Наименование учредителя

Наименование образовательной организации

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании | УТВЕРЖДАЮ |
| От «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. | Директор… |
| Протокол № \_ | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ФИО |
|  | «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. |

Типовая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

естественнонаучной направленности

«Здоровье человека»

Возраст учащихся: 12-17

Срок реализации: 4 месяца

Автор-составитель:

ФИО,

должность

г.Волгоград, 20\_\_

**Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»**

# Пояснительная записка

**Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровье человека» относится к естественнонаучной направленности, поскольку ориентирована на актуализацию потребности в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждению к формированию своего здоровья собственными силами.

Формирование здорового подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития страны.

**Актуальность** программы:

Проблема воспитания личной заинтересованности каждым человеком в здоровом образе жизни (ЗОЖ) в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и, особенно, детей. Решение проблемы требует активного осмысленного отношения учащихся к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Актуальность обусловлена:

- значимостью подготовки ребенка к жизни, его умению вести здоровый образ жизни, а так же необходимостью преемственности и последовательности изучения собственного организма и влияния окружающей среды на организм между ступенями образовательной системы. Основы здорового образа жизни изучаются на всех уровнях образования и являются неотъемлемой составляющей воспитательного процесса. Программа способствует приобретению учащимися навыков самостоятельной деятельности в направлении совершенствования своего интеллектуального, духовного, физического развития.

**Педагогическая целесообразность** состоит в том, что программа органически сочетает в себе лекции, практические занятия, занятия с элементами тренингов, участие в проектной деятельности и другие методики организации обучения детей. Занятия по программе пробуждают воображение и творческие силы. Основа практикумов - личный опыт, интересы, увлечения участников. Программа содержит познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей.

**Отличительной особенностью данной программы** является обобщение и структурирование материала, который направлен на развитие у подростков умений и навыков командной работы; подобраны разнообразные методы и приемы, способствующие развитию у подростков организаторских, коммуникативных и креативных способностей через включение в активную деятельность. В данной программе уделяется большое внимание вопросам личной гигиены и здоровому образу жизни. Кроме того, применяются современные педагогические технологии: игровая, диалогового обучения, личностно-ориентированного обучения, репродуктивная и на элементарном уровне – учебно-исследовательская.

**Адресат программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей 8-15 лет. Набор учащихся в объединение осуществляется в начале учебного года. В связи с тем, что занятия требуют индивидуального подхода, группы комплектуется из расчёта 12-16 человек.

Важной особенностью программы является дифференцированность, гибкость и адаптивность к разновозрастному составу воспитанников.

Учащимся 8 -10 лет свойственно повышение общей эмоциональности, возбудимости и слабость процессов внутреннего торможения. Отсюда у них менее устойчивое внимание и большая утомляемость. В этот период жизни у детей начинает интенсивно развиваться костная и мышечная системы, а значит, особое внимание должно быть направлено на формирование осанки.

В возрасте 10-12 лет проявляется интерес к предметам естественнонаучной направленности: экологии, физиологии, гигиены.

Учащиеся 12-15 уже имеют знания о строении и функционировании систем органов организма человека и поэтому способны выявлять причины и условия, способствующие нарушению здоровья, а также анализировать методы его восстановления. Учащиеся способны к осознанию того, что одна из самых важных проблем, стоящих перед обществом – формирование здорового образа жизни.

В развитии личности велика роль социальных и педагогических факторов, и обучение должно быть организовано так, чтобы происходило стимулирование развития личности, включения механизмов осознания своей деятельности с развитием внутренней мотивации. Развитие интеллекта в этом возрасте тесно связано с развитием творческих способностей, проявлении инициативы. Полнее и результативнее оно может проявляться в данной дополнительной образовательной общеразвивающей программе. Задача педагога состоит в том, чтобы распознать интерес, творческую направленность и попытаться развить ее в нужном направлении для достижения тех или иных умений и навыков у учащихся.

**Уровень программы, объём и сроки реализации.** Программа рассчитана на базовый уровень. Срок реализации: программа рассчитана на 1 год бучения, 3 часа в неделю, 144 часа в год.

**Форма обучения:** очная, с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

**Режим занятий.** Программа реализуется с сентября по август. Занятия проводятся по 1 часу три раза в неделю.

**Особенности организации образовательного процесса.** Состав группы постоянный. Занятия проводятся групповые. Наполняемость группы: 12-16 учащихся.

Занятия по данной программе в большинстве своем состоят из организационной, теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов и инструментов. Теоретическая часть занятий компактна и включает в себя необходимую информацию о теме занятия. При обучении с применением ДОТ, используется связь с родителями (законными представителями) учащихся с помощью телефона и Интернет-связи.

Виды занятий по программе: групповые дискуссии, разбор и анализ жизненных ситуаций, беседа, лекции, рассказ, метод «мозгового штурма», проектная деятельность, «диалог на равных».

**Цель программы:** формирование у учащихся правильных представлений о здоровье, функциях человеческого организма, а также ценностей здорового образа жизни.

# Задачи:

*Образовательные (предметные):*

- Познакомить с основными понятиями, терминами и определениями анатомии человека.

- Познакомить с основными факторами формирования здорового образа жизни.

- Научить основным приемам оказания доврачебной помощи.

*Личностные:*

- Формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни.

- Способствовать воспитанию и самовоспитанию таких качеств личности, как доброта, стремление помогать другим и принимать помощь, терпимость и готовность к сотрудничеству.

*Метапредметные:*

- Развивать навыки общения, способствовать психологической совместимости и адаптации в разновозрастном коллективе.

- Проводить профориентацию на профессии в области медицины, анатомии и физиологии, медико-биологических дисциплин в целом.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п\п** | **Раздел, тема** | **Количество часов** | | | **Форма контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1** | **Введение** | **2** | **1** | **1** |  |
| 1.1 | Здоровье – бесценный дар. Мой образ жизни | 2 | 1 | 1 | Педагогическое наблюдение |
| **2.** | **Здоровье человека** | **15** | **5** | **10** |  |
| 2.1 | Что такое здоровье. Факторы, формирующие здоровье. | 3 | 1 | 2 | Творческая работа «Что значит быть здоровым?» |
| 2.2 | Факторы, разрушающие здоровье. | 3 | 1 | 2 | Творческий проект «Жить здорово!» |
| 2.3 | Режим дня | 3 | 1 | 2 | Педагогическое наблюдение |
| 2.4 | Главные законы. Составляющие здорового образа жизни | 3 | 1 | 2 | Тестирование |
| 2.5 | Как жить сегодня, чтобы иметь шанс увидеть завтра | 3 | 1 | 2 | Итоговое тестирование |
| **3.** | **Строение человека** | **16** | **4** | **12** |  |
| 3.1 | Тело человека | 4 | 1 | 3 | Творческий проект «Раскраска-обводилка» |
| 3.2 | Для чего нужна грудная клетка? Почему мы можем двигаться? | 4 | 1 | 3 | Кроссворд |
| 3.3 | Скелет человека | 5 | 1 | 4 | Творческий проект, фотоотчет |
| 3.4 | Итоговое занятие «Что узнали. Чему научились» | 3 | 1 | 2 | Педагогическое наблюдение, творческий проект |
| **4.** | **Изучение личности человека** | **11** | **4** | **7** |  |
| 4.1 | Я – индивидуальность или чем я отличаюсь от других | 3 | 1 | 2 | Тест |
| 4.2 | Место человека в природе и обществе | 3 | 1 | 2 | Беседа, наблюдение |
| 4.3 | Как ты познаешь мир | 3 | 1 | 2 | Беседа, наблюдение |
| 4.4 | Из чего состоит человек | 2 | 1 | 1 | Беседа, наблюдение |
| **5.** | **Экология и человек** | **15** | **3** | **12** |  |
| 5.1 | Чрезвычайные ситуации – источники опасности | 5 | 1 | 4 | Фотоотчет (презентация) |
| 5.2 | Геологические процессы Земли и их последствия | 5 | 1 | 4 | Фотоотчет (презентация) |
| 5.3 | Итоговое занятие | 5 | 1 | 4 | Фотовыставка |
| **6.** | **Питание и жизнь. Доктор Здоровая пища советует** | **22** | **6** | **16** |  |
| 6.1 | Что происходит во рту? Как работает желудок? | 5 | 1 | 4 | Творческий проект |
| 6.2 | Для чего нужен кишечник? Что делает печень? | 3 | 1 | 2 | Коллективная практическая работа – выпуск газеты «Национальное блюдо» |
| 6.3 | Пища. | 3 | 1 | 2 | Тестирование, педагогическое наблюдение |
| 6.4 | Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами | 3 | 1 | 2 | Тестирование «Что вы знаете о витаминах» |
| 6.5 | Вредные компоненты пищи | 3 | 1 | 2 | Занятие-игра «Что нужно знать и уметь, чтобы быть здоровым?» |
| 6.6 | Итоговое занятие «Наука о питании – древняя и современная» | 5 | 1 | 4 | Изготовление буклета «Любимые семейные блюда» |
| 7**.** | **Сердечно-сосудистая система** | **9** | **3** | **6** |  |
| 7.1 | Как работает сердце? Для чего нужны сосуды? | 3 | 1 | 2 | Викторина |
| 7.2 | Состав крови | 3 | 1 | 2 | Кроссворд «Кровообращение» |
| 7.3 | Итоговое занятие | 3 | 1 | 2 | Тестирование «Тренированность сердца» |
| **8.** | **Дыхательная система** | **11** | **4** | **7** |  |
| 8.1 | Для чего нужен нос? | 3 | 1 | 2 | Тестирование |
| 8.2 | Дыхательные движения. | 3 | 1 | 2 | Карточки-задания |
| 8.3 | Болезни и травмы органов дыхания: профилактика, первая помощь | 3 | 1 | 2 | Презентация |
| 8.4 | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Тест «Цените ли вы своё здоровье», карточки-задания |
| **9** | **Зубы** | **15** | **3** | **12** |  |
| 9.1 | Зачем нужны зубы? | 5 | 1 | 4 | Создание модели рта из пластилина и подручных средств, демонстрация их правильной чистки |
| 9.2 | Почему болят зубы? | 5 | 1 | 4 | Беседа, оформление листовок. Рисунок |
| 9.3 | Ослепительная улыбка | 5 | 1 | 4 | Выпуск плаката о гигиене зубов |
| 10 | Органы чувств | **9** | **3** | **6** | Практическая работа |
| 10.1 | Как мы видим? | 3 | 1 | 2 | Проект «Защитим зрение» |
| 10.2 | Как мы слышим? | 3 | 1 | 2 | Практическая работа |
| 10.3 | Как мы различаем запахи? | 3 | 1 | 2 | Практическая работа |
| **11.** | **Первая доврачебная помощь** | **15** | **5** | **10** |  |
| 11.1 | Ссадина, резаная рана. Переломы | 3 | 1 | 2 | Беседа, практическое занятие, педагогическое наблюдение |
| 11.2 | Повреждение глаз. Носовое кровотечение | 3 | 1 | 2 | Беседа, практическое занятие |
| 11.3 | Пищевое отравление | 3 | 1 | 2 | Беседа, практическое занятие |
| 11.4 | Ожог, обморожение | 3 | 1 | 2 | Беседа, практическое занятие |
| 11.5 | Обморок, солнечный удар, тепловой удар | 3 | 1 | 2 | Беседа, практическое занятие |
|  | **Резерв** | **4** | **2** | **2** |  |
|  | **Итого:** | **144** | **43** | **101** |  |

**Содержание программы**

**Раздел 1. Введение.**

Тема 1.1. Здоровье – это бесценный дар. Мой образ жизни.

Теория: Общее знакомство с курсом "Человек и его здоровье". Инструктаж по технике безопасности и правила поведения при нахождении в помещении и на улице.

Практика: Экскурсия «Природа и здоровье».

Форма контроля: Педагогическое наблюдение.

**Раздел 2. Здоровье человека.**

Тема 2.1. Что такое здоровье, факторы формирующие здоровье.

Теория: Место и роль человека в системе органического мира. Сходство человека с животными и его отличие от них.

Практика: Ролевая игра «Самоутверждение и самоуничтожение».

ДОТ: видеоролик «Азбука здоровья». <https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20для%20детей%20о%20здоровье%20человека&path=wizard&parent-reqid=1619088442999251-1799474728976441935200109-production-app-host-man-web-yp-308&wiz_type=vital&filmId=8600305411275529821>

Форма контроля: Творческая работа «Что значит быть здоровым?»

Тема 2.2. Факторы, разрушающие здоровье.

Теория: Вредные привычки, курение, алкоголизм, наркомания, токсикомания. Знакомство с вредными привычками, негативно влияющими на здоровье.

Практика: Анкетирование «Имеются ли у вас вредные привычки». Тренинг «Здоровый образ жизни». Викторина «Алкоголь и его последствия».

ДОТ: видеоролик «Вредные привычки» <https://www.youtube.com/watch?v=9STOaUpRt_U&t=55s> , мультфильм «Опасное погружение» <https://www.youtube.com/watch?v=6YG16RBrQB0&t=20s> .

Форма контроля: творческий проект «Жить здорово!»

Тема 2.3. Режим дня

Теория: Беседа о том, как необходимо соблюдать режим дня.

Практика: Игра «Хлопки»

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=hxkplJ6Vy-o&t=105s> презентация о здоровом образе жизни

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

Тема 2.4. Главные законы здоровья. Составляющие здорового образа жизни.

Теория: Знакомство с факторами, формирующими Беседа, просмотр презентации и видеоролика.

Практика: Составление презентации.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=vNtmihYNMio&t=213s> лекторий о факторах, формирующих здоровье.

Формы контроля: тестирование.

Тема 2.5. Как жить сегодня, чтобы иметь шанс увидеть завтра.

Теория: Беседа на тему «Здоровье человека»

Практика: Творческая работа «Что значит быть здоровым?»

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=pI_WgM7G3eI&t=49s> видеоролик, слайд – призыв, <https://www.youtube.com/watch?v=Wo3qiWkRkM8&t=18s> – видеоролик «Как жить сегодня, чтобы иметь шанс увидеть завтра».

Форма контроля: итоговое тестирование.

**Раздел 3. Строение человека.**

Тема 3.1. Тело человека

Теория: Демонстрация видеофильма из серии «Тело человека».

Практика: проведение викторины

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?text=фильм%20для%20детей%20тело%20человека&path=wizard&parent-reqid=1619611663187684-1157459407057835995600127-production-app-host-man-web-yp-139&wiz_type=vital&filmId=10093686446536347203>

Форма контроля: творческий проект «Раскраска-обводилка».

Тема 3.2. Для чего нужна грудная клетка? Почему мы можем двигаться?

Теория: изучения понятия «грудная клетка», ее функции. Изучение модели «Локтевой сустав подвижный».

Практика: Танец-игра «Мы пойдем налево»

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?text=видео+для+детей+почему+мы+можем+двигаться&path=wizard&parent-reqid=1619616580065352-1767532045906751104700109-production-app-host-man-web-yp-308&wiz_type=vital&filmId=2016653795731321005&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2F13003628493711841780>

Форма контроля: кроссворд.

Тема 3.3. Скелет человека.

Теория: Беседа об осанке и стройной спине.

Практика: Изготовление марионетки из макарон «Живой Скелет», поделка «Макет скелета» из ватных палочек, вышивка «Скелет», панно «Череп», «Грудная клетка» и «Сустав» из макарон, пазл «Скелет», раскраска - обводилка по точкам «Скелет». (Приложение)

ДОТ: видеоролик «Опорно-двигательная система» <https://www.youtube.com/watch?v=3jzX_YCx2gw&t=79s> , <https://www.youtube.com/watch?v=rMKmQB1X6mk&t=78s>

Форма контроля: творческий проект, фотоотчет.

Тема 3.4. Итоговое занятие «Что узнали. Чему научились».

Теория: беседа

Практика: коллективная практическая работа: изготовление буклета «Тело человека». Выполнение проекта «Макет организма» из подручных материалов. Оформление выставки «Мое тело»

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=N5Q7Tbzhibg&t=526s>

Форма контроля: педагогическое наблюдение, творческий проект.

**Раздел 4. Изучение личности человека.**

Тема 4.1. Я – индивидуальность или чем я отличаюсь от других.

Теория: понятие – индивидуальность. Мы разные – мы вместе.

Практика: тестирование.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=nSRN4QWrRBw&t=41s>

Форма контроля**:** тест.

Тема 4.2.Место человека в природе и обществе.

Теория: Место человека в природе и обществе.

Практика: тестирование, работа в парах.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=y-W-JsteT24&t=74s>

Форма контроля**:** беседа, наблюдение

Тема 4.3. Как ты познаешь мир.

Теория: Органы чувств человека. Осязание. Слух. Зрение.

Практика: тестирование, работа в парах

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=JFylyzdYyi8&t=182s>

Форма контроля:беседа, наблюдение.

Тема 4.4. Из чего состоит человек.

Теория: Изучение органов человека. Система органов.

Практика: работа в парах. Знакомство с макетом человека, его внутренними органами.

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10093686446536347203&text=видео+для+детей+органы+человека>

Форма контроля**:** беседа, наблюдение

**Раздел 5. Экология и человек.**

Тема 5.1.  Чрезвычайные ситуации - источники опасности.

Теория: Беседа «Какие ситуации возможны в нашем мире».

Практика: экскурсия на луг, в лес (запечатление интересных природных опасностей)

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16585521122568091391&from=tabbar&parent-reqid=1619599478079310-83462263475444958800172-production-app-host-man-web-yp-200&text=видео+для+детей+чрезвычайные+ситуации+-+источники+опасности&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DhYPfCTFVoRU> , <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2186722274036310095&from=tabbar&parent-reqid=1619599478079310-83462263475444958800172-production-app-host-man-web-yp-200&text=видео+для+детей+чрезвычайные+ситуации+-+источники+опасности&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DBCz4EITmGcA>

Форма контроля: фотоотчет (презентация)

Тема 5.2. Геологические процессы Земли и их последствия.

Теория: Знакомство со стихийными явлениями, правила поведения – игра «Как выжить».

Практика: Экскурсия в лес (запечатление стихийных природных явлений)

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=3YucxtyqrOI&t=32s> видеоролик «Стихийные бедствия».

Форма контроля: фотоотчет (презентация)

Тема 5.3. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов раздела № 5

Практика: оформление фотовыставки

ДОТ: [https://yandex.ru/images/search?text=фотографии%20природных%20явлений%20и%20стихийных%20бедствий&from=tabbar](https://yandex.ru/images/search?text=%D1%84%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D0%B8%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D1%8B%D1%85%20%D1%8F%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%B8%20%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%B9%D0%BD%D1%8B%D1%85%20%D0%B1%D0%B5%D0%B4%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B8%D0%B9&from=tabbar)

Форма контроля: фотовыставка.

**Раздел 6. Питание и жизнь. Доктор Здоровая Пища советует.**

Тема 6.1: Что происходит во рту? Как работает желудок?

Теория:  Понятия «рот», «зубы», «пищевод», «желудок», «кишечник», «печень». Значение желудка. Этапы пищеварительного процесса.

Практика: коллективная практическая работа - выполнение коллажа «Здоровая пища». Раскраски «Желудок»,  «Рот и язык человека» (Приложение).

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20для%20детей%20что%20происходит%20во%20рту&path=wizard&parent-reqid=1623753205422466-10294623532829327684-balancer-knoss-search-yp-sas-2-BAL-1924&wiz_type=vital&filmId=13102265521326890175>

Форма контроля: творческий проект

Тема 6.2: Для чего нужен кишечник? Что делает печень?

Теория: Понятия «кишечник», «печень». Значение еды для организма. Этапы пищеварительного процесса.

Практика:  Раскраски «Пищеварительная система» (Приложение).

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=6Pe2-Q8Hqgo&t=75s>

Форма контроля: коллективная практическая работа: выпуск газеты "Национальное блюдо".

Тема 6.3. Пища.

Теория: беседа о питании человека, о важности ведения здорового образа жизни. Пища, её значение для роста и развития организма. Белки, жиры и углеводы. Минеральные вещества. Микроэлементы.

Практика: изготовление памяток

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=01PygHLMroI&t=3s>

Форма контроля: тестирование, педагогическое наблюдение.

Тема 6.4 Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами

Теория: Знакомство детей с группой витаминов и микроэлементов

Практика: заполнение таблицы витаминов

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2260669931931661389&reqid=1621335897231850-553102882382218528700107-sas1-6869&suggest_reqid=108902922160570346722087675584107&text=видео+для+детей+что+вы+знаете+о+витаминах>

Форма контроля: тестирование «Что вы знаете о витаминах?»

Тема 6.5. Вредные компоненты пищи.

Теория: Изучение вредных компонентов пищи

Практика: составление памятки

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4928957165982508073&from=tabbar&parent-reqid=1621489476502656-1421399946541504340300109-production-app-host-man-web-yp-21&text=видео+для+детей+вредные+компоненты+пищи&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2F11375573655802233084>

Форма контроля: Занятие-игра «Что нужно знать и уметь, чтобы быть здоровым».

Тема 6.6 Итоговое занятие «Наука о питании – древняя и современная»

Теория: Рецепты приготовления любимых блюд

Практика: Приготовление фруктового коктейля.

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11775723449860475850&text=видео+для+детей+приготовление+фруктового+коктейля&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D8ELvew8Fd-k>

Форма контроля: Изготовление буклета «Любимые семейные блюда»

**Раздел 7. Сердечно-сосудистая система.**

Тема 7.1: Как работает сердце? Для чего нужны сосуды?

Теория: Понятия: «сердце», «вены», «кровь», «сосуды», «артерии», «капилляры». Изучение модели «Сердце большоке». Принцип работы сердца, сосудов. Первая помощь при кровотечении из носа.

Практика: работа с микроскопом. Измерение пульса с помощью секундомера. Раскраски «Сердце», «Сердечно-сосудистая система человека» (Приложение).

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=PXbogMmyodg&t=55s> ,

Форма контроля: викторина

Тема 7.2: Состав крови.

Теория: Функции крови. Заживление ранки при участии тромбоцитов.

Практика: Игра 1. «Состав крови», Игра 2. «Борьба с микробами», Игра 3. «Циркуляция воздуха в крови», Игра 4. «Выведение вредных веществ», Игра 5. «Заживление ран», Игра 6. «Что у нас под кожей?» (Приложение).

ДОТ: <https://videomino.com/1/видео-детям-микробы-под-микроскопом>

Форма контроля: кроссворд «Кровообращение».

Тема 7.3. Итоговое занятие.

Теория: Подведение итогов изученного раздела

Практика: Игра «Снабжение организма питательными веществами и витаминами»

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=XcadrWdkUEA&t=141s> видеоурок сердце и сосуды.

Форма контроля: тестирование «Тренированность сердца».

**Раздел 8. Дыхательная система.**

Тема 8.1. Для чего нужен нос?

Теория: Понятия «нос», «легкие», «трахея» и «бронхи», «альвеолы». Изучение модели «Гортань». Объем легких, зачем кислород нужен нашим клеткам, чем звук дыхания здорового человека отличается от звука дыхания астматика. Каким образом происходит процесс дыхания, зевания и чихания.

Практика: Выполнение макета легких (Приложение).

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?text=видео+для+детей+функции+легких&path=wizard&parent-reqid=1621322125383741-1065365011504570484000171-production-app-host-man-web-yp-64&wiz_type=vital&filmId=6926143856572560853&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DMrZA0eWh4N4>

Форма контроля: тестирование

Тема 8.2 Дыхательные движения.

Теория: Обмен газов в легких и тканях. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательные движения. Определение запыленности воздуха.

Практика: составление памятки «Рекомендуемая продолжительность проветривания помещений в зависимости от температуры воздуха».

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?text=дыхательные%20движения%20видео%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1621334796589067-1149527749765263196600144-production-app-host-man-web-yp-198&wiz_type=vital&filmId=12734446662655361064>

Форма контроля: карточки-задания

Тема 8.3 Болезни и травмы органов дыхания: профилактика, первая помощь

Теория: Заболевания органов дыхания и их профилактика. Вредные привычки, их влияние на состояние здоровья. Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом, спасении утопающего.

Практика: работа по группам «Найти ошибки в действиях»

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12196498377369297748&from=tabbar&parent-reqid=1621335107850927-632071094946584908000103-production-app-host-man-web-yp-311&text=видео+для+детей+болезни+и+профилактика+органов+дыхания>

Форма контроля: презентация

Тема 8.4 Итоговое занятие

Теория: обсуждение с детьми тем по здоровому образу жизни, дыхательная гимнастика

Практика: составление профилактической памятки

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20для%20детей%20дыхательная%20гимнастика&path=wizard&parent-reqid=1621335393695493-1561848174474131042700109-production-app-host-man-web-yp-384&wiz_type=vital&filmId=7697743338281367188>

Форма контроля: тест «Цените ли вы свое здоровье», карточки-задания

**Раздел 9. Зубы.**

Тема 9.1: Зачем нужны зубы?

Теория: Понятие «виды зубов», «молочные зубы», «кариес». Процесс замены молочных зубов на постоянные. Важность использования зубной нити.

Практика: викторина «Отметь определенные зубы». Опыт с яйцом и уксусом. Игра «Рассели зубы». Рисунок «план» зубов. Раскраски, конструкция зубов из подручных материалов. Игра «Построй верную последовательность!»

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=4ahRE9o1hhw&t=24s>

Форма контроля: Создание модели рта из пластилина и подручных средств, демонстрация их правильной чистки.

Тема 9.2. Почему болят зубы?

Теория: Строение. Уход за зубами.

Практика: тестирование, работа в парах, практическая работа.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=AT2Q35JSEQ8&t=53s>

Форма контроля: беседа, оформление листовок. Разработка рисунка своей страны о зубах (Приложение).

Тема 9.3:  Ослепительная улыбка.

Теория: Зубы и питание. Что нужно делать, чтобы зубы были здоровыми. Что нужно делать, чтобы зубы были здоровыми. Важность полезной пищи для зубов. Понятие «ослепительная улыбка».

Практика: создание макета «Трехмерная модель зуба». Выполнить задание: распределить объекты питания, какие полезные для зубов, а какие – вредны, создание макета кариеса. Памятка «Как чистить зубы», разработка и изображение своей последовательности действий при чистке зубов.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=4O8uiiGhzxY&t=21s>

Форма контроля: выпуск плаката о гигиене зубов (Приложение).

**Раздел 10. Органы чувств.**

Тема 10.1: Как мы видим?

Теория: понятие «глаза». Изучение модели «Глаз».

Практика:  Игра на осязание «Загадочная коробочка» (Приложение).

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=I0jvdWRt8uI&t=43s>

Форма контроля: проект "Защитим зрение".

Тема 10.2: Как мы слышим?

Теория: понятие «ухо». Изучение модели «Ухо человека». Наушники: польза и вред.

Практика: игра «Телефон»

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=ztuXoo3ypfs&t=3s>

Форма контроля: практическая работа

Тема 10.3: Как мы различаем запахи?

Теория: изучение пяти видов чувств. Как устроено человеческое восприятие. Цвет и настроение. Для чего нам нужен язык? Что такое осязание?

Практика: упражнения для восстановления обоняния.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=fVbBp8v0jxY&t=19s>

Форма контроля: практическая работа

**Раздел 11. Первая доврачебная помощь.**

Тема 11.1 Ссадина, резаная рана. Переломы.

Теория: виды ссадин и ран. Виды переломов. Способы наложения шин

Практика: практическая работа в парах

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=jabuVijT_dg&t=19s>

Форма контроля: беседа, педагогическое наблюдение, практическая работа.

Тема 11.2. Повреждение глаз. Носовое кровотечение.

Теория: виды повреждения глаз и их устранение. Оказание помощи при носовом кровотечении.

Практика: тестирование, работа в парах, практическая работа

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1844724289604829130&text=видео+для+детей+первая+помощь+при+носовом+кровотеченияя&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2F6906898454365753796>

Форма контроля: беседа, практическое занятие.

Тема 11.3. Пищевое отравление

Теория: признаки отравления, кишечные расстройства, виды пищевых отравлений. Помощь при пищевых отравлениях.

Практика: тестирование, работа в парах.

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13245655741328047733&text=видео+для+детей+первая+помощь+при+пищевых+отравлениях>

Форма контроля: беседа, практическое занятие.

Тема 11.4. Ожог, обморожение

Теория: виды ожогов, обморожений. Помощь при ожогах и обморожениях.

Практика: практическая работа в парах.

ДОТ: <https://www.youtube.com/watch?v=BlayWSyTl8o&t=4s>

Форма контроля: беседа, практическое занятие.

Тема 11.5. Обморок, солнечный удар, тепловой удар.

Теория: виды тепловых и солнечных ударов. Помощь при тепловых и солнечных ударах. Обморок. Помощь при обмороке.

Практика: практическая работа в парах. Занятие-игра «Врач – пациент».

ДОТ: <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=747621435581452234&text=видео+для+детей+первая+помощь+при+обмороке>

Форма контроля: беседа, практическое занятие.

**Планируемые результаты:**

*Образовательные (предметные):*

- Учащиеся будут знать основные понятия, термины и определения из области анатомии человека:

- будут знакомы с основными факторами формирования здорового образа жизни;

- будут уметь оказывать основные приемы доврачебной помощи.

*Личностные:*

- У учащихся будет сформирована осознанная потребность в здоровом образе жизни;

- будут проявляться такие качества личности, как доброта, стремление помогать другим и принимать помощь, терпимость и готовность к сотрудничеству.

*Метапредметные:*

- У учащихся будут развиты навыки общения, психологической совместимости и адаптации в разновозрастном коллективе;

- сформирована способность у учащихся к профессиональному самоопределению в области медицины, анатомии и физиологии, медико-биологических дисциплин в целом.

**Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

**Календарный учебный график**

Начало обучения – 1 сентября каждого года.

Окончание обучения – 31 мая каждого года.

Продолжительность обучения – 36 недель.

Промежуточная аттестация – в течение учебного периода.

Итоговая аттестация – последнее занятие мая.

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:** наличие специального учебного кабинета, оборудованного в соответствии с санитарными нормами, столы, стулья, классная доска.Перечень инструментов и материалов для реализации программы:

- ноутбук – 2 шт.;

- многофункциональное устройство – 1 шт.;

- интерактивная панель 75" – 1 шт.;

- цифровая лаборатория по физиологии – 1 шт.;

- интерактивное пособие. Человек. Строение тела человека – 1 шт.;

- тренажер для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс» – 1 шт.

**Формами аттестации** по программе является педагогический мониторинг, включающий в себя контрольные, проверочные задания и тесты, беседы, анкетирование.

Виды контроля: входной, текущий, итоговый.

Оценка образовательных результатов учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе носит вариативный характер.

Промежуточная аттестация проходит в течение учебного периода.

Текущий контроль проходит в форме творческого проекта, либо тестирования.

В конце учебного периода проводится итоговая аттестация в форме викторины и творческого проекта. При ДОТ – листы-задания для самостоятельной работы.

Формой отслеживания и фиксации образовательных результатов являются грамоты учащихся, принявших участие в различных конкурсах; фотоотчет.

**Оценочные материалы**

Для определения достижения учащимися планируемых результатов проводится диагностика и заполняется «Карта диагностики освоения программы и творческих достижений учащихся».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия,  имя учащегося | Оценка | | |
| Высокий  уровень | Средний  уровень | Низкий  уровень |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |

**Качество ЗУН** учащихся оценивается по трем уровням:

**Низкий –** учащийся требует постоянного внимания со стороны педагога, работу выполняет на репродуктивном уровне.

**Средний –** учащийся в большей степени работает самостоятельно, но копирует образец модели.

**Высокий –** учащийся работает самостоятельно, по собственным замыслам, вносит изменения в оформление задания, креативный уровень.

**Методические материалы**

**Дидактические принципы построения и реализации** **программы**

Общепедагогические принципы, обусловленные единством учебно-воспитательного пространства:

- принцип *культуросообразности:*построение и/или корректировка универ­сального эстетического содержания программы с учётом культурных традиций;

- принцип *сезонности:*построение и/или корректировка познавательного содержания программы с учётом природных и климатических особенностей данной местности в данный момент времени;

- принцип *систематичности и последовательности:* «от простого к сложному», «от близкого к далёкому», «от хорошо известного к малоизвестному и незнакомому»;

- принцип *цикличности:*построение и/или корректировка содержания программы с постепенным усложнением и расширением от возраста к возрасту;

- принцип *оптимизации и гуманизации*учебно-воспитательного процесса;

- принцип *интереса:*построение и/или корректировка программы с опорой на интересы отдельных детей и детского сообщества (группы учащихся) в целом.

При реализации программы используется следующие **методы обучения:**

-словесный (беседа, рассказ, обсуждение);

-наглядный (показ презентации, демонстрация моделей органов человека);

-репродуктивный (воспроизводящий);

-творческий.

При реализации программы используется следующие **методы воспитания:**

-упражнение (отработка и закрепление полученных компетенций);

-мотивация (создание желания заниматься данным видом деятельности);

-стимулирование (создание ситуации успеха).

Для достижения цели и задач программы используются современные **педагогические технологии**, которые учитывают интересы, индивидуальные возрастные и психологические особенности каждого учащегося, уровень стартовых образовательных компетенций.

**1.Проблемное обучение**

Создание в учебной деятельности проблемных ситуаций и организация активной самостоятельной деятельности учащихся по их разрешению, в результате чего происходит овладение знаниями, умениями, навыками, развиваются мыслительные способности.

**2.Разноуровневое обучение**

У педагога появляется возможность помогать слабому учащемуся, уделять внимание сильному, реализуется желание сильных учащихся быстрее и глубже продвигаться в образовании. Сильные учащиеся утверждаются в своих способностях, слабые получают возможность испытывать учебный успех, повышается уровень мотивации ученья.

**3.Исследовательские методы в обучении**

Дает возможность учащимся самостоятельно пополнять свои знания, глубоко вникать в изучаемую проблему и предполагать пути ее решения, что важно при формировании мировоззрения. Это важно для определения индивидуальной траектории развития каждого учащегося.

**4. Здоровьесберегающие технологии**

Использование данных технологий позволяют равномерно во время занятия распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с практической деятельностью, физкультминутками, определять время подачи учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, что дает положительные результаты в обучении.

Схема занятия:

1. Организационный этап – 2 мин.
2. Знакомство с темой занятия. Постановка целей и задач занятия. – 10 мин.
3. Актуализация знаний – 10 мин.
4. Первичное усвоение новых знаний (работа с проектором) – 10 мин.
5. Физкультминутка – 2 мин.
6. Проверка понимания изученной темы (проведение викторины, тестирования) – 4 мин.
7. Рефлексия (подведение итогов занятия) – 2 мин.
8. **Игровые технологии**

Применение игр на занятиях помогает быстро вовлечь всех учащихся в деятельность, вызывает эмоциональный настрой, что способствует установлению тесного контакта с учащимися, располагает к активной работе.

Важное условие реализации предлагаемой программы – совместное сотрудничество педагога и учащегося, дающее ребёнку возможность поверить в себя и свои способности, а педагогу – пробудить в нём чувства и способствовать раскрытию потенциала.

Для реализации программы необходима целенаправленная, систематическая, творческая деятельность педагога, учащихся и родителей. Понимание родителями необходимости данного материала, помощь педагогу в этой работе, вовлечение родителей в совместную деятельность даёт значительные положительные результаты в обучении детей.

**Список дидактических материалов:**

- видеоролики по пропаганде ЗОЖ;

- тесты; листы-задания для самостоятельных работ;

- дидактические игры; викторины;

- кроссворды;

- ребусы;

- загадки;

- загадки с подсказкой; загадки-обманки; рассказы-загадки;

- игры, сказки, ситуации.

Задания рассчитаны на непродолжительное время, их можно использовать на разных этапах занятия: в начале - с целью проверки, в середине занятия, в конце - для закрепления изученного материала.

Задания могут выполняться индивидуально, парами и группами, для само- и взаимоконтроля.

**Алгоритмы учебных занятий:**

*Занятие-знакомство, занятие диагностики базовых знаний.*

1. Организационный этап.

2. Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности.

3. Актуализация знаний.

4. Первичное усвоение новых знаний.

5. Первичная проверка понимания

6. Первичное закрепление.

8. Рефлексия (подведение итогов занятия)

*Занятие систематизации и обобщения знаний*

1. Организационный этап.

2. Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности.

3. Актуализация знаний.

4. Обобщение и систематизация знаний. Подготовка учащихся к обобщенной деятельности. Воспроизведение на новом уровне (переформулированные вопросы).

5. Применение знаний и умений в новой ситуации

6. Рефлексия (подведение итогов занятия)

*Занятие контроля и оценки знаний*

1. Организационный этап.

2. Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности.

3.Выявление знаний, умений и навыков, проверка уровня сформированности у учащихся общеучебных умений. (Задания по объему или степени трудности должны соответствовать программе и быть посильными для каждого учащегося). Занятия контроля могут быть в виде письменного контроля, в сочетании устного и письменного контроля. В зависимости от вида контроля формируется его окончательная структура.

4. Рефлексия (подведение итогов занятия).

*Занятие проверки умений и навыков, практическая работа*

1. Организационный этап.

2. Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности.

3. Итоги диагностики (контроля) знаний, умений и навыков. Определение типичных ошибок и пробелов в знаниях и умениях, путей их устранения и совершенствования знаний и умений. В зависимости от результатов диагностики планируются способы обучения - коллективные, групповые и индивидуальные.

4 Рефлексия (подведение итогов занятия)

*Комбинированное занятие*

1. Организационный этап.

2. Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности.

3. Актуализация знаний.

4. Первичное усвоение новых знаний.

5. Первичная проверка понимания

6. Первичное закрепление

7. Контроль усвоения, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция.

8. Рефлексия (подведение итогов занятия)

**Литература для педагога:**

1. Абрамова И. В., Бочкарёва Т. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: методическое пособие. Самара: СИПКРО, 2016.

2. Авилова С. А., Т. В. Калинина. Игровые и рифмованные формы физических упражнений: сценки, игры-подражания, комплексы упражнений, стихотворения с движениями. Волгоград: Учитель, 2015.

3. Амосов, Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритмы здоровья [Текст]: - М.: АСТ, Донецк: «Сталкер», 2016.

4. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2017.- 265 с.

5. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2017 г. - / Мастерская учителя.

6. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2015. – № 11. – С. 175–178.

7. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57. Федеральный портал «Дополнительное образование детей» - http://www.vidod.edu.ru/ Интернет-ресурсы: http:// sipkro.ru, nsportal.

**Литература для учащихся**

1. Лазарева М.П. Юные учителя здоровья. М., - 2015, - 126 с.

2. Ротенберг Р.С. Расти здоровым. Детская энциклопедия (пер. с англ.)- М.: Физкультура и спорт, 2016, - 287 с.