и обсуждение презентации. Тест «Я знаю правила безопасности». (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	<i>Входной контроль.</i> Тест «Я знаю правила безопасности». Просмотр и обсуждение презентации. Инструктаж по ТБ, ППБ, ПДД.
	<u>Тема 2.</u> История взаимоотношений человек - природа. Как относились к природе наши предки. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
	<u>Тема 3.</u> Связь экологии с другими науками, разделы экологии. История природоохранной деятельности в Тульском крае. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
2	Раздел 2. Среда обитания.	22	12	10	

	<u>Тема 1.</u> Воздух – смесь газов. Практическая работа «Изучение свойств воздуха». (пр. – 2 ч.)	2		2	Практическая работа «Изучение свойств воздуха».
	<u>Тема 2.</u> Воздух должен быть чистым! Лишайники – показатели чистоты атмосферного воздуха. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
	<u>Тема 3.</u> Экскурсия в природу: изучение разнообразия лишайников на территории Центра. (пр. – 2 ч.)	2		2	Экскурсия в природу.
	<u>Тема 4.</u> Автомобиль - один из главных виновников загрязнения воздуха. Просмотр и обсуждение презентации «Экологически безопасные виды транспорта». (т. – 2 ч.)	2	2		Просмотр и обсуждение презентации «Экологически безопасные виды транспорта».
	<u>Тема 5.</u> Конкурс рисунков «Автомобиль будущего». Презентация рисунка. (пр. – 2 ч.)	2		2	Конкурс рисунков «Автомобиль будущего». Презентация рисунка.
	<u>Тема 6.</u> Вода - основа жизни. Водные ресурсы. Реки Тульской области, их состояние. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Мини- проект: Вода - основа жизни.
	<u>Тема 7.</u> Чистая вода – для хвори беда. Какую воду мы пьём. Как сделать воду чище.(т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Проектная деятельность: Как сделать воду чище.
	<u>Тема 8.</u> Практическая работа «Изучение физических свойств питьевой воды». (пр. – 2 ч.)	2		2	Практическая работа «Изучение физических свойств питьевой воды».
	<u>Тема 9.</u> Почва, её состав, структура, значение. Практическая работа «Изучение состава почвы». (пр. – 2 ч.)	2		2	Практическая работа «Изучение состава почвы»
	<u>Тема 10.</u> Выращивание овощей, полезных для здоровья. Экологическая безопасность овощных продуктов питания. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
	<u>Тема 11.</u> Овощи и фрукты – источники здоровья. Целебные свойства овощей и фруктов. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
3	Раздел 3. Растения – жизнь и здоровье.	40	22	18	
	<u>Тема 1.</u> Растения и человек, значение зеленых насаждений для городской среды: оздоровительное, архитектурно-эстетическое, пыле- и газозащитное, шумоулавливающее. Растения: и еда, и здоровье. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
	<u>Тема 2.</u> Лесные Робинзоны. Что нужно знать, уметь и иметь при себе, собираясь на прогулку в лес. Составление памятки «На прогулку в лес» (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа. Составление памятки «На прогулку в лес»
	<u>Тема 3.</u> Лес и человек. Игра «Что растёт в лесу?» (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Игра «Что растёт в лесу?»
	<u>Тема 4.</u> Тульские засеки. Игра «Кто живёт в лесу?» (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Игра «Кто живёт в лесу?»

<u>Тема 5.</u> Деревья леса. Виды деревьев леса. Береза, ее роль в жизни человека. Праздник «Русская березка». (т. – 2 ч.)	2	2		Праздник «Русская березка».
<u>Тема 6.</u> Дуб – старейшее дерево леса. Липа, ее роль в медицине. Кроссворд «У дуба». (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа. Кроссворд «У дуба»
<u>Тема 7.</u> Сосна и ель – целебные деревья хвойного леса. Викторина «Что за дерево?» (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Текущий контроль. Викторина «Что за дерево?»
<u>Тема 8.</u> Значение леса для здоровья человека. Викторина «В лес – за здоровьем». (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Текущий контроль. Викторина «В лес – за здоровьем».
<u>Тема 9.</u> Цветущие растения на лесной поляне. Знай ядовитые растения леса. Составление памятки «Ядовитые растения». (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа. Составление памятки «Ядовитые растения».
<u>Тема 10.</u> Парки, скверы – зелёные «лёгкие» города. Парки Тулы - островки здоровья. История парка имени П.П. Белоусова. (т. – 2 ч.)	2	2		Мини – проект: История парка имени П.П. Белоусова.
<u>Тема 11.</u> Виртуальная экскурсия в парк имени П.П. Белоусова «Прощаясь с парком, уходить не хочется». (пр. – 2 ч.)	2		2	Виртуальная экскурсия в парк имени П.П. Белоусова
<u>Тема 12.</u> Санитары воздуха. Фитонциды, их роль в оздоровлении воздушного бассейна города; фитонцидные древесные и цветочно-декоративные культуры, важность использования их в озеленении. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
<u>Тема 13.</u> Как фитонциды помогают человеку быть здоровым и укреплять здоровье. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.
<u>Тема 14.</u> Практическая работа «Изучение фитонцидных свойств растений (лука, чеснока и др.) (пр. – 2 ч.)	2		2	Практическая работа «Изучение фитонцидных свойств растений (лука, чеснока и др.)
<u>Тема 15.</u> Живые кондиционер: ознакомление с комнатными растениями, их многообразием. Игра-викторина «Найди хозяина». (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Игра-викторина «Найди хозяина».
<u>Тема 16.</u> Тайны заветных трав. Лекарственные растения и их свойства. Правила сбора, заготовки, хранения лекарственных растений. (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Практическая работа. Правила сбора, заготовки, хранения лекарственных растений.
<u>Тема 17.</u> Экскурсия в травяную аптеку. (пр. – 2 ч.)	2		2	Экскурсия в травяную аптеку.
<u>Тема 18.</u> Конкурс «Рецепты моей бабушки». Рисунки лекарственных растений, рецепты народной медицины. (пр. – 2 ч.)	2		2	Конкурс «Рецепты моей бабушки». Мини – проект: Рисунки лекарственных

					растений, рецепты народной медицины.
	<u>Тема 19.</u> Игровое занятие «В каждой травке, в каждой ветке – и микстура, и таблетки». (пр. – 2 ч.)	2		2	<i>Промежуточная аттестация.</i> Игровое занятие «В каждой травке, в каждой ветке – и микстура, и таблетки». Викторина. Мониторинг знаний и умений.
	<u>Тема 20.</u> Охрана и воспроизводство растений. Растения из Красной книги. Видеозанятие. (т. – 2 ч.)	2	2		Видеозанятие. Растения из Красной книги.
4	Раздел 4. Зоотерапия или как нас лечат животные.	36	27	9	
	<u>Тема 1.</u> Домашние животные – наши друзья и целители. История зоо- или анималотерапии. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки
	<u>Тема 2.</u> Кошки – пушистые лекари. (т. – 2 ч.)	2	2		Просмотр презентации
	<u>Тема 3.</u> Собака в доме. Лечения с помощью собак (канистерапия). (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы
	<u>Тема 4.</u> Собаки-спасатели, собаки-поводыри. Видеофильм. (т. – 2 ч.)	2	2		Просмотр видеофильма
	<u>Тема 5.</u> Иппотерапия, лечение с помощью общения с лошадьми. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 6.</u> Маленький островок океана в квартире, положительное влияние аквариумных рыбок на психику человека. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 7.</u> Дельфины – уникальные целители. Дельфинотерапия. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 8.</u> Домашние птички и повышение творческой активности и работоспособности человека. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 9.</u> Рептилии – лекари нервной системы человека. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 10.</u> Целители среди насекомых. Целебные свойства мёда. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 11.</u> Природный целитель – пиявка. Гирудотерапия. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 12.</u> Ядовитые животные тоже могут быть полезными. Лечебные свойства змеиного яда. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации
	<u>Тема 13.</u> Ядовитые рыбы, амфибии, насекомые. Меры безопасности. Составление памятки «Будь осторожен!» (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы. Практическая работа. Составление памятки «Будь осторожен!»
	<u>Тема 14.</u> «Четвероногие музы». Животные в произведениях поэтов, писателей, композиторов и художников. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы.

	<u>Тема 15.</u> Конкурс рисунков, презентация рисунков «Зоо-Айболит». (пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. _ Конкурс рисунков, презентация рисунков «Зоо-Айболит».
	<u>Тема 16.</u> Конкурс фотографий, презентация фотографий «Мой четвероногий друг». (пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Конкурс фотографий, презентация фотографий «Мой четвероногий друг»
	<u>Тема 17.</u> Экскурсия в зооэзотариум. (пр. – 2 ч.)	2		2	Экскурсия в зооэзотариум.
	<u>Тема 18.</u> Итоговое занятие по теме. Игра по станциям «В мире животных». (пр. – 2 ч.)	2		2	Игра по станциям «В мире животных».
5.	Раздел 5. Мой дом - моя крепость.	40	12	28	
	<u>Тема 1.</u> Экология дома. Дом, в котором я живу (внешний вид, материалы). Дома в деревне и в городе, в нашей стране и в других странах. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы
	<u>Тема 2.</u> Чистота в доме – залог здоровья. Что нужно делать, чтобы в доме было чисто. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы
	<u>Тема 3.</u> Экскурсия. «Чистая школа, чистый двор». (пр. – 2 ч.)	2		2	Экскурсия. «Чистая школа, чистый двор»
	<u>Тема 4.</u> Творческое занятие. «Мы - за чистоту» (выпуск листовки, плаката) (пр. – 2 ч.)	2		2	Творческое занятие. «Мы - за чистоту» (выпуск листовки, плаката)
	<u>Тема 5.</u> Бытовые приборы в моем доме. Знакомство с бытовыми приборами. Влияние их на температуру и влажность воздуха в помещении, на здоровье человека. (т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы
	<u>Тема 6.</u> Практическое занятие.Составление памятки«Правила безопасности при использовании бытовых приборов.» (пр. – 2 ч.)	2		2	Практическое занятие.Составление памятки«Правила безопасности при использовании бытовых приборов.»
	<u>Тема 7.</u> Экология жилища.(т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы
	<u>Тема 8.</u> Практическая работа«Изучение микроклимата в помещении». (пр. – 2 ч.)	2		2	Практическая работа«Изучение микроклимата в помещении»
	<u>Тема 9.</u> Загрязнители воздуха в помещении. Чем опасен углекислый газ.(т. – 2 ч.)	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы
	<u>Тема 10.</u> Практическая работа «Определение содержания углекислого газа в помещении.» Режим проветривания помещения.(т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Практическая работа «Определение содержания углекислого газа в помещении.» Беседа,
	<u>Тема 11.</u> Пыль – враг человека и комнатных растений. Как бороться с пылью. Пыль под микроскопом. (т. – 1 ч., пр. – 1 ч.)	2	1	1	Текущий контроль. Мини – проект. Как бороться с пылью.
	<u>Тема 12.</u> Практическая работа «Определение запылённости учебного помещения». (пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Практическая работа «Определение запылённости учебного помещения»
	<u>Тема 13.</u> Практическое занятие «Победим пыль». (пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Практическое занятие

					«Победим пыль».
	<u>Тема 14.</u> Практическое занятие «Чистый и уютный класс.» (пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Практическое занятие «Чистый и уютный класс.»
	<u>Тема 15.</u> Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.(пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.
	<u>Тема 16.</u> Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.(пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.
	<u>Тема 17.</u> Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.(пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.
	<u>Тема 18.</u> Защита проекта. (пр. – 2 ч.)	2		2	Промежуточная аттестация. Защита проекта.
	<u>Тема 19.</u> Квест «Страна здоровья». (пр. – 2 ч.)	2		2	Текущий контроль. Квест «Страна здоровья».
	<u>Тема 20.</u> Итоговая экскурсия в природу «Природа – кладовая здоровья». (пр. – 2 ч.)	2		2	<i>Итоговая аттестация:</i> защита итогового проекта. Анкетирование родителей, обучающихся
	Итого:	144	78	66	

Содержание учебно-тематического плана 1-го года обучения (базовый уровень сложности)

Раздел 1. Введение. Человек. Природа. Экология

Тема 1.

Теория. Экология – на страже природы. Зависимость здоровья человека от экологического состояния окружающей среды. Здоровая природа – здоровый человек.

Практика. Инструктаж по ТБ, ППБ, ПДД. Просмотр и обсуждение презентации. Тест «Я знаю правила безопасности».

Форма контроля. Тест «Я знаю правила безопасности». Просмотр и обсуждение презентации. Инструктаж по ТБ, ППБ, ПДД.

Тема 2.

Теория. История взаимоотношений человек - природа. Как относились к природе наши предки.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Тема 3.

Теория. Связь экологии с другими науками, разделы экологии. История природоохранной деятельности в Тульском крае.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Раздел 2. Среда обитания

Тема 1.

Практика. Воздух – смесь газов. Практическая работа «Изучение свойств воздуха».

Форма контроля. Практическая работа «Изучение свойств воздуха».

Тема 2.

Теория. Воздух должен быть чистым! Лишайники – показатели чистоты атмосферного воздуха.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Тема 3.

Практика. Экскурсия в природу: изучение разнообразия лишайников на территории Центра.

Форма контроля. Экскурсия в природу.

Тема 4.

Теория. Автомобиль - один из главных виновников загрязнения воздуха. Просмотр и обсуждение презентации «Экологически безопасные виды транспорта».

Форма контроля. Просмотр и обсуждение презентации «Экологически безопасные виды транспорта».

Тема 5

Практика. Конкурс рисунков «Автомобиль будущего». Презентация рисунка.

Форма контроля. Конкурс рисунков «Автомобиль будущего». Презентация рисунка.

Тема 6.

Теория. Вода - основа жизни. Водные ресурсы. Реки Тульской области, их состояние.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Мини- проект: Вода - основа жизни.

Тема 7.

Теория. Чистая вода – для хвори беда. Какую воду мы пьём. Как сделать воду чище.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Проектная деятельность: Как сделать воду чище.

Тема 8

Практика. Практическая работа «Изучение физических свойств питьевой воды».

Форма контроля. Практическая работа «Изучение физических свойств питьевой воды».

Тема 9.

Практика. Почва, её состав, структура, значение. Практическая работа «Изучение состава почвы».

Форма контроля. Практическая работа «Изучение состава почвы»

Тема 10.

Теория. Выращивание овощей, полезных для здоровья. Экологическая безопасность овощных продуктов питания.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 11.

Теория. Овощи и фрукты – источники здоровья. Целебные свойства овощей и фруктов.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Раздел 3. Растения – жизнь и здоровье

Тема 1.

Теория. Растения и человек, значение зеленых насаждений для городской среды: оздоровительное, архитектурно-эстетическое, пыле- и газозащитное, шумоулавливающее. Растения: и еда, и здоровье.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 2.

Теория. Лесные Робинзоны. Что нужно знать, уметь и иметь при себе, собираясь на прогулку в лес.

Практика. Составление памятки «На прогулку в лес»

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Практическая работа. Составление памятки «На прогулку в лес»

Тема 3.

Теория. Лес и человек.

Практика. Игра «Что растёт в лесу?»

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Игра «Что растёт в лесу?»

Тема 4.

Теория. Тульские засеки.

Практика. Игра «Кто живёт в лесу?»

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Игра «Кто живёт в лесу?»

Тема 5.

Теория. Деревья леса. Виды деревьев леса. Береза, ее роль в жизни человека. Праздник «Русская березка».

Форма контроля. Праздник «Русская березка».

Тема 6

Теория. Дуб – старейшее дерево леса. Липа, ее роль в медицине.

Практика. Кроссворд «У дуба».

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Практическая работа. Кроссворд «У дуба»

Тема 7.

Теория. Сосна и ель – целебные деревья хвойного леса.

Практика. Викторина «Что за дерево?»

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Викторина «Что за дерево?»

Тема 8.

Теория. Значение леса для здоровья человека.

Практика. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Викторина «В лес – за здоровьем».

Форма контроля. Викторина «В лес – за здоровьем».

Тема 9.

Теория. Цветущие растения на лесной поляне. Знай ядовитые растения леса.

Практика. Составление памятки «Ядовитые растения».

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Практическая работа. Составление памятки «Ядовитые растения».

Тема 10.

Теория. Парки, скверы – зелёные «лёгкие» города. Парки Тулы - островки здоровья. История парка имени П.П. Белоусова.

Форма контроля. Мини – проект: История парка имени П.П. Белоусова.

Тема 11.

Практика. Виртуальная экскурсия в парк имени П.П. Белоусова «Прощаясь с парком, уходить не хочется».

Форма контроля. Виртуальная экскурсия в парк имени П.П. Белоусова

Тема 12.

Теория. Санитары воздуха. Фитонциды, их роль в оздоровлении воздушного бассейна города; фитонцидные древесные и цветочно-декоративные культуры, важность использования их в озеленении.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 13

Теория. Как фитонциды помогают человеку быть здоровым и укреплять здоровье.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Тема 14.

Практика. Практическая работа «Изучение фитонцидных свойств растений (лука, чеснока и др.)»

Форма контроля. Практическая работа «Изучение фитонцидных свойств растений (лука, чеснока и др.)»

Тема 15.

Теория. Живые кондиционер: ознакомление с комнатными растениями, их многообразием.

Практика. Игра-викторина «Найди хозяина».

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки. Игра-викторина «Найди хозяина».

Тема 16.

Теория. Тайны заветных трав. Лекарственные растения и их свойства.

Практика. Правила сбора, заготовки, хранения лекарственных растений.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки.

Практическая работа. Правила сбора, заготовки, хранения лекарственных растений.

Тема 17.

Практика. Экскурсия в травяную аптеку.

Форма контроля. Экскурсия в травяную аптеку.

Тема 18.

Практика. Конкурс «Рецепты моей бабушки». Рисунки лекарственных растений, рецепты народной медицины.

Форма контроля. Конкурс «Рецепты моей бабушки». Рисунки лекарственных растений, рецепты народной медицины.

Тема 19.

Практика. Игровое занятие «В каждой травке, в каждой ветке – и микстура, и таблетки».

Промежуточная аттестация. Викторина. Игровое занятие «В каждой травке, в каждой ветке – и микстура, и таблетки».

Мониторинг знаний и умений.

Тема 20.

Теория. Охрана и воспроизводство растений. Растения из Красной книги. Видеозанятие.

Форма контроля. Видеозанятие. Растения из Красной книги.

Раздел 4. Зоотерапия или как нас лечат животные

Тема 1.

Теория. Домашние животные – наши друзья и целители. История зоо- или анималотерапии.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки

Тема 2.

Теория. Кошки – пушистые лекари.

Форма контроля. Просмотр презентации.

Тема 3.

Теория. Собака в доме. Лечение с помощью собак (канистерапия).

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы.

Тема 4.

Теория. Собаки-спасатели, собаки-поводыри. Видеофильм.

Форма контроля. Просмотр видеофильма.

Тема 5.

Теория. Иппотерапия, лечение с помощью общения с лошадьми.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы,

просмотр презентации

Тема 6.

Теория. Маленький островок океана в квартире, положительное влияние аквариумных рыбок на психику человека.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы,

просмотр презентации

Тема 7.

Теория. Дельфины – уникальные целители. Дельфинотерапия.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы,

просмотр презентации.

Тема 8.

Теория. Домашние птички и повышение творческой активности и работоспособности человека.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы,

просмотр презентации.

Тема 9

Теория. Рептилии – лекари нервной системы человека.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы,

просмотр презентации.

Тема 10.

Теория. Целители среди насекомых. Целебные свойства мёда.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации.

Тема 11.

Теория. Природный целитель – пиявка. Гирудотерапия.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации.

Тема 12.

Теория. Ядовитые животные тоже могут быть полезными. Лечебные свойства змеиного яда.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, просмотр презентации.

Тема 13.

Теория. Ядовитые рыбы, амфибии, насекомые. Меры безопасности.

Практика. Составление памятки «Будь осторожен!»

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы.

Практическая работа. Составление памятки «Будь осторожен!»

Тема 14.

Теория. «Четвероногие музы». Животные в произведениях поэтов, писателей, композиторов и художников.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы.

Тема 15.

Практика. Конкурс рисунков, презентация рисунков «Зоо-Айболит».

Форма контроля. Конкурс рисунков, презентация рисунков «Зоо-Айболит»

Тема 16.

Практика. Конкурс фотографий, презентация фотографий «Мой четвероногий друг».

Форма контроля. Конкурс фотографий, презентация фотографий «Мой четвероногий друг»

Тема 17.

Практика. Экскурсия в зооэкозотариум

Форма контроля. Экскурсия в зооэкозотариум

Тема 18.

Практика. Итоговое занятие по теме. Игра по станциям «В мире животных».

Форма контроля. Итоговое занятие по теме. Игра по станциям «В мире животных».

Раздел 5. Мой дом - моя крепость

Тема 1

Теория. Экология дома. Дом, в котором я живу (внешний вид, материалы). Дома в деревне и в городе, в нашей стране и в других странах.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы

Тема 2

Теория. Чистота в доме – залог здоровья. Что нужно делать, чтобы в доме было чисто.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы

Тема 3.

Практика. Экскурсия. «Чистая школа, чистый двор».

Форма контроля. Экскурсия. «Чистая школа, чистый двор».

Тема 4.

Практика. Творческое занятие. «Мы - за чистоту» (выпуск листовки, плаката)

Форма контроля. Творческое занятие. «Мы - за чистоту»

Тема 5

Теория. Бытовые приборы в моем доме. Знакомство с бытовыми приборами. Влияние их на температуру и влажность воздуха в помещении, на здоровье человека.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы

Тема 6.

Практика. Практическое занятие. Составление памятки «Правила безопасности при использовании бытовых приборов»

Форма контроля. Практическое занятие. Составление памятки «Правила безопасности при использовании бытовых приборов.»

Тема 7.

Теория. Экология жилища.

Практика. Практическая работа «Изучение микроклимата в помещении».

Форма контроля. Практическая работа «Изучение микроклимата в помещении»

Тема 8.

Теория. Школа - мой второй дом. Уют и чистота класса. Что такое гигиена класса, влажная уборка, проветривание.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы

Тема 9.

Теория. Загрязнители воздуха в помещении. Чем опасен углекислый газ.

Форма контроля. Беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы

Тема 10.

Теория. Режим проветривания помещения.

Практика. Практическая работа «Определение содержания углекислого газа в помещении.»

Форма контроля. Текущий контроль. Практическая работа «Определение содержания углекислого газа в помещении.»

Тема 11.

Теория. Пыль – враг человека и комнатных растений.

Практика. Как бороться с пылью. Пыль под микроскопом.

Форма контроля. Текущий контроль. Мини – проект. Как бороться с пылью.

Тема 12.

Практика. Практическая работа «Определение запылённости учебного помещения».

Форма контроля. Текущий контроль. Практическая работа «Определение запылённости учебного помещения».

Тема 13.

Практика. Практическое занятие «Победим пыль».

Форма контроля. Текущий контроль. Практическое занятие «Победим пыль».

Тема 14.

Практика. Практическое занятие «Чистый и уютный класс.»

Форма контроля. Текущий контроль. Практическое занятие «Чистый и уютный класс.»

Тема 15.

Практика. Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.

Форма контроля. Текущий контроль. Моделирование дома своей мечты

Тема 16.

Практика. Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.

Форма контроля. Текущий контроль. Моделирование дома своей мечты

Тема 17.

Практика. Проект «Дом моей мечты – дом здоровья». Моделирование дома своей мечты. Разработка проекта.

Форма контроля. Текущий контроль. Моделирование дома своей мечты.

Тема 18.

Практика. Защита проекта.

Форма контроля. Промежуточная аттестация. Защита проекта

Тема 19.

Практика. Квест «Страна здоровья».

Форма контроля. Текущий контроль. Квест «Страна здоровья».

Тема 20.

Практика. Итоговая экскурсия в природу «Природа – кладовая здоровья».

Форма контроля. Защита итогового проекта.

Планируемые результаты

К концу второго года обучения (базовый уровень сложности) обучающиеся будут знать:

- что такое экология;
 - основные среды обитания;
 - зависимость здоровья человека от экологического состояния окружающей среды;
 - лекарственные и ядовитые растения;
 - состав и свойства воздуха;
 - физические свойства питьевой воды;
 - основные способы очистки питьевой воды;
 - состав и свойства почвы;
 - способы выращивания экологически чистой овощной продукции;
 - целебные свойства овощей и фруктов;
 - значение зеленых насаждений для городской среды, человека;
 - фитонцидные свойства растений;
 - наиболее распространённые лекарственные растения;
 - редкие и охраняемые виды растений Тульской области;
 - что такое зоотерапия;
 - основы экологии жилища.
- Будут уметь:*

- выполнять правила поведения в природе;
- различать наиболее распространённые виды ядовитых растений и животных;
- знать наиболее распространённые лекарственные растения;
- оценивать качество питьевой воды;
- оценивать степень пылевого загрязнения воздуха;
- соблюдать чистоту в помещении;
- укреплять свое здоровье с помощью природных факторов.

Будут сформированы навыки:

- общения;
- работы со словом;
- самоорганизации;
- самоуправления;
- самоконтроля;
- коммуникации.

Будут воспитаны:

- потребность в ведении здорового образа жизни;
- экологическая ответственность;
- трудолюбие, стремление добиваться поставленной цели в укреплении своего здоровья;
- самостоятельность в приобретении знаний, умений и навыков, предусмотренных.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение 1)

Учебно-воспитательный процесс обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеразвивающей программы «Страна здоровья», осваиваемой обучающимися.

Он осуществляет организацию деятельности обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворению потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплению здоровья, организации свободного времени, профессиональной ориентации; обеспечению достижения обучающимися нормативно установленных результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы. Отвечает требованиям Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021г. №652н.

Важным условием реализации дополнительной общеразвивающей программы «Страна здоровья» является достаточный уровень материально-технического обеспечения.

Занятия проводятся в помещении, соответствующем действующим нормам СП, оснащенном техническим и материальным оборудованием :

- стулья -30 шт.;
- столы -15 шт.;
- стеллажи-2 шт.;
- персональный компьютер-1 шт.

Материальные затраты на обеспечение образовательного процесса

Расход материалов для занятий на учебный год для 1 обучающегося 1-го года обучения (стартовый уровень сложности)				
№/№	Наименование	Количество	Цена за 1 шт. или метр погонный Руб.	Сумма Руб.
1.	Альбом для рисования (24листа)	2 шт.	40	80
2.	Карандаш простой	2 шт.	15	30
3.	Ластик	1 шт.	20	20
4.	Бумага цветная	2 шт.	30	60
5.	Картон цветной (набор)	2 шт.	55	110
6.	Гуашь (6 шт. в наборе)	1 шт.	120	120
7.	Кисти синтетика (3 шт. набор)	1 шт.	100	100
8.	Кисть для клея	1 шт.	25	25
9.	Доска для лепки	1 шт.	85	85
10.	Стеки для пластилина и глины (набор 1)	1 шт.	50	50
11.	Клеенка на парту	1 шт.	65	65
12.	Фартук с нарукавниками	1 шт.	200	200
13.	Папка с ручками (для уроков труда)	1 шт.	200	200
14.	Контейнер для переноски поделок (ок. 15 см.)	1 шт.	70	70

15.	Блокнотик для записи	1 шт.	15	15
16.	Ручка	1 шт.	25	25
17.	Клей ПВА	2 шт.	30	30
18.	Клей-карандаш	1 шт.	20	20
19.	Пластилин (8 – 9 цв.)	1 шт.	65	65
20.	Лента атласная узкая (1 см.) по 1 м. разл. цветов(5 цветов)	5 шт.	7	35
21.	Пайетки, бусинки, мелкие пуговички и др. декор для украшения	3 шт.	30	90
22.	Баночка для воды («непроливайка»)	1 шт.	25	25
23.	Ножницы	1 шт.	60	60
ИТОГО				1580
Расход материалов для занятий на учебный год для одного обучающегося 2-го года обучения (базовый уровень сложности)				
№/№	Наименование	Количество	Цена за 1 шт. или метр погонный Руб.	Сумма Руб.
1.	Альбом для рисования (24листа)	2 шт.	40	80
2.	Карандаш простой	2 шт.	15	30
3.	Ластик	1 шт.	20	20
4.	Бумага цветная	2 шт.	30	60
5.	Картон цветной (набор)	2 шт.	55	110
6.	Гуашь (6 шт. в наборе)	1 шт.	120	120
7.	Кисти синтетика плоская или круглая (4 шт. набор № 1,2,3,4)	1 шт.	100	100
8.	Кисть для клея щетина плоская или круглая №2или 3	1 шт.	25	25
9.	Доска для лепки	1 шт.	85	85
10.	Стеки для пластилина и глины (набор 1)	1 шт.	50	50
11.	Блокнотик для записи	1 шт.	15	15
12.	Ручка	1 шт.	25	25
13.	Клей ПВА	2 шт.	30	30
14.	Клей-карандаш	1 шт.	20	20
15.	Пластилин (8 – 9 цв.)	1 шт.	65	65
16.	Ножницы	1 шт.	60	60
17.	Палитра	1 шт.	35	35
ИТОГО				930

Формы аттестации / контроля

Входная диагностика проводится в начале 1-го года обучения с целью определения уровня подготовки обучающихся беседа, педагогическое наблюдение.

Вводный контроль проводится в начале каждого последующего учебного года в различных формах с целью определения уровня подготовки обучающихся в форме беседа, фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, игра - викторина.

Цель текущего контроля успеваемости обучающихся – установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) дополнительной общеразвивающей программы.

Форму текущего контроля определяет педагог с учетом контингента обучающихся, уровня их обученности, содержания учебного материала, используемых им образовательных технологий.

Средства текущего контроля: беседа, педагогическое наблюдение, фронтальный опрос, загадки, конкурсы, выполненная практическая работа.

Формы промежуточной аттестации определяются педагогом дополнительного образования и предусматривают: контрольный опрос, викторину, самооценку работ с помощью педагога, защиту мини-проекта.

Промежуточная аттестация предполагает и проведение мониторинга по дополнительной общеразвивающей программе не менее 2-х раз в год в соответствии с локальным актом ГОУДОТО «ЦДОД».

Мониторинг включает разделы:

параметры, критерии, степень выраженности оцениваемого качества, уровень, балл.

Педагог, используя Приложение к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе, определяет уровень обучения (теоретическая подготовка, практическая

подготовка) и личностного развития (развитие познавательной, мотивационной, регулятивной, коммуникативной сфер) каждого обучающегося и выставляет баллы.

Для детей, обучающихся по данной программе, баллы выставляются таким образом:

Низкий уровень - 1 балл, ниже среднего – 2 балла, средний уровень – 3 балла, выше среднего – 4 балла, высокий уровень – 5 баллов. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе. Критерии и показатели результативности обучения и развития обучающихся для промежуточной аттестации определяются Приложением к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе. При проведении промежуточной аттестации учитываются результаты участия обучающихся в конкурсных мероприятиях различного уровня.

Сравнение уровня обучения, уровня личностного развития позволяет отследить рост каждого обучающегося и детского объединения в целом в динамике за полугодие, учебный год и на конечном сроке реализации дополнительной общеразвивающей программы.

По итогам промежуточной аттестации за учебный год, согласно диагностическим картам результатов обучения и развития обучающихся, дети переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, продемонстрировавшие низкий уровень результатов обучения (согласно диагностическим картам результатов обучения и развития по дополнительной общеразвивающей программе «Страна здоровья»), могут быть переведены по согласованию с родителями (законными представителями) на обучение по иной программе данной направленности.

Итоговая аттестация, завершающая освоение дополнительной общеразвивающей программы, проводится в апреле - мае в соответствии с критериями в Приложении к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся (мониторинг) и защитой итогового проекта.

Обучающиеся, продемонстрировавшие высокий уровень результативности обучения (согласно диагностическим картам результатов обучения и развития), награждаются грамотами ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Система оценки результатов обучения по программе предусматривает использование социологических методов и приемов: анкетирование родителей, обучающихся и анализ анкет, интервьюирование обучающихся.

Методическое обеспечение

Успешность любого обучения напрямую зависит от разнообразия методов и приёмов, применяемых педагогом. Поэтому содержание данной программы предусматривает использование словесных методов (объяснение, рассказ, беседа, диалог, чтение); метода наблюдения (запись наблюдений, зарисовки, рисунки, просмотр видеоматериалов); наглядных методов (картины, рисунки, плакаты фотографии, таблицы, схемы, чертежи, демонстрационные материалы, оформление «Уголка здоровья», создание папки – передвижки для родителей детей по вопросам здоровьесбережения, а также практических методов обучения; репродуктивных; объяснительно – иллюстративных; методов формирования умений и навыков по применению знаний на практике; методов проверки и оценки знаний, умений и навыков, а также метод проблемного изложения учебного материала (эвристическая беседа, постановка проблемных вопросов, создание проблемных ситуаций); метод игры – один из эффективных видов деятельности для младших школьников (игры дидактические, развивающие, познавательные, подвижные, на развитие внимания, памяти, глазомера, ролевые и деловые игры). Для детей этого возраста доступна работа над индивидуально – групповыми мини-проектами по тематике сохранения здоровья. Кроме того, при проведении занятий используются психологические и социологические методы и приёмы: разработка анкет, проведение и анализ анкетирования: психологические тесты; интервьюирование; создание и решение различных ситуаций по психологии общения; круглый стол для родителей детей; совместные «посиделки» детей и родителей»; элементы психогимнастики.

В заключительной части занятия педагог проводит краткий анализ достигнутых результатов, объясняет, за что обучающиеся получили поощрение.

Оценочные материалы

- опросник;
- викторина; беседа, практические работы, экскурсия, наблюдения в природе, выполнение творческих заданий (конкурс рисунков) и т.д.

Формы организации деятельности обучающихся:

- групповая (при выполнении ряда практических работ, мини-проектов);
- индивидуальная (при выполнении индивидуальных заданий, творческих работ).

Используемые технологии:

- дифференцированное обучение;
- информационно-коммуникационные технологии;
- технология проектного обучения;
- здоровьесберегающие технологии;
- развивающего обучения;
- личностно-ориентированного подхода.

Данные технологии позволяют развивать и оптимизировать учебно-воспитательный процесс.

Программа обеспечена различными методическими видами продукции.

Учебно-методический комплекс

1. Нормативно-правовая база:

- Копии статей Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Выписки из статей Конституции Российской Федерации;
- Копия Устава ГОУ ДО ТО «Центр дополнительного образования детей»;
- Дополнительная общеразвивающая программа «Страна здоровья»;
- Локальные акты ГОУ ДО ТО «ЦДОД»:
- Положение о проектировании и реализации дополнительных общеразвивающих программ в ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Положение об индивидуальном образовательном обучающихся детских объединений ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Положение об итоговой аттестации обучающихся детских объединений ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Положение о выпускной итоговой работе (творческом проекте) обучающихся детских объединений ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Положение о календарном учебном графике ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Положение об учебно - методическом комплексе ГОУ ДО ТО «ЦДОД»;
- Режим занятий и др.

Календарный учебный график (*Приложение №1*);

2. иллюстративный материал,
3. контрольно-измерительный материал,
4. дидактический материал: поэтапное выполнение практических работ,
5. образцы готовых работ,
6. наглядные пособия по темам,
7. занимательный, развивающий материал,
8. Презентация-тест «Я знаю правила безопасности»
9. Лабораторное оборудование для проведения практических работ.
10. Коллекция «Лишайники».
11. Презентации «Воздух должен быть чистым», «Вода – основа жизни», «Почва: состав, виды, значение»
12. Подборка тематических слайдов «Растение – жизнь и здоровье», тематические презентации, набор для дидактических игр «Что в лесу растёт?», «Кто в лесу живёт?».
13. Коллекция «Растения-фитонциды»
14. Подборка тематических иллюстрационных слайдов. Презентация «Животные лечат», видеофильм «Собаки-спасатели, собаки-поводыри».
15. Тематические слайды, презентация «Мой дом – моя крепость», учебно-дидактический комплекс для проведения тематического итогового квеста.

Список литературы

Для педагога:

1. Баль Л.В. Педагогу о здоровом образе жизни детей. М.,2005.
2. Беспятова Н. К., Яковлев Д. Е. Педагогика и психология дополнительного образования. – М.: 2021.
3. Бриль М. Исцеляющий цвет. Цветотерапия: с чего начать. СПб.,2009
4. Гладышева О.С., Абросимова И.Ю.Программа внеурочной деятельности «Разговор о здоровье».
5. Ниши К. Золотые правила здоровья. СПб., 2002
6. Ковалько В.И. Школа физкультминуток. М.,2007
7. Обухова Л.А., Лемякина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера,2001
8. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021г. №652н.
9. Соковня И.И. Социальное взросление и здоровье школьников. М., 2005.
10. Строганова Л.В. Уроки практической психологии в начальной школе. М., 2005.
11. Ткачёва О.Ю. Малекова Н.Ю. Формирование здорового образа жизни и профилактика социально обусловленных заболеваний. Пермь.,2009.

Для обучающихся (родителей):

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2012.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Две недели в лагере здоровья.– М.: ОЛМА ПРЕСС 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.

Электронные образовательные ресурсы

1. URL: <http://mon.gov.ru/dok/akt/6591/> – Д.А.Медведев «Наша новая школа» (22.08.2022)

2. URL: <http://festival.1september.ru/articles/411146/> – витамины (25.08.2022)
3. URL: http://niklena.blogspot.com/2010/01/blog-post_6388.html – витамины (21.08.2022)
4. URL: <http://festival.1september.ru/articles/507345/> – эмоции (23.08.2022)

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью

¹⁶ листов
(*підкадуват* листов)

Директор ГеУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В.Грошев

