ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
педагогического совета
МБУДО «ДДК им.А.П.Бринского»
от 28 августа 2020 г
Протокол №1

УТВЕРЖДЕНА
директор _____ Л.В.Багиева
29 августа 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности объединения «Уроки красоты и здоровья»

Возраст обучающихся: с 7 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Медведева Л.И

Педагог дополнительного образования

г.Нижний Новгород, 2020 год

Пояснительная записка.

Здоровье подрастающего поколения – важный показатель качества жизни общества и государства. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья порастающего поколения регламентируются федеральным и региональным законами «Об образовании», Семейным кодексом Российской федерации, «Основами законодательства об охране здоровья граждан Российской Федерации» В соответствии с Законом РФ «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.
По данным Минздрава России, лишь 14% детей, закончивших школу, практически здоровы, более 50% имеют различные функциональные отклонения, 35-40% - хронические заболевания.
Среди факторов, формирующих здоровье подрастающего поколения, доля воздействия так называемых «школьных» факторов, в том числе педагогических, составляет 20%, тогда как влияние медицинского обеспечения оценивается лишь в 10-15%. Несоблюдение школьных санитарно-гигиенических норм, чрезмерная учебная нагрузка, нарушение режима дня, стрессовые ситуации, недостаточная двигательная активность способствуют росту нарушений в состоянии здоровья школьников.

Следовательно, лишь совместными усилиями медицинских работников и педагогов при заинтересованности родителей возможна минимизация воздействия неблагоприятных факторов обучения на здоровье детей.
Известно, что семейная наследственность и экологическая обстановка являются неуправляемыми факторами – они заданы «свыше» и на них очень трудно воздействовать; также трудно управляемо и состояние окружающей среды – магнитные бури, озоновые дыры и т. д. Наиболее мощным фактором, определяющим состояние здоровья человека, является его образ жизни.

Образ жизни – это типичные и существенные в сложившихся социально-экономических условиях формы жизнедеятельности человека. Принято считать, что образ жизни на 50-60% определяет состояние здоровья человека. Это наиболее управляемый фактор, полностью зависящий от самого человека.

Однако, для ребёнка ценность здоровья не всегда очевидна.
Для того, чтобы он активно участвовал в формировании и поддержании своего здоровья, необходимо на доступном уровне объяснять ему те преимущества, которые оно даёт, - сформировать мотивацию.

Отличительной особенностью младших школьников является их большое желание, интерес, познавательная активность, высокая эмоциональность во время занятий, а это благоприятная почва для формирования у ребёнка комплексов знаний, установок, правил поведения, привычек и, следовательно, позитивного отношения к здоровым привычкам, потребности быть здоровым, успешным в учёбе. Особое место в оздоровительном процессе отводится внедрению в повседневную деятельность школьника здоровьесберегающих технологий. Данная программа поддерживается школами и семьями воспитанников , т.к. помогает систематизировать воспитательную работу с младшими школьниками, способствует формированию нравственных установок на здоровый образ жизни, обогащению общей культуры школьника, в значительной мере решает проблему занятости.

В программе «Уроков» в тесной связи с темой природы и физического здоровья затрагивается тема внешности человека. Так или иначе, педагог должен оказывать поддержку и помощь ребёнку в этой проблеме. Воспитывая эстетический вкус мальчиков и девочек, нужно давать им понять, что ценность человека не в том, какова его внешность; она не должна заслонять более важные стороны личности. Однако, опрятный вид, подчёркнутый вкус только поспособствует успешности человека. Тем более, что в современном обществе красота очень часто связывается и с успехом в жизни.

Следовательно, ***создание условий для формирования у детей позитивного отношения к здоровому образу жизни и понимания необходимости бережного отношения к здоровью*** есть ***цель*** программы *«Уроков красоты и здоровья»*

Задачи программы.

Образовательные:

- познакомить детей с технологиями, сберегающими здоровье

- формирование представлений о позитивных факторах, влияющих на здоровье и об опасности вредных привычек

Воспитательные:

- формирование у детей понимания красоты как следствие здоровья, умения видеть прекрасное;

- формировать потребность в нравственных жизненных установках.

Развивающие:

- содействие развитию физических, творческих, интеллектуальных способностей учащихся,

- развитие восприятия детьми целостности природы и себя как части природы;

Адресат программы: дети с 7 лет

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Приоритеты работы «Уроков»

-обеспечение активных, интеллектуально и эмоционально насыщенных занятий

- создание благоприятного психологического климата на уроках

- создание условий, способствующих восстановлению духовно-физического потенциала детей.

Основные принципы программы:

-Принцип духовно-нравственного воспитания (гуманистическая направленность воспитания, природосообразность, культуросообразность);

Принцип организации занятий

- наглядность,
- преемственность,
- целенаправленность,
- доступность,
- учёт возрастных и индивидуальных особенностей детей,
  -систематичность и последовательность,
  -связь теории с практикой

Принцип направленности на развитие

возможностей, способностей и личностных качеств каждого ребёнка на основе индивидуального подхода с целью формирования позитивных установок на здоровый образ жизни

Характеристика видов деятельности.

-сочетание духовно-нравственного воспитания и физического развития

- воспитание волевых качеств, интеллектуальных способностей и физических навыков

Методы реализации программы.

Наглядный метод : наблюдения, рассматривание картин, иллюстраций,

иллюстрированный рассказ с использованием кинопоказа, просмотра видео-роликов, с дальнейшим обсуждением, дискуссиями,

Практический: дидактические игры, разучивание комплексов упражнений совместно с педагогом; создание проблемных ситуаций; разыгрывание ситуаций; восприятие музыкальных и литературных произведений; выполнение творческих заданий; использование современных информационных технологий; работа с текстами, детской справочной литературой; игры,

Словесный метод:

- Чтение произведений литературы с последующим обсуждением и творческим заданием; речевой образец, пояснение, повторение, объяснение

- Представление творческих работ.

Метод создания проблемной ситуации:

-Практическое творчество (применение детьми известных знаний в новой ситуации)

- художественное творчество (рисование, сочинения)

Формы работы с детьми:

Групповые

Творческая деятельность

Подвижные, дидактические игры

Использование м/м технологий: создание презентаций

Исследовательская деятельность обучающихся

Экскурсии, прогулки на свежем воздухе

Участие в организации выставок

Программа *«Уроки красоты и здоровья»* рассчитана на 144 часа;

Занятия проводятся 2 раза в неделю, по группам

Ожидаемые результаты:

- формирование мотивации к здоровому образу жизни
- освоение навыков и техник сохранения здоровья
- развитие физических, творческих способностей младших школьников
- формирование эстетического вкуса

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

	Разделы, темы	***Всего часов***	***Теор***	***Практика***	***контроль***
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	***2***	***1***	***1***	Беседа
	1. Красота и здоровье				
1.1 ***1.2*** ***1.3***	***Красота вокруг нас.*** ***Времена года. Законы природы.*** ***Человек – часть природы***	***12*** ***26*** ***10*** ***1***	***6*** ***10*** ***4*** ***0,5***	***6*** ***16*** ***6*** ***0,5***	Анкетирование. творческое задание
	2. Образ жизни				
2.1 ***2.2*** ***2.3***	***Семья. Семейные традиции.*** ***Полезные и вредные привычки.*** ***Основные постулаты здоровья.***	***16*** ***26*** ***8*** ***1***	***8*** ***10*** ***4*** ***0,5***	***8*** ***16*** ***4*** ***0,5***	Беседа, творческое задание
	3. «Треугольник здоровья»				

3.1 ***3.2*** ***3.3***	***«Структура»*** ***«Химия»*** ***«Психология»***	***18*** ***12*** ***7*** ***2***	***8*** ***4*** ***3*** ***1***	***10*** ***8*** ***4*** ***1***	Анкетирование. творческое задание
	Промежуточная аттестация: ***1.Анкетирование.Творческое задание*** ***2.Тестирование. Конкурс.*** ***Итоговая аттестация:*** ***Устный опрос; Творческая работа***	 ***1*** ***1*** ***1***	 ***0,5*** ***0,5*** ***0,5***	 ***0,5*** ***0,5*** ***0,5***	
	ВСЕГО:	***144***	***61,5***	***82,5***	

Содержание учебного плана

Тема 1.1 «Красота вокруг нас»	
Теоретические сведения	Практическая работа
Что такое красота. Музыкальный салон. Прослушивание песни Ю.Антонова. «Живёт повсюду красота» Видео-кадры «Красиво-безобразно» Цвет. Тон. Воздействие цвета на человека. Как связаны красота и здоровье. «Поделись улыбкою своей»	*Видео.* Беседа, обсуждения. Стихи о красоте. Дидактическая игра «Красиво-безобразно» Игры «Аукцион улыбок» Творческое задание «Мой любимый цвет» Обсуждения Комментарии к м\ф «Крошка Енот»
Тема 1.2 «Времена года. Законы природы».	
Четыре времени года. Осень.Образ жизни осенью Зима. Образ жизни зимой Весна. Образ жизни весной Лето. Образ жизни летом Четыре типа внешности человека Музыкальный салон. Просмотр видео-кадров «Осень золотая».	Прогулки на свежем воздухе: наблюдения, сравнения, обсуждения. Собирание природного материала. Игры на свежем воздухе. Игры «Кочки» «Замри», «Воробьи и кошка». Игры с мячом: «Я знаю пять имён…» Игры со скакалкой: «Про рыбака и рыбку», «По свистку» Игры: «Угадай животное». Стихи об осени. Изготовление осенних поделок.
1.3. Человек – часть природы	
Общие законы человека и природы.	

Человек разумный. Способности человека Наука экология. Среда обитания человека.	Игры на творческие способности: «Закончи сказку», «Интересный рисунок». Подвижные игры: «Метелица», «Листопад», «Ржавый робот» *Оценочная аттестация.* Выставка рисунков «Живёт повсюду красота»
2.1 Семья. Семейные традиции	
«Родительский дом – начало начал» Род. Родня. Родина. Родина большая и малая. Что такое традиции. Какие бывают традиции.	Музыкальный салон. «С чего начинается Родина». Беседа. Обсуждения. Генеалогическое дерево. Игры с мячом: «Я знаю 5 имён», «Три стихии», «Найди свой дом» Викторина «Имена»
2.2. Полезные и вредные привычки	
Здоровые привычки. Увлечения. Хобби. Вредные привычки и здоровье. Сила воли. Воспитание себя. Наука гигиена. Кожа: её функции; уход за кожей Микробы и вирусы. Профилактика заболеваний. Закаливание.	Видео-салон. «Из жизни знаменитостей». Обсуждения. Выводы. Презентация своего хобби. Видео-фильм «Самый сильный стимул». Обсуждения. Выводы. Логические игры: «Привычка – характер, характер-судьба» Упражнения и манипуляции, предупреждающие простудные заболевания
2.3 Основные постулаты здоровья	
Факторы, определяющие здоровье и долголетие; секреты долгожителей. Физиологические часы человека. Чередование труда и отдыха.	Прогулки на свежем воздухе: Игры со снегом; Конкурс на лучшую снежную фигуру. Принципы правильного питания Видео-фильм «Секреты долгожителей»

Распорядок дня организма. Роль сна в жизни человека.	*Оценочная аттестация* Презентация творческих работ «Генеалогическое дерево»
3.1 «Треугольник здоровья» «Структура»	
Что такое «Треугольник здоровья». Скелет. Позвоночник. Три отдела позвоночника. Мышцы. Внутренние органы. Головной мозг; память. Зрение. Сердце. Лёгкие.	Комплекс упражнений для шейно-воротниковой зоны. Комплекс упражнений для грудного отдела позвоночника. Комплекс упражнений для поясничного отдела позвоночника. Упражнения для красивой походки. Физические упражнения, предупреждающие простудные заболевания.
3.2 «Треугольник здоровья». «Химия»	
Что мы называем «химией» нашего организма. Воздух. Вода. Пища. Что такое сбалансированное питание. Диета. Белки. Жиры. Углеводы.	Видео-фильм «Интересные факты о воде». Комментарии. Обсуждения. Игра «Составь меню»
3.3 «Треугольник здоровья» «Психология»	
Характер. Темперамент. Настроение. Взаимоотношения. Дружба. «Доброе сердечко». Успех. Просмотр м\ф «Снежная королева»	Игры «Угадай» «Добрые слова» Творческая работа «Портрет моего друга» Представление творческих работ; рассказ по портрету второго лица. Дискуссии, обсуждения.

Календарный учебный график

№	Время проведени	Кол час	Тема занятия	Форма контроля

	я			
1.		**2**	**Вводное занятие. Входная диагностика Техника безопасности.**	**Беседа, опрос**
Раздел 1. «Красота и здоровье»				
2.		**2**	**Что такое красота. Музыкальный салон «Живёт повсюду красота»»**	**Наблюдение, беседа**
3.		**2**	**Красота в природе и в жизни. Дидактическая игра «Красиво-безобразно»**	**Наблюдение, беседа, опрос**
4.		**2**	**Цвет. Тон. Воздействие цвета на человека. Рисунок «Мой любимый цвет»**	**Наблюдение, творческое задание, опрос**
5		**2**	**«Поделись улыбкою своей». Красота и польза улыбки. М\ф «Крошка Енот», обсуждения**	**Наблюдение, беседа**
6		**2**	**Что такое здоровье. Признаки здоровья. Подвижная игра «Угадай»**	**Устный опрос, наблюдение**
7		**2**	**Красота и здоровье. «Красота – зеркало нашего здоровья» Игра «Зеркало»**	**Устный опрос, наблюдение**
8		**2**	**Четыре времени года. Прогулки на свежем воздухе. Наблюдения. Игры «Воробьи и кошка», «Замри», «Кочки» Собирание природного материала**	**Наблюдение, беседа, опрос**
9		**2**	**Осень. Красота и благо осени. Игры с мячом «Я знаю 5 имён…», «Съедобно-несъедобно»**	**Устный опрос, беседа,наблюдение**
10		**2**	**Образ жизни осенью. Основные приметы осени. Игра «Правила природы»**	**Устный опрос, наблюдение**
11		**2**	**Живая природа. Прогулки, наблюдения. Игры «Угадай животное»**	**Наблюдение**
12		**2**	**Неживая природа. Прогулки, наблюдения Игры со скакалкой «Про рыбака и рыбку», «По свистку»**	**Наблюдение**
13		**2**	**Музыкальный салон «Осень**	**Устный опрос,**

			золотая» Видео-кадры, комментарии стихи об осени.	**наблюдение**
14		**2**	**Работа с природным материалом. Изготовление поделок «Птичий двор», «Лесная сказка»**	**Опрос, наблюдение**
15		**2**	**Поведение животных осенью. Просмотр видео-материала. Игра «Закончи сказку»**	**Устный опрос, наблюдение**
16		**2**	**Время года – зима. Образ жизни зимой. М\ф «Почему медведь зимою спит». Обсуждения, выводы.**	**Устный опрос, наблюдение**
17		**2**	**Весна. Образ жизни весной. Игры «Ручеёк», «Берегись!»**	**наблюдение**
18		**2**	**Лето. Образ жизни летом. Дидактическая игра «Всему своё время»**	**Устный опрос, наблюдение**
19		**2**	**Творческая работа «Моё любимое время года». Работа с литературой, словарём**	**Наблюдение; творческое задание**
20		**2**	**Презентация творческих работ «Моё любимое время года»**	**Наблюдение, опрос**
21		**2**	**Четыре типа внешности человека: «осень», «зима», «весна», «лето»**	**Наблюдение, опрос**
22		**2**	**Что такое законы природы.Общие законы человека и природы. Подвижные игры «Метелица», «Листопад», «Ржавый робот»**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
23		**2**	**Зачем человеку нужна природа. Загадки о живой и неживой природе.**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
24		**2**	**Зачем природе нужен человек. Изготовление эскизов кормушек для птиц**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
25		**2**	**Человек разумный. Умственные способности человека. Физические способности человека Игры-соревнования «Кто больше», «Кто сильнее»**	**Наблюдение, опрос,**
26		**2**	**Выставка творческих работ «Живёт повсюду красота»**	**Устный опрос,**
Раздел 2 «Образ жизни»				
27		**2**	**Музыкальный салон «С чего начинается Родина». Размышления. Обсуждения. Игра «Перевёртыши» со словами**	**Наблюдение, устный опрос, творческое задание**

28		**2**	**«Род. Родня. Семья.» Моя семья. Игра «Конкурс песен» с двумя «семьями»**	**Наблюдение, устный опрос, творческое задание**
29		**2**	**Родина малая. Игры «Закончи предложение», «Нарисуй свой рассказ» с комментариями второго лица.**	**Наблюдение, устный опрос, творческое задание**
30		**2**	**Родина большая. Видео-фильм «Россия-страна, в которой мы живём». Стихи о России.**	**Наблюдение, устный опрос**
31		**2**	**Что такое традиции. Какие бывают традиции. Работа со справочной литературой. Видео-материал. Дискуссии, обсуждения.**	**Наблюдение, устный опрос**
32		**2**	**Наши семейные традиции Семейные праздники**	**Наблюдение, устный опрос, творческое задание**
33		**2**	**Что такое генеалогическое дерево. Видео-кадры, комментарии. Составление эскизов генеалогического дерева**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
34		**2**	**Семейные ценности Викторина «ИМЕНА»**	**Наблюдение, опрос,**
35		**2**	**Что такое привычки. Ваши привычки Видео-игра «Хорошо-плохо»**	**Наблюдение, опрос**
36		**2**	**Здоровые привычки. Увлечения. Хобби. Презентация своего хобби**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
37		**2**	**Чем занимается наука гигиена. Гигиенические процедуры. Просмотр м/ф «Мойдодыр» Обсуждения.**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
38		**2**	**Спорт. Виды спорта. Просмотр видео-ролика «Самый сильный стимул» Комментарии. Обсуждения.**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
39		**2**	**Закаливание. Принципы закаливания.**	**Наблюдение, опрос**
40		**2**	**Вредные привычки и здоровье: опасные последствия вредных привычек.**	**Наблюдение, опрос**
41		**2**	**Наука гигиена. «Никогда не мойте руки…». Чтение «Вредных советов» Григория Остера**	**Наблюдение, опрос**
42		**2**	**Микробы и вирусы. Видео.**	**Наблюдение, опрос**

43			**Простудные заболевания, причины. Причины простудных заболеваний**	**Наблюдение, опрос**
44		**2**	**Гигиенические процедуры, предупреждающие простудные заболевания.**	**Наблюдение, опрос**
45		**2**	**Кожа человека. Её функции. Уход за кожей**	**Наблюдение, опрос**
46		**2**	**Зубы. Уход за полостью рта**	**Наблюдение, опрос**
47		**2**	**Что такое иммунитет М\ф «Наши друзья» Обсуждения, выводы**	**Наблюдение, опрос**
48		**2**	**Факторы, определяющие здоровье и долголетие. Секреты долгожителей**	**Наблюдение,**
49		**2**	**Физиологические часы человека. Чередование труда и отдыха. Игра «День- ночь»**	**Наблюдение, опрос**
50		**2**	**Роль сна в жизни человека. Видео-материал «Что происходит во сне»**	**Наблюдение, опрос**
51			**Сила воли. Воспитание себя. Упражнения для воспитания силы воли**	**Наблюдение, опрос**
52		**2**	**Итоговое по разделу Представление творческих работ «Генеалогическое дерево»**	**Наблюдение, опрос**
Раздел 3. «Треугольник здоровья»				
53		**2**	**«Треугольник здоровья» Игра-эксперимент**	**Наблюдение, опрос**
54		**2**	**Скелет человека. Позвоночник.Просмотр м\ф «Из чего мы состоим» Обсуждения.**	**Наблюдение, опрос**
55		**2**	**Три отдела позвоночника. Шейно-воротниковая зона. Упражнения для ш-в зоны**	**Наблюдение, опрос**
56		**2**	**«Голова всему венец». Головной мозг. Зрение. Слух. Видео-материал**	**Наблюдение, беседа**
57		**2**	**Грудной отдел позвоночника. Лёгкие. Видео-фильм «Наши лёгкие»**	**Наблюдение, опрос**
58		**2**	**Сердце. М\ф «Как работает наше сердце» Упражнения для ГОП**	**Наблюдение, опрос**
59		**2**	**Поясничный отдел позвоночника. Внутренние органы человека, связанные с ПОП. Упр-я для ПОП**	**Наблюдение, опрос**

60		**2**	**Комплекс упражнений для рук. Пальчиковые манипуляции.**	**Наблюдение, опрос**
61		**2**	**Упражнения для профилактики плоскостопия. Игра «Горох»**	**Наблюдение, беседа**
62		**2**	**«Треугольник здоровья» «Химия»**	**Наблюдение, беседа, опрос**
63		**2**	**Вода. Видео «Интересные факты о воде» Обсуждения, комментарии.**	**Наблюдение, беседа, опрос**
64		**2**	**Воздух. Чем мы дышим. Как мы дышим.**	**Наблюдение, беседа, опрос**
65		**2**	**Питание –«горючее» нашего организма. Сбалансированное питание**	**Наблюдение, беседа, опрос**
66		**2**	**Белки. Жиры. Углеводы. Игра «Составь меню»**	**Наблюдение, опрос**
67		**2**	**«Треугольник здоровья». «Психология».**	**Наблюдение, опрос**
68		**2**	**Характер. Чтение рассказа А.Пантелеева «Честное слово». Обсуждения.**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
69		**2**	**Взаимоотношения. Дружба. Работа над термином «дружба».**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
			Чтение рассказа В.А.Осеевой «Синие листья». Обсуждения.	
70		**2**	**Музыка в жизни человека. Интересные факты**	**Наблюдение, опрос, творческое задание**
71		**2**	**Конкурс «Защита времени года»**	**Наблюдение, опрос**
72		**2**	**Выставка рисунков «Планета здоровья»**	**Наблюдение, опрос**
Итого: 144ч				

Текущий контроль

Усвоение программы учащимися предполагает проведение диагностики: **входной** - (сентябрь), **промежуточной** (декабрь, май), **диагностики по итогам освоения программы** (май), а также текущей, которая включает в себя контроль полученных теоретических знаний и практических навыков по итогам прохождения каждого раздела программы.

Входная диагностика обучающихся по программе «Уроки красоты и здоровья» проходит в начале обучения с целью выяснить уровень знаний о здоровом образе жизни. Диагностика проводится в форме письменного опроса *«Вопрос-ответ»*

Тестовый материал к входной диагностике

1. Что значит для Вас быть здоровым?
2. Какие признаки нездоровья, болезни Вы знаете?
3. Что нужно делать для того, чтобы быть здоровыми, не болеть?
4. Для чего человеку нужно здоровье?

Оценочный материал к входной диагностике (сентябрь)

Вопросы	*Уровни*		
	низкий	средний	высокий
Что значит быть здоровым	Ребёнок ничего не отвечает, или отвечает, но предложения не связаны друг с другом	Ребёнок отвечает на вопрос при помощи наводящих вопросов, ему требуется посторонняя помощь	Ребёнок отвечает на вопрос без посторонней помощи
Какие признаки нездоровья ты знаешь	Ребёнок затрудняется ответить на этот вопрос, отвечает неправильно или совсем не отвечает	Ребёнок перечисляет не больше 1 признака, дальше могут быть неправильные ответы	Ребёнок правильно перечисляет несколько признаков или хотя бы 2-3
Что нужно делать, чтобы быть здоровым	Ребёнок отвечает неправильно.	Среди нескольких ответов не больше одного - правильный ответ	2-3-4 правильных ответа, может быть и больше.
Для чего человеку нужно здоровье?	Ребёнок затрудняется ответить	Ребёнок пытается сформулировать ответ, прибегая к помощи взрослого	Ребёнок без затруднения перечисляет несколько ответов без посторонней помощи

Промежуточная аттестация обучающихся по программе «Уроки красоты и здоровья» проходит 2 раза в год после прохождения раздела № 1 , 2 и после изучения разделов 2,3

Оценочный материал к промежуточной аттестации осуществляется по двум показателям:

1. Теоретическая подготовка
2. Практическая деятельность

Теоретическая часть

Анкета

«Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни»

(промежуточная аттестация, декабрь)

Внимательно прочитай и ответь на вопросы

1.Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь ему.
Подчеркни, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с самым лучшим другом:

Мыло, зубная паста, мочалка, зубная щетка,
шампунь, тапочки, полотенце для тела

2.Ты назначен дежурным и должен проследить за тем, как твои друзья соблюдают правила гигиены.
Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:

- ✓ Перед чтением книги перед едой
- ✓ Перед посещением туалета, перед тем как идешь гулять
- ✓ После посещения туалета после игры в баскетбол
- ✓ После того, как заправил постель

  После того как поиграл с кошкой

3.Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ?

Каждый день,
2-3 раза в неделю,
1 раз в неделю

4.Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь?

- Положить палец в рот
- Подставить палец под кран с холодной водой
- Помазать ранку йодом
- Помазать кожу вокруг ранки йодом

5.Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Выбери 4 из них:

- ✓ Иметь много денег
- ✓ Иметь интересных друзей
- ✓ Много знать и уметь
- ✓ Быть красивым и привлекательным
- ✓ Быть здоровым
- ✓ Иметь любимую работу
- ✓ Быть самостоятельным
- ✓ Жить в счастливой семье

6.Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Выбери 4

- ❖ Регулярные занятия спортом
- ❖ Деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать
- ❖ Хороший отдых
- ❖ Знания о том, как заботиться о здоровье
- ❖ Хорошие природные условия
- ❖ Возможность лечиться у хорошего врача

7.Напиши, какие из перечисленных мероприятий ты больше предпочитаешь

- ➢ Уроки, обучающие здоровью
- ➢ Спортивные соревнования
- ➢ Классные часы о том, как заботиться о здоровье
- ➢ Викторины, конкурсы, игры
- ➢ Показ фильмов о том, как заботиться о здоровье
- ➢ Праздники на тему здоровья.

Оценочный материал к промежуточной аттестации (декабрь)

1.Теоретическая подготовка (знание по темам разделов)

-*Анкетирование* проводится с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

Высокий уровень знаний 3 балла: у ребенка сформирован высокий уровень представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни.
средний уровень знаний 2 балла: у ребёнка правильное мышление, но иногда он допускает ошибки
низкий уровень знаний 1 балл: у ребёнка нет элементарных знаний о здоровом образе жизни и ценности здоровья

Практическая часть

Изготовление эмблемы здоровья.

Представление на обсуждение. Комментарии.

Оценочный материал к промежуточной аттестации (декабрь)

3. Практическая подготовка

Выполнение творческого задания («Эмблема здоровья») проходит самостоятельно и выявляет творческие способности и личностные качества каждого ребёнка.

Творческие работы представляются (по желанию ребёнка) на обсуждение коллектива группы, с комментарием.

Высокий уровень 3 балла – Ребенок без замечания, без помощи педагога самостоятельно выполняет задание, дает полное объяснение его смысла и значения.

Средний уровень 2 балла- Ребенок выполняет творческое задание, используя помощь педагога, т.к. затрудняется в комментариях.

Низкий уровень 1 балл- Ребенок не может самостоятельно выполнить практическое задание, т.к. не может объяснить содержание задания или отказывается его выполнить.

Промежуточная аттестация, май

Теоретическая часть

Тестовый материал к промежуточной аттестации, май

1. Какие явления природы вы знаете?

2.Какие основные биоритмы человека вы можете назвать

3.Что общего есть в явлениях природы и человека

4.Перечислите важные для человека гигиенические процедуры

5.Какие «гигиенические процедуры» вы наблюдали у животных

6.Что такое «среда обитания» человека

7.Какие условия для человека в системе «человек – среда обитания» вы знаете

Оценочный материал к промежуточной аттестации (май)

1.Теоретическая подготовка (знание по темам разделов)

-*Анкетирование* проводится с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

Высокий уровень знаний 3 балла: у ребенка сформирован высокий уровень представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни.
средний уровень знаний 2 балла: у ребёнка правильное мышление, но иногда он допускает ошибки
низкий уровень знаний 1 балл: у ребёнка нет элементарных знаний о здоровом образе жизни и ценности здоровья

Практическая деятельность

Конкурс *«Защита времени года»*

<u>Оценочный материал к промежуточной аттестации (май)</u>
(практическая деятельность)

Высокий уровень знаний 3 балла: ребёнок активно участвует в конкурсе, правильно отвечает на вопросы, успешно проходит все туры конкурса
средний уровень знаний 2 балла: ребёнок пользуется подсказками педагога, иногда ошибается, но справляется с заданиями
низкий уровень знаний 1 балл: ребёнок неправильно выполняет задания, не понимает вопросов и условий конкурса

<u>Итоговый контроль</u> обучающихся по программе «Уроки красоты и здоровья» осуществляется в конце года по двум показателям.

Тестовый материал к итоговому контролю

Подчеркните ответы, которые, на ваш взгляд, являются правильными

1. <u>Факторы, положительно влияющие на здоровье:</u>

- ✓ физическая культура
- ✓ закаливание
- ✓ гигиена
- ✓ режим дня
- ✓ рациональное питание
- ✓ очистка организма
- ✓ полноценный сон
- ✓ оздоровительный отдых
- ✓ психическое благополучие

самоконтроль здоровья
понимание со стороны родителей и взрослых

2. Факторы, отрицательно влияющие на здоровье:

- ✓ недостаток движений
- ✓ нежелание заниматься своим здоровьем
- ✓ неправильное питание
- ✓ отсутствие интереса к здоровью
- ✓ конфликтность
- ✓ несоблюдение гигиенических правил
- ✓ нерациональный режим дня
- ✓ телевидение, интернет
- ✓ неполноценный сон
- ✓ избыточный вес
- ✓ переедание

Оценочный материал к итоговому контролю

1. Теоретическая подготовка

Высокий уровень – 3 балла. Ребенок справился с тестом. Ответил на 5-6 вопросов каждого раздела. Освоен практически весь объем знаний по программе.

Средний уровень – 2 балла. Ребенок справляется с тестированием, дал 3-4 правильных ответа по каждому разделу, его объем знаний по программе более 1/2

Низкий уровень - 1 балл. Ребенок не справляется с тестированием, т.е. правильных ответов не более чем 1-2, его объем знаний по программе менее 1/2

2. Практическая подготовка

Выставка рисунков *«Планета здоровья» с комментариями,* целью которой является обобщение знания детей по здоровому образу жизни.

Оценочный материал к итоговому контролю

1. **Практическая подготовка**

Высокий уровень – 3 балла. Ребенок без помощи педагога самостоятельно выполняет задание, содержание его рисунка соответствует объявленной теме; делает комментарии к своей работе.

Средний уровень - 2 балла. Ребенок выполняет практическое задание, используя помощь педагога, несколько затрудняется в комментариях.

Низкий уровень - 1 балл. Ребенок не может самостоятельно выполнять задания, путается или отказывается их выполнять, т.к. не понимает задания.

Методические материалы программы

№	Тема	Форма работы	Методы и приёмы	Дидактический материал	Оснащение ТСО
1.	*Красота вокруг нас*	*Урок-беседа, Муз.салон Видео-салон*	*Рассказ, беседа, просмотр видео-материала, обсуждения, Анкетирование Дидактические игры*	*Фотокадры, музыкальный материал, видео-материал, литература, иллюстрации*	*Магнитофон, м/м пр*
2.	*Времена года. Законы природы*	*Урок-беседа, Муз.салон Видео-салон*	*Беседа, рассказ. Прогулки и игры на свежем воздухе, наблюдения, комментарии. Викторины.*	*Книжные иллюстрации, Видео-материал. Детская справочная литература*	*Спортивный инвент фотоаппарат, ноут*
3.	*Человек – часть природы*	*Урок-беседа*	*Рассказ, беседа, просмотр видео-материала, игры, исследование, Рисование, выставки*	*Видео-материал. Детская литература*	*Интернет-ресурсы, м/м проектор, магни фотоаппарат*
4.	*Семья. Семейные традиции*	*Урок-беседа, литературная гостиная, встречи.*	*Беседа, рассказ, комментарии, викторины, литературные чтения, рисование, выставки*	*Книги, журналы, семейные фото-альбомы*	*Ноутбук, интернет-*
5.	*Полезные и вредные привычки*	*Урок-беседа, встречи; видео-салон*	*Рассказ, беседа, «мозговой штурм», обсуждения, дискуссии исследование, дидактические игры Метод проблемной ситуации*	*Видео-материал, детская энциклопедия, детская справочная литература, иллюстрации карикатуристов, Дидактический материал*	*Видео-аппаратура, м\м проектор*
6.	*Основные постулаты здоровья*	*Урок-беседа, Видео-салон, встречи, музыкальный салон*	*Рассказ, беседа, просмотр видео-материала*	*м\м презентации, иллюстрации, музыкальный материал*	*Магнитофон, м\м пр*
7.	*«Треугольник здоровья». «Структура»*	*Урок-беседа, Видео-салон, рассказ.*	*Игра-эксперимент, беседа, рассказ, видео-материал*	*Таблицы, схемы, иллюстрации, детская энциклопедия, видео-материал.*	*Спортивный инвент аппаратура*
8.	*«Треугольник здоровья». «Химия»*	*Урок-беседа, Видео-салон, рассказ, встречи*	*Беседа, рассказ, просмотр видео-фильма, Игра*	*Видео-материал, иллюстрации, печатная продукция.*	*М\м проектор, ноут интернет-ресурсы*
9.	*«Треугольник здоровья». «Психология»*	*Урок-беседа, музыкальный салон, видео-салон, встречи*	*Рассказ, беседа, просмотр видео-материала, игры*	*Видео-материал,печатная продукция, детская энциклопедия.*	*М\м проектор, инте ресурсы*

- **Условия реализации программы:**

Для успешной реализации программы необходимы следующие условия:

Материально-техническое обеспечение:

Учебный класс

Канцтовары

Музыкальная аппаратура

Микрофоны

Ноутбук

Медиапроектор

Экран

Столы, стулья

Игровой инвентарь

Костюмы, реквизиты.

Информационное обеспечение:

Справочная литература

Папка с разработками теоретических материалов по темам программы

Тестовые методики

Банк интерактивных игр и упражнений

Разработки тренингов, сценариев

Сайт ddkbrin@yandex.ru

Кадровое обеспечение:

Педагоги-организаторы
Звукорежиссер
Педагог-психолог

Формы работы с родителями

«*Чтобы узнать ребенка, надо хорошо знать его семью»,*- писал В.А.Сухомлинский.

Сотрудничество с семьями обучающихся помогает педагогу понять индивидуальные особенности и способности ребёнка, преодолевать трудности в усвоении подаваемого материала программы, его воспитании, предотвращать негативные проявления в поведении детей, формировать ценные жизненные ориентиры. В то же время родители, общаясь с педагогом, могут повысить свой педагогический уровень, преодолеть трудности взаимоотношений, нередко возникающие между детьми и родителями.

- Родительские собрания

-«Цели и задачи работы «Уроков красоты и здоровья»

- Анкетирование «Семейные приоритеты»

сентябрь

-«Итоги обучающего курса «Уроков»

май

- Тематические встречи

«Часто болеющие дети» ноябрь

«Профилактика вредных привычек» январь

- **Список литературы**

1.Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», 29.12.2012г

2.Конвенция ООН «О правах ребёнка».

3.«Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017гг». Указ президента Российской Федерации от 1 июня 2012г., №761

4.«Межведомственная программа развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020года»

5.Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы;

6.Приказ МО РФ №1008 от 30.08.2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»

7.Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020гг», 2015г

8.Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России., М., «Просвещение», 2010г

9.Манулов Д.Д. Формирование активной личности подростка, «Дополнительное образование и воспитание», 2012, №9

10.Лутошкин «Как вести за собой», М., «Просвещение»,1978г

11.Практика школьного воспитания, ж.№2, 2013г

12.Основы профессионального самосовершенствования педагога. /Под редакцией Е.А.Панько, Минск, 2002/

13.Соковня-Семёнова и.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. М., Академия, 2000

14.Головинова Г.Н., Карелина С.В. «Настольная книга педагога дополнительного образования»

15. Куинджи Н.Н «Валеология. Пути формирования здоровья школьников», М., «Аспект пресс», 2000г