


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Абанская средняя общеобразовательная школа №4  
Им. Героя Советского Союза В.С. Богуцкого.

«Согласовано»  
на методическом совете  
Протокол МС №\_1  
« 29 » августа 2023г.  
Зам. Директора по ВР  
 / Карасева Ю.А./

«Утверждено»  
Директор школы  
В.А. Макаров  
Приказ № 189  
от « 30 » августа 2023г.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Школа Здоровья

(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 8-10 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель: педагог дополнительного образования

Макаров В.А.

п. Абан 2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: «В здоровом теле - здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

Проводимые медосмотры детей школы показывают, что около 25-30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза, число близоруких детей увеличивается с 1 класса к выпускным с 3,9 до 12,3%, с нервно-психическими расстройствами – с 5,6 до 16,4%, нарушениями осанки – с 1,9 до 16,8%.

Особое беспокойство вызывают слабоуспевающие дети, большинство которых из социально-неблагополучных, неполных семей. Значительная часть слабоуспевающих детей предъявляет многочисленные жалобы неврологического характера. Уровень здоровья у этой категории детей ниже, сниженным оказался и уровень физиологической зрелости.

Необходимо отметить, что половина детей не успевают с первого класса, а это значит, что они не были подготовлены к школьным нагрузкам при поступлении в школу, что в сочетании с неблагоприятными условиями в семье и явилось причиной социальной дезадаптации на самых ранних этапах обучения в школе.

Здоровье ребенка можно считать нормой, если он:

- Умеет преодолевать усталость (физический аспект здоровья);
- Проявляет хорошие умственные способности, любознательность, воображение, самообучаемость (интеллектуальный аспект здоровья);
- Честен, самокритичен (нравственное здоровье);
- Коммуникабелен (социальное здоровье);
- Уравновешен (эмоциональный аспект здоровья).

## **Актуальность, новизна и педагогическая целесообразность образовательной программы**

**Актуальность** программы заключается в том, что предлагаемая курс программа «Школа Здоровья» нацелен на формирование у обучающихся начальной школы ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре и позволяет реализовывать основные направления такие как:

- разработка и реализация индивидуальных и групповых программ социальной реабилитации несовершеннолетних, включающих физкультурно-оздоровительный и другие компоненты;
- привитие навыков самообслуживания.

**Новизна** предлагаемой программы в том, что большинство занятий проходят в форме разнообразных игровых упражнений на развитие познавательных интересов. Занимаясь по этой программе, обучающиеся приобретают чувство личной ответственности, укрепляют психическое и физическое здоровье, развивают бережное отношение к своему здоровью. Планомерная и систематическая работа по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни, в котором ребенок выступает активным исследователем, способствует нравственному, интеллектуальному развитию детей, активизации их познавательной деятельности. У детей формируется представление о жизненной важности всех человеческих органов, о бережном отношении к своему здоровью

**Педагогическая целесообразность:**

Программа построена в соответствии со следующими принципами:

- доступность знаний, их расшифровка и конкретизация с учетом особенностей познавательной деятельности детей 8-9 лет
- актуализация знаний и умений, мотивированность всех предлагаемых учебных ситуаций с точки зрения реальных потребностей ребенка данного возраста;

- программа написана как обращение к конкретному обучающемуся каждого класса. Таким образом, подчеркивается личностно-ориентированная направленность документа, его субъектный характер;
- линейно-концентрический принцип расположения учебного материала, который позволяет последовательно формировать представления с опорой на уже имеющиеся, постепенно углубляя и расширяя их;
- деятельностная основа процесса обучения, его практико-ориентированная направленность, удовлетворение потребности детей в игровой деятельности и эмоционально-наглядной опоре познавательной деятельности.

**Цель программы:** развитие познавательной активности, самостоятельности, любознательности, формирование основ валеологического мировоззрения, интереса к проектной деятельности.

### **Основные задачи программы.**

#### **Обучающие:**

Расширить представление учащихся об окружающей среде

Систематизировать знания о правилах питания и личной гигиене

#### **Научить ориентироваться в экстремальных ситуациях    Развивающие:**

Развивать у детей потребность в создании здоровой окружающей среды в школе и семье

Развивать элементарные представления о структуре и функциях тела

- Развивать познавательные психические процессы (восприятие, внимание, воображение, мышление, память, речь);    **Воспитательные:**

- Способствовать формированию ответственного поведения к своему здоровью
- Формировать установки на здоровый образ жизни
- Стимулировать открытость при разговоре о вредных привычках
- Усилить связь между знаниями о своем здоровье, отношении к нему и поведением
- Воспитывать эстетический вкус и аккуратность

- Установление положительной психологической атмосферы в коллективе

**Отличительная особенность данной программы** заключается в том, что при построении занятий, учитываются принципы: постепенности, научности, связи знаний, умений с жизненной практикой, развивающей направленности, доступности, активности и самостоятельности в познании.

Программа ориентирована не только на усвоение детьми знаний и представлений, но и становление их мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении. Учитывая, что дети, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовятся к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье.

**Возраст учащихся, участвующих в реализации данной программы** -от 8 до 10 лет.

Численность обучающихся в объединении – 12 -15 человек. В объединении могут заниматься и мальчики, и девочки.

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы** –

2 года, 72 часа в год. 144 часа за два года.

Занятия проводятся два раза в неделю по одному часу. Продолжительность занятия – 1 академический час (40 минут).

**Промежуточная аттестация** -подведение итога по результатам работы по всей программе.

**Формы занятий:**

- Групповые
- Индивидуально-групповые
- Индивидуальные

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей.

Предусмотрена возможность реализации программы в дистанционном формате через платформу ЗУМ.

## **Планируемые результаты освоения программы «Школа здоровья»**

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными** результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения: - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, предупреждения заболеваний, оказания первой медицинской помощи;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными** результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения: - 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; - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

**Предметными** результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения: - планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- применять знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Календарный учебный график реализации  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Школа здоровья»

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала занятий</b>	<b>Дата окончания занятий</b>	<b>Количество учебных недель</b>	<b>Количество учебных часов</b>	<b>Режим занятий</b>
1 год			36	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год			36	72	1 раз в неделю по 2 часа

### Учебно-тематический план первого года обучения (72 часа)

№№	Название раздела, темы занятий	всего	теория	практика
<b>Мир вокруг меня и я в нём (29 часов)</b>		<b>15</b>		<b>14</b>
1.	<p>Знакомятся с правилами и режимом работы кружка. ТБ.</p> <p>Учатся выражать своё отношение к своему здоровью с помощью интеллектуальных и творческих способностей различными средствами. Приобретают первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурнооздоровительных мероприятий в течение учебного дня.</p>	1		1
2.	<p>Что такое здоровье и от чего оно зависит?</p> <p>Беседа «Что такое здоровье и от чего оно зависит?»</p> <p>Валеология. Сказка о микробах.</p> <p>Оздоровительная минутка.</p> <p>Творческая работа. (изготовление амулета из соленого теста).</p>	2	1	2
	<p>Я – неповторимый человек.</p> <p>Беседа о неповторимости</p>	4	2	2



3.	(сочетание способностей, внешности и черт характера) каждого человека.			
4.	Режим дня. Беседа о необходимости режима дня. Практическое занятие - составление режима дня	2	1	1
5.	Как настроение? Чувства. Беседа о настроении человека. От Настроения человека зависит, как он будет, учиться трудиться, общаться с окружающими. Беседа о чувствах (переживаниях, которые человек испытывает в разных ситуациях).	4	2	2
6.	Как сохранить глаз зорким? Здоровый сон. Составление памятки «Как сохранить зрение». Разучивание упражнений гимнастики для глаз.	3	2	1
7.	Работа над осанкой. Разучивание физических упражнений для сохранения осанки.	3	2	1

8.	Вредные привычки.	2	1	1
9.	Как закаляться. Обтирание, обливание.	4	2	2
13.	Здоровый образ жизни. Занятие спортом. Спортивные старты.	3	2	1
<b><i>Правильное питание – залог здоровья (22 часа)</i></b>				<b><i>10</i></b>
14	Зачем человек ест? Беседа «Питание - необходимое условие для жизни человека». Поговорим о пище. Режим питания. Из чего состоит пища.	4	2	2
15.	Какая пища полезней? Беседа о здоровом питании. Кроссворд «Самые полезные продукты».	3	2	1
16.	Моя любимая еда.	3	2	1
	Беседа «Свежие – несвежие продукты». Практическое задание «Составить меню на день».			

17.	Витамины – наши лучшие друзья! Загадки про овощи и фрукты. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники». Кроссворд «Сухофрукты».	4	2	2
18.	Пейте дети молоко, будете здоровы.	4	2	2

	Польза кисломолочных продуктов.			
19.	Город сладкоежек. Беседа о вреде злоупотреблении сладкого.	4	2	2
<b>Уроки Мойдодыра (10 часов)</b>			<b>6</b>	<b>4</b>
20.	Что такое гигиена? Предметы личной гигиены. Беседа о разновидностях предметов личной гигиены и их предназначении.	3	2	1
21.	Грязные руки –причина болезней. Обсуждение инструкции «Как правильно мыть руки». Практическое упражнение в мытье рук.	3	2	1
22.	Путешествие за ослепительными улыбками. Как правильно чистить зубы. Гигиена рта.	4	2	2

<i>Охрана жизни человека (11 часов)</i>		<i>6</i>	<i>5</i>	
23.	Почему мы боеем? Беседа «О профилактике гриппа и простудных заболеваний». Признаки простудных заболеваний: высокая температура, озноб, больное горло, головная боль, насморк, потеря аппетита, тошнота и	5	3	2
	рвота, раздражительность. Причины ОРЗ.			
24.	Безопасность при любой погоде. Как избежать солнечных ожогов и тепловых ударов. Безопасность при грозе. Сквозняки. Мокрые переохлажденные) ноги. Как избежать простуды? Как вести себя на улице в гололед?	4	2	2
25.	Нужные и ненужные тебе лекарства Домашняя аптечка.	2	1	1
	итого	72	39	33

### **Содержание образовательной программы первого года обучения**

Содержание курса первого года обучения «Школа здоровья», поддерживает раздел курса «Окружающий мир» «Человек и его здоровье» и

даёт возможность не дублировать, а более широко раскрыть темы, которые пересекаются в данных курсах, и применить полученные знания на практике.

### **Планируемые результаты . Учащиеся должны знать и уметь:**

- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- определять причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- оказывать первую медицинскую помощь при порезах и ушибах;
- использовать различные виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- выполнять физические упражнения, способствующие гармоничному развитию человека.

### **Материально-техническое обеспечение образовательной программы**

Занятия будут проходить в кабинете начальной школы в классном помещении - кабинет № 2-13 с полным набором учебной мебели, проектора, экрана для показа презентаций, видеофильмов, ноутбука.

### Учебно-тематический план второго года обучения (72 часа)

№№	Название раздела, темы занятий	всего	теория	практика
	<b>Здоровье</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>9</b>
<b>1</b>	Что такое здоровье?	1	1	
<b>2</b>	Что такое эмоции?	1	1	
<b>3</b>	Чувства и поступки	2	1	1
<b>4</b>	Стресс	2	1	1
<b>5</b>	Рациональное питание.	1	1	
<b>6</b>	Продукты ежедневного рациона, продукты, используемые достаточно часто (редко).	2	1	1
<b>7</b>	Биологически активные добавки (БАД).	2	2	
<b>8</b>	Йодирование пищи. Динамическая игра «Поезд».	1	1	1
<b>9</b>	Тест «Самые полезные продукты».	1	1	
<b>10</b>	Смысл раздельного питания.	2	1	1

<b>11</b>	Польза продукта (ежедневный рацион; продукты, используемые часто; продукты, присутствующие на столе изредка).	2	1	1
<b>12</b>	Сюжетно-ролевые игры «Мы идем в магазин»,	2	1	1
<b>13</b>	«Разложи продукты на разноцветные столы»	2	1	1
<b>14</b>	Урок-презентация соевых продуктов. Польза различных продуктов из сои, демонстрация приготовленных блюд, составление собственного меню.	2	1	1
	<b>Режим дня, питание</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>
<b>15</b>	Игра «Мой день» (оценка нагрузки на организм в течении дня) – заполнение таблицы.	2	1	1

<b>16</b>	Игра «Меню спортсмена» (выбор полезных продуктов для спортсмена).	1		1
<b>17</b>	Учимся думать и действовать	2	2	
<b>18</b>	Учимся находить причину и последствия событий	2	2	
<b>19</b>	Умей выбирать	1	1	
<b>20</b>	Принимаю решение	3	2	1
<b>21</b>	Я отвечаю за свои решения	3	2	1

	<b>Вредные привычки</b>	<b>17</b>	<b>15</b>	<b>2</b>
<b>22</b>	Что мы знаем о курении	2	1	1
<b>23</b>	Зависимость	2	2	
<b>24</b>	Умей сказать НЕТ	2	2	
<b>25</b>	Как сказать НЕТ	2	2	
<b>26</b>	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	1	1	
<b>27</b>	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	1	1	
<b>28</b>	Волевое поведение	1	1	
<b>29</b>	Алкоголь	1	1	
<b>30</b>	Алкоголь – ошибка	1	1	
<b>31</b>	Алкоголь – сделай выбор	1	1	
<b>32</b>	Наркотик	1	1	
<b>33</b>	Наркотик – тренинг безопасного поведения	2	1	1
<b>Моё здоровье</b>		<b>17</b>	<b>12</b>	<b>5</b>
<b>34</b>	Мальчишки и девчонки	1	1	
<b>35</b>	Моя семья	1	1	
<b>36</b>	Дружба	1	1	
<b>37</b>	День здоровья	2	1	1
<b>38</b>	Умеем ли мы правильно питаться?	1	1	



<b>39</b>	Я выбираю кашу	1	1	
<b>40</b>	Чистота и здоровье	1	1	
<b>41</b>	Откуда берутся «грязнули»?	1	1	
<b>42</b>	Чистота и порядок	2	1	1
<b>43</b>	Будем делать хорошо и не будем плохо	1	1	
<b>44</b>	КВН «Наше здоровье»	1		1
<b>45</b>	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	1		1
<b>46</b>	Будьте здоровы!	2	1	1
<b>47</b>	Аттестация	1	1	
	Итого	<b>72</b>	<b>52</b>	<b>20</b>

### **Содержание образовательной программы второго года обучения**

Включает направления: 1.Здоровье,2. Режим дня, питание. 3.Вредные привычки 4.Моё здоровье.

1. Введение. Теория: учащиеся знакомятся с понятием здоровье. Разбираются с разными состояниями психического, физического и социального благополучия человека. Практика: через валеологическую игру определяют, как дети себя чувствуют, могут ли они себя назвать здоровыми и почему, что мешает. Узнают о культуре питания, движения и общения.

2. Направление :Режим дня. Питание. Теория: подробно изучают культуру питания - основу здорового образа жизни. Практика: Составляют меню здоровой пищи, играют в полезную игру.

3. Направление:Вредные привычки. Что такое «Зависимость», виды зависимости, Практика: тренинг. Теория: беседы, видео-фильмы. Презентации.

4. Направление:Моё здоровье. Теория: поможет закрепить «золотые» правила этикета, научит слышать и правильно вести деловой разговор.Составляющие здоровья. Практика: в ролевой игре будут участвовать в суде над вредными привычками.

### **Планируемые результаты освоения образовательной программы «Школа здоровья».**

#### *Личностные результаты:*

- сформированность мотивации к учению и познанию;
- ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях;
- осознание высокого места здоровья в иерархии человеческих ценностей и потребностей
- умение соотносить поступки и события с принятыми этическими нормами;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### *Метапредметные результаты:*

- анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез – составление целого из частей, в том числе самостоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов;
- установление причинно – следственных связей;
- умение выбрать наиболее эффективные способы решения поставленных задач в зависимости от конкретных условий;
- умение строить логическую цепь рассуждений;
- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем.

*Предметные результаты:*

*Учащиеся должны знать:*

- основные понятия здорового образа жизни;
- пути и способы сохранения здоровья;
- значение двигательной активности для здоровья человека;
- правила безопасного поведения на улице;
- правильную организацию режима дня;
- гигиенические правила и способы предупреждения инфекционных заболеваний;
- причины и последствия вредных привычек;

- санитарные нормы при работе с ПК;
- лекарственные и ядовитые растения Красноярского края.

*Учащиеся должны уметь:*

- вести активный образ жизни;
- выполнять правила личной гигиены;
- выполнять закаливающие процедуры;
- выполнять правила безопасного поведения на улице, в транспорте, общественных местах;
- применять правила рационального питания.
- соблюдать гигиену труда;
- соблюдать режим дня;
- применять для лечения лекарственные комнатные растения;
- грамотно употреблять витаминосодержащие препараты.

*Формы проведения промежуточной аттестации:*

Практические работы, подготовка реферативных работ, игровые проекты, самопрезентации, игровые тестовые задания, кроссворды, ребусы, игры – викторины, опрос-анкетирование, проекты, участие учащихся в олимпиадах по предметам естественнонаучного цикла разных уровней, тестирование и анкетирование по материалам программы после прохождения каждого раздела, участие в конкурсах различного уровня.

*Формы отслеживания и фиксации образовательных*

*результатов:* Способами определения результативности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы выступают диагностические методики, рассчитанные на оценку предметных знаний, качеств личности. Программа предполагает проведение различных форм контроля промежуточных и итоговых результатов: тестирование, анкетирование, решение творческих заданий, наблюдение педагога на занятиях.

Для выявления сформированности мотивации на здоровье и развитие поведенческих навыков здорового образа жизни у учащихся используются следующие диагностические процедуры:

наблюдение; опросы

учащихся; метод рисунков;

блиц – опрос «Ваше

здоровье»; анкеты для

учащихся;

комплекс мероприятий (практические упражнения, ситуативные вопросы, спортивно-оздоровительные праздники, экскурсии).

Оценочный материал

Критерий диагностики	Показатель диагностики	Название, автор методики
----------------------	------------------------	--------------------------

Личностный результат	Изучение степени адаптации учащегося	<b>Модифицированный вариант анкеты Н.Г. Лускановой</b>
Метапредметный результат	Изучение готовности учащегося к обучению экологии, биологии и его достижений в области познания учебного предмета	<i>Чудинова Е.В., Санина С.П.</i> Экспресс-диагностика основных метапредметных образовательных результатов. - М, 2016
Образовательный (предметный) результат	Тест на определение сформированности уровня экологической культуры подростков.	(разработан Тавстухой О.Г.)

### **Материально-техническое обеспечение образовательной программы**

Занятия будут проходить в кабинете начальной школы в классном помещении - кабинет №2-11 с полным набором учебной мебели, проектора, экрана для показа презентаций, видеофильмов, ноутбука.

#### **Методическое обеспечение:**

##### Дидактические материалы

Серия цветных иллюстраций, плакатов;

Настольные и методические игры; Видеоролики

по пропаганде ЗОЖ;

Плакаты по оказанию медицинской помощи;

Информационное обеспечение.

Перечень литературы для педагогов, детей и родителей:

### **Цифровые и другие информационные ресурсы:**

[http:// sipkro.ru](http://sipkro.ru)

<http://www.vidod.edu.ru>

### **Литература для педагога:**

- ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
- ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
- «Воспитательная работа в начальной школе» - С.В. Кульневич, Т.П. Лакоценина, ТЦ «Учитель», Воронеж. 2006.
- «Как себя вести» - В.Волина . «Дидактика плюс2, Санкт-Петербург 2004.
- «365 уроков безопасности» Л.Логинова Айрис Пресс. Москва. 2000.
- «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры – Мир Книги, Москва. 2003.
- «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва.

### **Литература для родителей:**

- Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.

- Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.

Литература для учащихся:

- Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О. Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов Природы (1-4 классы). - М.: ВАКО, 2004 г.

### **Диагностический инструментарий**

Личностный результат

#### **Модифицированный вариант анкеты мотивации учащихся Н.Г.**

#### **Лускановой**

(Личностные УУД)

Цель: изучение мотивационной сферы как одной из составляющих личностных УУД.

Регистрация данных: групповая форма проведения.

Необходимые материалы: регистрационный бланк, ручка.

1.	Как ты чувствуешь себя на занятиях программы ДО«Школа здоровья»?	а) мне на занятиях нравится; б) мне не очень нравится; в) нравятся по настроению
----	--	--



2.	С каким настроением ты приходишь на занятия в программу ДО?	<p>а) с хорошим настроением;</p> <p>б) бывает по-разному;</p> <p>в) чаще хочется пойти домой</p>
3.	Как ты относишься к тому, что у вас в программе ДО вы выполняете творческие задания?	<p>а) мне нравится проявлять творчество</p> <p>б) бывает по-разному;</p> <p>в) мне не нравятся такие задания</p>
4.	Как ты относишься к участию в праздниках, конкурсах, викторинах экологобиологического центра?	<p>а) я хотел бы участвовать во всех мероприятиях</p> <p>б) иногда бы я мог принимать участие в таких мероприятиях</p> <p>в) не хотел бы участвовать</p>
5.	Хотел бы ты чаще приходить на мероприятия в программу ДО?	<p>а) да, я хотел бы чаще</p> <p>б) иногда</p> <p>в) нет</p>
6.	Рассказываешь ли ты о программе ДО своим родителям или друзьям?	<p>а) рассказываю часто;</p> <p>б) рассказываю редко;</p> <p>в) вообще не рассказываю</p>

7.	Как ты относишься к преподавателю программы ДО?	а) мне нравится наш преподаватель б) иногда нравится в) часто не нравится
8.	Есть ли у тебя друзья в программе ДО?	а) у меня много друзей; б) у меня мало друзей; в) у меня нет друзей в программе ДО
9	Как ты относишься к другим учащимся в группе?	а) мне нравятся все учащиеся в группе; б) мне нравятся не все учащиеся; в) мне не нравятся все учащиеся

Инструкция для учащегося: *«Сейчас я буду зачитывать вопросы, которые описывают ваше отношение к программе ДО. Послушайте их внимательно. К каждому вопросу предлагается 3 варианта ответа: а, б и в. Выберите тот вариант ответа, который вам подходит, и обведите в кружок одну букву рядом с номером соответствующего вопроса»*

Бланк ответов анкеты мотивации

1. а. б. в.      2. а. б. в.      3. а. б. в.      4. а. б. в.      5. а. б. в.  
6. а. б. в.      7. а. б. в.      8. а. б. в.      9. а. б. в.

Обработка результатов

## I. Количественный анализ

Для дифференцирования детей по уровню мотивации учащихся была разработана система балльных оценок:

ответ ребенка, свидетельствующий о его положительном отношении к программе ДО и предпочтении ими выполнения творческих заданий, оценивается в 3 балла;

нейтральный (средний) ответ оценивается в 1 балл;

ответ, свидетельствующий об отрицательном отношении ребенка оценивается в 0 баллов.

Максимально возможная оценка равна 30 баллам.

Установлено 5 основных уровней мотивации:

5-й уровень. 25-30 баллов (максимально высокий уровень мотивации, учебной активности). Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением успешно выполнять все предъявляемые программой ДО требования. Они очень четко следуют всем указаниям преподавателя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные замечания педагога.

4-й уровень. 20-24 балла (хорошая мотивация). Подобный показатель имеют учащиеся, успешно справляющиеся с деятельностью. При ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

3-й уровень (внешняя мотивация) – положительное отношение к программе ДО. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в программе ДО, чтобы общаться с друзьями, с преподавателем. Познавательные мотивы у

таких детей сформированы в меньшей степени, и творческий процесс их мало привлекает.

2-й уровень (низкая мотивация). Эти дети посещают программу ДО неохотно, предпочитают пропускать занятия. На занятиях часто отвлекаются, не имеют инициативы.

1-й уровень (негативное отношение к программе ДО). Такие дети испытывают серьезные трудности в программе ДО: они не справляются с деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с педагогом. Учащиеся могут проявлять агрессию, отказываться выполнять задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у подобных учащихся отмечаются нервно-психические нарушения.

## II. Качественный анализ

Анализируется выбор ребенка по каждому из 10 вопросов анкеты.

Первые четыре вопроса показывают эмоциональное отношение ребенка к программе ДО. Выбор третьего варианта ответа на них может свидетельствовать о высокой тревожности, выбор второго варианта – о психологической защите.

О перегрузке учащихся свидетельствует выбор третьего варианта ответа на вопрос 5.

Конфликтные отношения учащихся с классным руководителем выявляет вопрос 7. О возможных проблемах свидетельствует выбор второго и третьего вариантов ответа.

Для выделения детей группы риска по эмоциональному самоощущению в учебном коллективе анализируются ответы на вопрос 9. Негативные ответы (третьи варианты) на вопросы 2 и 3 в совокупности с промежуточным или негативным ответом на вопрос 7 при прочих положительных ответах (первые варианты) и при достаточно высоком общем уровне развития ребенка могут свидетельствовать о скрытом неблагополучии в отношении к творческому объединению.

При изучении степени адаптации ребенка к творческому объединению особенно важно проанализировать ответы детей на 2, 8, 9 вопросы.

Тест на определение сформированности уровня экологической культуры **обучающихся**

1. Лично ты отзовешься на объявление в газете по участию уборке мусора в лесу в воскресный день:

- а) нет
- б) пойду, если пойдут мои друзья
- в) считаю своим долгом помочь природе

2. Считаешь ли ты необходимостью тратить время на изучение предмета «Экология»:

- а) нет
- б) изучать надо, т.к. углубляются знания о природе
- в) да, т.к. экологические знания дают возможность оценить экологическую ситуацию и найти пути решения проблемы

3. При участии в мероприятиях по охране и восстановлению природы для меня главное:

- а) возможность подышать свежим воздухом
- б) поступить так же как мои друзья
- в) помочь природе

4. Правила поведения в природе я воспринимаю как:

- а) необходимость соблюдения их в присутствии взрослых
- б) информацию к размышлению о собственном поведении в социоприродном окружении
- в) жизненные ориентации

5. В процессе природоохранной деятельности мне важно:

- а) заслужить одобрение педагога
- б) не отстать от товарищей
- в) внести свой собственный вклад в сохранение природы

6. Если бы тебе представилась возможность решить право на жизнь змей, как бы лично ты поступил:

- а) уничтожил
- б) уничтожил только ядовитых
- в) оставил все как есть в природе

7. После того как экологическая проблема рассмотрена на занятии:

- а) забываю о ней
- б) возникает желание продолжить разговор
- в) возвращаюсь к проблеме, ищу самостоятельно в литературе новые аргументы, пытаюсь сам найти пути решения

8. В процессе загородной поездки на природу для меня важно:

- а) провести время с друзьями
- б) заниматься рыбалкой (сбором ягод и т.д.), т.е. получить конкретный продукт от природы
- в) любоваться природой, выразить природу в посильном творчестве (рисунок, сочинение и т.д.)

Обработка результатов

Ответы оцениваются следующим образом: под пунктом а) - 1; б) - 2; в) - 3  
низкий уровень - 0-10 баллов, средний уровень - 11-16 баллов, высокий уровень - 17 и выше баллов

Контрольно - измерительные задания.

Диагностика метапредметных результатов.

Тест с одним правильным вариантом ответа.

1. Наука о создании условий для сохранения человеком здоровья:

А. Анатомия Б. Физиология

В. Гигиена Г. Иммунология

2.Знать особенности строения и жизнедеятельности организма человека  
нужно для:

А. Охраны окружающей среды. Б. Более крепкого сна

В. Охраны здоровья Г. Борьбы с паразитами

3.Взаимоотношения организма со средой обитания изучает

А. Морфология Б. Физиология

В. Гигиена Г. Экология

4.Утомление в мышцах развивается быстрее

А. При маленькой нагрузке Б. В состоянии покоя

В. При быстром ритме Г. При медленном ритме

5.Благодаря физическим упражнениям

А.Объем мышц не изменяется Б. Повышается физическая выносливость

В. Усиливается рост организма Г. Мышцы хуже снабжаются кровью

6.Помещения нужно регулярно проветривать, чтобы

А. Удалить избыток углекислого газа Б. Удалить избыток пыли

В. Увеличить влажность воздуха Г. Уничтожить микробов

7.К вредным газообразным примесям в воздухе относятся

А. Азот Б. Водород

В. Угарный газ Г. Кислород



8.К инфекционным болезням, передающимся через воздух, относятся

А. Инфаркт миокарда Б. СПИД

В. Малокровие Г. Туберкулез

9.В качестве профилактики от заболевания гриппом нужно

А. Заниматься спортом Б. Делать зарядку

В. Не бывать на улице в холодную погоду

Г. Прикрывать рот и нос марлевой повязкой при общении с больными

10.К желудочно-кишечным болезням относятся

А. Сахарный диабет Б. Туберкулез

В. Дизентерия Г. Гемофилия

11.Чтобы избежать заражения дизентерией, нужно

А. Мыть руки, овощи, фрукты Б. Пить кипяченую воду

В. Регулярно употреблять витамины Г. Есть только вареную пищу

12.Раны на поверхности кожи обрабатывают йодом, чтобы избежать

А. Попадания в раны грязи Б. Попадания микроорганизмов

В. Кровопотери Г. Боли

13.Чистота кожи- важнейшее условие здоровья человека, т. К. грязь

А. Способствует усиленному потоотделению

Б. Разрушает кожу

В. Закупоривает протоки сальных и потовых желез

Г. Способствует проникновению в кожу ядовитых веществ

14. Люди, ведущие малоподвижный образ жизни, должны больше употреблять

А. Пищи, содержащей жиры Б. Пищи, содержащей белки

В. Мясной пищи Г. Продуктов, богатых клетчаткой

15. К наследственным болезням человека относят

А. Инфаркт Б. Холеру

В. Грипп Г. Болезнь Дауна