МУ «Отдел образования
Серноводского муниципального района»

МБУ ДО «Эколого- биологическая станция
Серноводского муниципального района»

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «01 » 09. 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 36-п
от 04.09.2026 г.
Директор
З.В. Ясакова

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКАЯ СТАНЦИЯ СЕРНОВОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА"

Подписано: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКАЯ СТАНЦИЯ СЕРНОВОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА"
DN: cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКАЯ СТАНЦИЯ СЕРНОВОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА", o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКАЯ СТАНЦИЯ СЕРНОВОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА", email=kazna-ach1hoy@mail.ru
Дата: 2026.09.14 10:58:04 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Человек и здоровье»
Направленность программы: Естественнонаучная
Уровень программы: стартовый

Возраст: 8-11 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель:
Педагог дополнительного образования
Махаури Милана Махмадгириевна

ст. Ассиновское, 2026г

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации
МБУДО «Эколого-биологическая станция
Серноводского муниципального района».
Экспертное заключение (рецензия) № 3 от «01» 09 2026г.
Эксперт Гелаева Булихан Боргаевна – зам. директора_____
Альмурзаева Айна Шаиповна – методист_____

Содержание программы:

1. Раздел

1.1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы……4
1.2. Направленность……...4
1.3. Уровень освоения программы……4-5
1.4. Актуальность программы……4-5
1.5. Отличительные особенности программы…….5
1.6. Цель и задачи программы……..5
1.7. Категория учащихся……6
1.8. Сроки реализации и объем программы……..6
1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий...6
1.10. Планируемые результаты освоения программы…….6-8

Раздел 2. Содержание программы.

2.1. Учебный план……..9-10
2.2. Содержание учебного плана……10-15

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.
3.1. Форма входной аттестации и критерии оценивания……14
3.2. Форма промежуточной аттестации и критерии оценивания……14
3.3. Форма итоговой аттестации и критерии оценивания……15

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническое обеспечение программы……16
4.2. Кадровое обеспечение программы……..16
4.3. Учебно-методическое обеспечение..……16

Список литературы ……..17

Приложение 1- календарно учебный график
Приложение 2 - оценочные материалы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной об щеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ:
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями, приказ Минпросвещения РФ от 02 февраля 2021г. №38, (изменения вступают в силу с 25.05.2021г);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
-Распоряжение от 31 марта 2022г № 678-р Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (далее-Концепция);
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
- Устава МБУ ДО «Эколого-биологическая станция Серноводского муниципального района

1.2. Направленность программы: Естественнонаучная

1.3. Уровень освоения программы: Стартовый

1.4. Актуальность программы. Всем нам хочется видеть детей здоровыми, жизнерадостными, счастливыми. Как сделать, чтобы ребёнок жил в ладу с самим собой, с окружающим миром? Секрет этой гармонии прост: здоровый образ жизни. Он включает в себя и поддержание физического здоровья, и отсутствие вредных привычек, и стремление оказать помощь тем, кто в ней нуждается. Но в современных условиях проблема сохранения здоровья подрастающего поколения чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей, увеличением числа имеющих хронические заболевания, неврозы. Причины такого состояния – нарушение экологии, гиподинамия, состояние социальной среды, незнание своего организма. Если мы научим с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, то можно надеется, что будущее поколение будет более здоровым и

развитым не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Здоровый образ жизни должен стать потребностью каждого современного человека. В системе жизненных ценностей на первом месте должны стоять здоровье и необходимость его сохранения и укрепления. И отвечает запросам детей и их родителей.

1.5. Отличительные особенности программы: Данная программа создана на основе программы «Человек и его здоровье» автор состовитель- Дреманович Е.В.; и «Азбука здоровья» автор- Шитикова С.Е.; Отличительная особенность программы «Человек и здоровье» органично сочетает в себе валеологическую и экологическую составляющие. Валеологию интересует все, что влияет на здоровье человека. Целью нового здоровьесберегающего подхода в образовании должно стать не только формирование основ здорового образа жизни, но и актуализация внутренних потенциалов каждого ребенка в сохранении своего здоровья, формирование ценностных ориентаций, убеждений, активной жизненной позиции в вопросах сохранения и укрепления индивидуального здоровья; формирование осознанного понимания зависимости состояния здоровья от состояния окружающей среды.

1.6. Цель и задачи программы:

Цель программы- Формирование у обучающихся представлений об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих, а также основ критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленных на сохранение психического, физического, нравственного здоровья.

Задачи программы:

1.Образовательные:

- выполнять санитарно-гигиенические требования:
- соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

2. Развивающие

- развивать умения и навыки обучающихся по ведению здорового образа жизни;
- развивать у подростков чувство ответственности за состояние природной среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- развивать умение сравнивать, анализировать, делать выводы;
- развивать умение проводить самостоятельные наблюдения;
- развивать познавательную активность школьников, творческие способности, любознательность, расширять кругозор обучающихся
- применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, первоначальным представлениям о значении спортивно -оздоровительных

занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;

3. Воспитательные: воспитывать у обучающихся потребность в ведении здорового образа жизни;

- воспитывать экологическую ответственность;
- воспитывать трудолюбие, стремление добиваться поставленной цели в укреплении своего здоровья;
- соблюдать свой режим дня;
- выполнять правила личной гигиены;

1.7. Категория обучающихся.

Программа рассчитана на 8-11 лет. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей)

1.8. Сроки реализации и объем программы.

Сроки реализации программы:1 год.
Объем программы:144 часа.

1.9. Форма организации образовательной деятельности и режим занятий.

Формы занятий:

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы - 15 человек.

Режим занятий: год обучения -2 раза в неделю по 2 часа
Продолжительность занятий – 45 минут, перерыв 10 минут

Формы занятий:

беседа, рассказ. опрос, самостоятельные работы репродуктивного и поискового типа, ролевые игры, проект, практикум, творческие мастерские, ролевые игры, акции, экскурсии, разработка творческих презентаций.

1.10 . **Планируемые результаты**

Личностные результаты - умение выражать своё отношение к своему здоровью с помощью интеллектуальных и творческих способностей различными средствами;

- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- умение оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- умение оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;

- ответственное отношение к здоровью, осознание необходимости сохранения и бережного отношения к здоровью;
- мотивация к дальнейшему изучению своего организма.

Метапредметные результаты: Регулятивные УУД –
определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя; - проговаривать последовательность действий на занятии;
- работать по предложенному учителем плану, сверяя свои действия с целью, корректировать свою деятельность;
- высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией;
- совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятии
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оценивать определённые объекты, сравнивать их с эталонными образцами. Познавательные УУД - добывать дополнительную информацию в книге, словаре;
- самостоятельно отбирать для решения учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя книгу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях;
- приобретать навыки перерабатывать полученную информацию, составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- преобразовывать текстовую информацию в знаково - символические модели (схемы, таблицы и т.д.) - извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, экспонат, модель, иллюстрация и др.), - находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков); предполагать, какая информация необходима; сравнивать и - - группировать предметы, объекты по нескольким основаниям; находить закономерности; самостоятельно продолжать их по установленному правилу. Коммуникативные УУД - оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций; слушать и понимать других; - подтверждать аргументы фактами; - выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); - организовывать учебное взаимодействие в группе; обращаться за помощью; - осуществлять взаимопомощь и взаимный контроль; - формулировать свои затруднения; - предлагать помощь и сотрудничество; - договариваться и приходить к общему решению; - формулировать собственное мнение и позицию. - без коммуникативных затруднений общаться с людьми разных возрастных категорий; - работать в коллективе, группе; - презентовать работу перед аудиторией.

Предметные результаты
- основные термины и правила здорового образа жизни;

- факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, правила закаливания организма, ухода за глазами.
- основные правила безопасного поведения дома, в школе, на улице, на проезжей части, на воде, на природе;
- значение двигательной активности и занятий спортом для укрепления здоровья;
- предметы личного и общего пользования при соблюдении гигиенических норм и правил;
- правила здорового рационального питания, культуру приёма пищи;
- меры профилактики и укрепления осанки;
- основы культуры общения: приветствие, благодарность, извинение, прощение
- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность; - формировать своё здоровье. - применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, первоначальным представлениям о значении спортивно - оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;
- соблюдать свой режим дня;
- выполнять правила личной гигиены;
- выполнять гимнастику для глаз, упражнения для профилактики нарушения осанки, дыхательную гимнастику;
- приобретать первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно -оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- выполнять правила безопасного поведения на улице, на природе, на проезжей части, дома, в школе;
- выполнять правила культурного поведения при общении с окружающими людьми;
- осваивать навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия. - 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.

Раздел 2.
2.1. Учебный тематический план

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	**Раздел 1. Мир вокруг меня, и я в нём** 1.1. Вводное занятие 1.2. Окружающие нас предметы 1.3. Как устроен организм человека 1.4. Режим дня 1.5. Здоровый сон	14	24	38
2.	**Раздел 2. Правильное питание – залог здоровья.** 1.1. Зачем человек ест? 1.2. Занятие на свежем воздухе 1.3. Витамины – наши лучшие друзья 1.4. Польза кисломолочных продуктов	12	12	24
3.	**Раздел 3. Уроки Мойдодыра** **1**.1. В гостях у Мойдодыра 1.2. Посылка от Мойдодыра 1.3. Помощники Мойдодыра» 1.4. Да здравствует, мыло душистое! 1.5. Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками	8	12	20
4.	**Раздел 4. Охрана жизни человека** 1.1. Правила поведения на улице, в транспорте 1.2. Наблюдение за явлениями природы 1.3. Проект «Будь внимателен». Домашняя аптечка 1.4. Ребятам о пожарной безопасности. Спички – это не 1.5. Правила поведения в лесу, на лугу, на речке 1.6. Чем опасен электрический ток. Невидимка – газ 1.7. Дорожные знаки	12	28	40

	1.8. Спортивно - игровое мероприятие по ПДД			
5	Раздел 5. Наша безопасность 1.1.Лекарственные и ядовитые растения, грибы. 1.2.Правила поведения при грозе. 1.3.Травмы. 1.4.Правила поведения при пожаре в доме, в общественных местах. 1.5.Признаки аллергии. 16.Техника безопасности при проведении экскурсий.	10	8	18
6	Раздел 6. Учитесь быть здоровыми 1.1. Мини - проект «Путешествие в страну Здоровья и безопасности»	1	3	4
	ВСЕГО	57	87	**144**

Содержание учебного плана

Раздел 1. Мир вокруг меня, и я в нём (38 ч)

«Вводное занятие» (2 ч) В теоретической части: Знакомство с программой. Техника безопасности. Правила поведения и ТБ. Беседа «О профилактике простудных заболеваний».

В практической части: игра: «Мое имя», подвижные игры. Формы контроля: стартовая диагностика.

Окружающие нас предметы (4ч) В теоретической части: чтение «Сказка о микробах». В практической части: оздоровительная минутка. Творческая работа «Это интересно!»

Практическая работа с микроскопом.

Формы контроля: стартовая психолого - педагогическая диагностика на начало года. Рубежный контроль освоения программы. Рубежная диагностика.

Как устроен организм человека (6ч) В теоретической части: беседа «Что такое здоровье и от чего оно зависит?» Презентация «Строение организма человека»

В практической части: практическая работа по изучению строения организма человека.

Формы контроля: выполнение творческих работ. Как организовать свой труд.

Режим дня (3ч).

В теоретической части: беседа о необходимости режима дня. «Сон – лучшее лекарство» В практической части: Составление режима дня.

Формы контроля: анкетирование Как сохранить глаз зорким?

Здоровый сон (3ч).

В теоретической части: презентация «Устройство глаза». Беседа «Почему надо беречь глаза?» Просмотр мультфильма «Приставучий телевизор». Беседа о вреде длительного просмотра телевизора и почему нельзя смотреть телевизор допоздна».

В практической части: разучивание упражнений для глаз и физкультурных пауз. Работа в группах. Составление памятки «Как сохранить зрение».

Формы контроля: исследовательский эксперимент.

Упражнения на формирование правильной осанки (4ч)

В теоретической части: беседа «Правильная осанка и ее значение для здоровья». Беседа «Нарушения в осанке, от чего это бывает, как сохранить осанку»

В практической части: разучивают полезные упражнения для формирования красивой осанки. Учатся выполнять упражнения для профилактики нарушения осанки, дыхательную гимнастику.

Формы контроля: анкетирование

Вредные привычки (3ч)

В теоретической части: беседа о вредных привычках.

В практической части: тестирование (работа в парах). Игра «Хорошо или плохо».

Формы контроля: тестирование Как закаляться.

Обтирание, обливание (3ч).

В теоретической части: презентация «Правила закаливания». Беседа «Шесть признаков закаленного и здорового человека».

В практической части: конкурс рисунков «Если хочешь быть здоров – закаляйся!»

Формы контроля: исследовательский эксперимент

На острове здоровья (10ч).

В теоретической части: знакомство с правилами спортивных соревнований.

В практической части: Занятие на свежем воздухе. Спортивные старты.

Формы контроля: защита проектов, участие в олимпиадах.

Раздел 2 Правильное питание - залог здоровья (24 часов)

Зачем человек ест? (4ч). В теоретической части: беседа «Питание - необходимое условие для жизни человека. Как и чем мы питаемся». «Из чего состоит пища?»

В практической части: исследование (виды круп, макаронных изделий). Игры «Можно - нельзя», «Съедобное – несъедобное».

Формы контроля: тестирование Какая пища полезней? (2ч)

Занятие на свежем воздухе (6ч)

В теоретической части: Беседа «Хлеб –всему голова», Презентация «Как хлеб попал на стол».
В практической части: Проведение опыта. Игры «Самые полезные продукты».
Формы контроля: оформление коллажа Моя любимая еда (2ч).
В теоретической части: беседа «Что мне нравится есть?»
В практической части: практическое задание «Составить меню на день». Игра «Юный повар».
Формы контроля: выполнение творческих
Витамины – наши лучшие друзья! (10ч)
В теоретической части: Беседа «Витаминная тарелка на каждый день».
В практической части: Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники». Игра «Фруктовый сад», «Что растет на грядке?»
Формы контроля: анкетирование Пейте дети молоко, будете здоровы.
Польза кисломолочных продуктов (4ч).
В теоретической части: Просмотр мультфильма «На лугу». Беседа по содержанию.
В практической части: Исследовательский эксперимент с кисломолочными продуктами. Заочное путешествие в молочный магазин.
Формы контроля: выполнение творческих работ. Город сладкоежек (1ч). В теоретической части: беседа «Из чего делают шоколад?»
В практической части: заочная экскурсия на кондитерскую фабрику, исследовательский эксперимент. Игра «Город Сладкоежек».
Формы контроля: анкетирование Викторина «Продукты на моем столе» (3ч).
В теоретической части: презентация «Что я покупаю в магазине?», проведение викторины.
В практической части: игра «Можно - нельзя».
Практическая работа. Лепка из пластилина (соленого теста) полезных продуктов. Формы контроля: оформление коллажа

Раздел 3. Уроки Мойдодыра 20(часов)
В гостях у Мойдодыра (6ч).
В теоретической части: прослушивание сказки К.Чуковского «Мойдодыр». Беседа по содержанию. Для чего нужно быть опрятным?
В практической части: составляют пословицы о чистоте и объясняют их значение Формы контроля: тестирование Что такое гигиена?
Посылка от Мойдодыра (предметы личной гигиены) (4ч).
В теоретической части: просмотр презентации о происхождении слова «гигиена» и его значении. Беседа о разновидностях предметов личной гигиены и их предназначении
В практической части: загадки о предметах личной гигиены. Игра «Что мне нужно взять с собой»
Формы контроля: выполнение творческих работ.
«Помощники Мойдодыра» (мини- проект) (4ч).

В теоретической части: знакомство с составлением мини- проекта, представление проектов.
В практической части: изготовление книжки - малышки с загадками о предметах личной гигиены с картинками.
Формы контроля: защита проектов
Да здравствует, мыло душистое! (2ч)
В теоретической части: беседа о том, для чего нужно мыть руки и как правильно и часто нужно это делать. Обсуждение инструкции «Как правильно мыть руки».
В практической части: практическое упражнение в мытье рук. Исследовательский эксперимент.
Формы контроля: тестирование
Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками (4ч).
В теоретической части: беседа с презентацией «Как правильно чистить зубы». Просмотр мультфильма «Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками». Беседа по содержанию мультфильма. В практической части:
практическое упражнение в правильной технике чистки зубов.
Формы контроля: оформление коллажа
Раздел 4. Охрана жизни человека (40 ч)
Правила поведения на улице, в транспорте (4ч)
В теоретической части: беседа о правилах безопасности на улице, в транспорте
В практической части: разыгрывание ситуаций. Игра «В автобусе»
Формы контроля: тестирование
Наблюдение за явлениями природы(6ч)
В теоретической части: Беседа «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? В практической части: разыгрывание ситуаций
Формы контроля: тестирование
Ребятам о пожарной безопасности. Спички – это неигрушка (6ч) В теоретической части: Беседа «Огонь – друг, огонь – враг». Презентация: «Не играй со спичками». Работа в группах. Просмотр мультфильма «Кошкин дом». Беседа о причинах пожара в квартире.
В практической части: творческое задание «План эвакуации в моём доме».
Формы контроля: выполнение творческих работ.
Проект «Будь внимателен». Домашняя аптечка (6ч)
В теоретической части: Беседа о том, что лекарства могут оказаться полезными и вредными в зависимости от ситуации.
В практической части: демонстрация содержимого домашней аптечки для оказания первой медицинской помощи.
Практическая работа: оказание первой помощи при ушибах и порезах.
Формы контроля: защита проектов.

Правила поведения в лесу, на лугу, на речке (4ч)
В теоретической части: Беседа о правилах безопасности на природе.
Просмотр тематического мультфильма «Осторожно, тонкий лед!» Беседа: «Безопасность на воде во время летнего купания».
В практической части: создание книжки о безопасности.
Формы контроля: тестирование
Чем опасен электрический ток. Невидимка - газ (4ч)
В теоретической части: беседа «Что такое электроток». Просмотр мультфильма «Невидимка - газ». Беседа по содержанию.
В практической части: разыгрывание ситуаций, проведение опыта
Формы контроля: проведение опроса
Дорожные знаки (6ч) В теоретической части: беседа с презентацией «Дорожные знаки – наши друзья!»
В практической части: игра – пазл «Знатоки дорожных знаков». Игра – задание «Друзья светофора».
Формы контроля: выполнение творческих работ. «Мы на улицах города».
Спортивно - игровое мероприятие по ПДД (4ч)
В теоретической части: беседа «Правила ПДД»
В практической части: игры - эстафеты на свежем воздухе
Формы контроля: спортивно - игровое мероприятие

Раздел 5. Наша безопасность – 18 (часов)

Лекарственные и ядовитые растения, грибы. Первая помощь при отравлении.
Безопасность при любой погоде.
Правила поведения при грозе.
Правила безопасного поведения в доме, на улице, на воде, в транспорте.
Травмы.
Правила обращения с огнем.
Правила электрической безопасности. Правила поведения при пожаре в доме, в общественных местах.
Способы защиты от насекомых. Признаки аллергии. Правила обращения с кошкой и собакой.
Техника безопасности при проведении экскурсий.
Первая помощь при солнечном ожоге, при порезах, ушибах, переломах.
Обобщение по разделу: «Наша безопасность»
Практика -8 ч
Первая помощь при порезе, обморожении, ушибе, солнечном ожоге и тепловом ударе.
Просмотр учебных фильмов из серии «Наша безопасность».
Лекарственные и ядовитые растения, грибы. Выпуск тематических газет.
Экскурсия «Природа – источник здоровья». Экскурсия "Лесная аптека на службе человека".

Раздел 6. Учитесь быть здоровыми (4 ч)

Мини - проект «Путешествие в страну Здоровья и безопасности»
В теоретической части: беседа «Учитесь быть здоровыми!»
В практической части: изготовление коллективного коллажа «Чаша здоровья». День здоровья.
Формы контроля: представление проектов

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Оценочные материалы разрабатываются индивидуально для определения результативности усвоения образовательной программы, отражают цели и задачи программы (ФЗ «Об образовании в РФ» № 273, ст.2, п.9; ст. 47, п.5).

Виды контроля:

- Вводный: наблюдение за выполнением приемов и методов в работе; отслеживание активности учащихся в выполнении ими схем, рефератов и докладов;

- промежуточный: опрос, тестирование:

Итоговый опрос, мини проект (проводится по завершении обучения по программе).

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

методы:

- открытое педагогическое наблюдение;
- оценка продуктов исследовательской деятельности;
- оценка и качества наблюдений.

формы:

- беседы, опрос, тестирование.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 3 баллов), которая соответствует уровням освоения программы. По окончанию учебного года, определяем уровень освоения программы обучающихся, фиксируя их в таблице, тем самым прослеживая динамику обучения, развития и воспитания.

1.Низкий уровень. Обучающийся неуверенно формулирует правила ТБ, слабо знает строение организма и жизнедеятельность организмов. Без особого желания играет в познавательные игры

Личностные качества обучающегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может выполнить задание. Работу выполняет не всегда аккуратно, неохотно исправляет ошибки. Слабо проявляет интерес к лабораторным и практическим работам.

2. Средний (допустимый) уровень. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ, хорошо знает строение организма и жизнедеятельность организмов. С желанием играет в познавательные игры

Личностные качества обучающегося. Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью. Работу выполняет охотно, но ошибки исправляет только при вмешательстве педагога. Не всегда проявляет желание, но проявляет интерес к лабораторным и практическим работам

Высокий уровень. Обучающийся отлично знает правила ТБ. Активно участвует в изучении строении организмов и жизнедеятельность организмов. С энтузиазмом играет в познавательные игры

Личностные качества обучающегося. Обучающийся легко общается с людьми, и сам готов помочь товарищам. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет. Всегда проявляет интерес к лабораторным и практическим работам

Критерии оценки теста:

Максимальное количество баллов по вопросам – 3 балла

- 15-12 вопросов - 3 балла;
- 11- 7 вопроса - 2 балла;
- 6-2 вопроса – 1 балл.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1.Материально - техническое оснащение.

Материально-техническое обеспечение программы:

- помещение: учебный кабинет, рассчитанный на учебную группу до 15 чел., парты, стулья из расчета на каждого учащегося;

Ноутбук Мультимедийный проектор Интерактивная доска или проекционный экран. Фотокамера цифровая. Видеокамера. Принтер Шумомер Аудио- и видеоматериалы, мультфильмы, компьютерные презентации. Интерактивное пособие - Занимательная Анатомия Микроскоп лабораторный Набор «Юный эколог» Набор для оценки чистоты воздуха методом биоиндикации Наглядные пособия Натуральные пособия: овощи, фрукты, вода, аптечка первой помощи, строение глаза, предметы личной гигиены и др. Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы); плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Как правильно мыть руки», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Первая помощь» переломе», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры», «Правила безопасного поведения»

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим

Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

4.3. Учебно-методическое обеспечение образовательной программы.

Название учебной темы (раздела)	Форма занятия	Название и форма методического материала	Методы и приемы воспит. процесса.
Раздел 1. Мир вокруг меня, и я в нём	Беседа, практика, опрос, просмотр. рассказ.	Наглядные пособия	наблюдение
Раздел 2 Правильное питание - залог здоровья	Беседа, опрос практическая работа, контроль тестирование.	Демонстрационный материал, компьютер, интерактивная доска.	Наблюдение, Демонстрация, Эксперимент.
Раздел 3. Уроки Мойдодыра	Беседа, опрос практическая работа, контроль	Демонстрационный материал, компьютер, интерактивная доска	Наблюдение Демонстрация, Эксперимент
Раздел 4. Охрана жизни человека	Беседа, опрос практическая работа, контроль, рассказ.	Демонстрационный материал, компьютер, интерактивная доска	Наблюдение Демонстрация Эксперимент контроль
Раздел 5. Наша безопасность	Беседа опрос, контроль, экскурсия		
Раздел 6. Учитесь быть здоровыми	Беседа, опрос, контроль Защита проекта	Демонстрационный материал, компьютер, интерактивная доска	Наблюдение Демонстрация Контроль

Список литературы

Литература для педагога Ермакова И.А., Психологические игры и упражнения, СПб: КОРОНА-принт, 2006. – 134с. Ермакова И.А., Развивающие игры и упражнения, СПб: КОРОНА-принт, 2006. –241с. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г., Твое здоровье. Укрепление организма, СПб: Детство-пресс, 2000. – 214с. Красикова И.С., Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение, Корона принт. СПб, 2003. – 216с. Лаптев А.К., Тайна пирамиды здоровья, СПб: РЕТРОС, 1998. –178с. Никитин С.Е., Тришин Т.В., Здоровье и красота вашей осанки, М.: Сов.Спорт, 2002. –138с. Онучин Н.А., Дыхательная гимнастика для детей, М., СПб: АСТ, Сова, 2005. –123с. Останко Л.В., Сто веселых упражнений для детей, СПб: Корона принт, 2005. –148с. Потанчук А.А., Спирина И.Ю., Осанка детей, СПб: Комета, 1994. – 242с. Соколов П.П., Физкультура против недуга. Гипотонию можно одолеть, М.: Сов. Спорт, 1989. –129с. Смирнов И.В., Восстановление и профилактика зрения у детей и взрослых, М.: Центрполиграф, 2004. –136с. Смирнов Н.К., Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы, М.: Аркти, 2003. –273с. Тихомирова Л.Ф., Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 8-10 лет, Ярославль: Академия Развития, 2003. –94с. Трищак Е., Энциклопедия массажа от А до Я, М.: Ринол, 2003. – 116с. Хухлаева О.В., Лесенка радости. Коррекция негативных личностных отклонений в дошкольном и младшем школьном возрасте. Методическое пособие для психологов детского сада и начальной школы, М.: Совершенство, 1998. –228с.

Литература для обучающихся Ермакова И.А., Развивающие игры и упражнения, СПб: КОРОНА-принт, 2006. –241с. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г., Твое здоровье. Укрепление организма, СПб: Детство-пресс, 2000. 214с. Куликовская Т.А., Скороговорки и чистоговорки. Практикум по улучшению дикции, М.: ООО Издательство Гном и Д, 2000. –92с. Лаптев А.К., Тайна пирамиды здоровья, СПб: РЕТРОС, 1998. –178с. Никитин С.Е., Тришин Т.В., Здоровье и красота вашей осанки, М.: Сов.Спорт, 2002. –138с. Останко Л.В.,

Сто веселых упражнений для детей, СПб: Корона принт, 2005. –148с.
Тихомирова Л.Ф., Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 8 - 10 лет, Ярославль: Академия Развития, 2003. –94с.

Интернет ресурсы

https://yandex.ru/video/preview/7780988103451469029- Мир вокруг меня,и я в нем.

https://nsportal.ru/detskiy-sad/okruzhayushchiy-mir/2021/01/25/prezentatsiya-dlya-doshkolnikov-chelovek-zhivoy-organizm-Как устроен организм человека

https://www.fr.gov.by/services/centre-gigieny/info/20230505-vliyanie-okruzhayushchey-sredy.html- влияние окружающей среды на здоровье человека

Приложение 1

Календарный учебный график 1- группа

№ п/п	Фактическая дата и время проведения занятия	Плановая дата и время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		14.09.26 14^{0}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Вводное занятие.	ААСОШ №2	Беседа/ рассказ опрос
Мир вокруг меня и я в нем							
2.		17.09.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Окружающие нас предметы	АСОШ №2	Беседа
3.		21.09.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Беседа об окружающих нас предметах.	АСОШ №2	Беседа/ рассказ, опрос
4.		24.09.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Беседа об окружающих нас предметах. Экскурсия в школьный сад, игры на свежем воздухе.	АСОШ №2	Беседа обсуждение
5.		28.09.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Знакомство с тем, как устроен организм человека.	АСОШ №2	Контроль
6		01.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{26}	Групповая	2	Как устроен организм человека	АСОШ №2	Беседа Контроль

7		05.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Как устроен организм человека	АСОШ №2	контроль
8		08.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Как организовать свой труд.	АСОШ №2	Беседа/ рассказ
9		12.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Режим дня.	АСОШ №2	Беседа
10		15.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Беседа о необходимости режима дня. Практическое занятие - составление режима дня	АСОШ №2	Беседа/опрос
11		19.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Как сохранить глаз зорким? Здоровый сон.	АСОШ №2	Беседа/ рассказ
12		22.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Работа в группах. Составление памятки «Как сохранить зрение».	АСОШ №2	Беседа/опрос контроль
13		26.10..26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Просмотр мультфильма «Приставучий телевизор». Беседа о вреде длительного просмотра телевизора и почему нельзя смотреть телевизор допоздна».	АСОШ №2	Беседа рассказ
14		29.10.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Разучивание упражнений гимнастики для глаз.	АСОШ №2	Контроль
15		02.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Коррекция нарушений осанки. Разучивание упражнений на коррекцию осанки.	АСОШ №2	Контроль
16		05.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Беседа «Нарушения в осанке, от чего это бывает, как сохранить осанку».	АСОШ №2	Беседа Рассказ контроль

17		09.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Разучивание физических упражнений для сохранения осанки	АСОШ №2	Контроль
18		12.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Вредные привычки.	АСОШ №2	Беседа рассказ
19		16.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Беседа о вредных привычках. Тестирование (работа в парах).	АСОШ №2	Контроль
Правильное питание							
20		19.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Зачем человек ест?	АСОШ №2	Контроль
21		23.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Правильное питание -залог здоровья	АСОШ №2	Контроль
22		26.11.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Поговорим о пище.Режим питания. Из чего состоит пища.	АСОШ №2	Беседа
23		03.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Какая пища полезней? Занятие на свежем воздухе.	АСОШ №2	Беседа
24		07.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	«Самые полезные продукты», «Съедобное – несъедобное».	АСОШ №2	Беседа конторль
25		10.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Творческое задание «Свежие – несвежие продукты».Игра «Можно - нельзя».	АСОШ №2	Беседа контроль
26		14.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Практическое задание «Составить меню на день». Настольная игра в парах	АСОШ №2	Беседа Контроль
27		17.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Ззанятие «Наука о питании - древняя и современная.	АСОШ №2	Беседа/ рассказ
28		21.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Витамины – наши лучшие друзья!	АСОШ №2	Беседа/ рассказ

29		24.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	«Где живут витамины?» Загадки про овощи и фрукты.	АСОШ №2	Беседа/ рассказ, контрль
30		28.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники».	АСОШ №2	Беседа/ рассказ, контроль
31		31.12.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Просмотр мультфильма «На лугу».Беседа по содержанию мультфильма	АСОШ №2	Беседа, рассказ/ контрль
Уроки Мойдодыра							
32		11.01.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	В гостях у Мойдодыра	АСОШ №2	Беседа/ контроль
33		14.01.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Прослушиванскаск и К.Чуковского «Мойдодыр». Беседа по содержанию. Для чего нужно быть опрятным?	АСОШ №2	Беседа рассказ
34		18.01.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Что такое гигиена? Посылка от Мойдодыра (предметы личной гигиены).	АСОШ №2	Беседа Рассказ контроль
35		21.01.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Просмотр презентации о происхождении слова «гигиена» и его значении. Беседа о разновидностях предметов личной гигиены и их предназначении	АСОШ №2	Беседа Контроль
36		25.01.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	«Помощники Мойдодыра» (мини - проект).	АСОШ №2	Беседа контроль
37		28.01.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Да здравствует мыло душистое!	АСОШ №2	Беседа контроль
38		01.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Беседа о том, для чего нужно мыть руки правильно.	АСОШ №2	Беседа/опрос Контроль

39		04.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками.	АСОШ №2	Беседа/опрос
40		08.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Просмотр мультфильма «Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками».	АСОШ №2	Беседа/опрос
41		11.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Практическое упражнение в правильной технике чистки зубов.	АСОШ №2	Беседа/опрос
Охрана жизни человека							
42		15.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Правила поведения на улице, в транспорте	АСОШ №2	Беседа рассказ
43		18.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Просмотр тематических мультфильмов "Я и улица", "Правила в транспорте"	АСОШ №2	Беседа просмотр
44		22.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Беседа о явлениях природы. Занятие на свежем воздухе. «Цепи кованные», «Совушка»,	АСОШ №2	Беседа/опрос Контроль
45		25.02.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Ребятам о пожарной безопасности.	АСОШ №2	Беседа рассказ
46		01.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая практическая	2	Работа в группах. Просмотр мультфильма «Кошкин дом». Творческое задание «План эвакуации в моём доме».	АСОШ №2	Беседа Рассказ опрос
48		04.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Практическая работа: оказание первой помощи при ушибах и порезах.	АСОШ №2	Беседа рассказ
49		08.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Групповая	2	Правила поведения в - лесу, на лугу, на речке.	АСОШ №2	Беседа рассказ

50		11.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	Безопасность на воде во время летнего купания. Просмотр тематического мультфильма.	АСОШ №2	Беседа Рассказ контроль
51		15.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	Чем опасен электрический ток.	АСОШ №2	Беседа рассказ
52		18.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	. Беседа «Что такое электроток, как поступать с висящим оголённым проводом	АСОШ №2	Беседа Рассказ
53		22.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	Не прикасайся мокрыми руками к электроприбора м».	АСОШ №2	Беседа рассказ
54		25.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	Дорожные знаки	АСОШ №2	Беседа рассказ
55		29.03.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая практическая	2	Игра – пазл «Знатоки дорожных знаков».	АСОШ №2	Беседа рассказ
56		01.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я практическая	2	Игры-эстафеты на свежем воздухе (спортзале) «Извилистая дорога», «Такси».	АСОШ №2	Беседа рассказ
57		05.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	«Мы на улицах города». Спортивно-игровое мероприятие по ПДД.	АСОШ №2	Беседа рассказ опрос
58		08.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	«Мы на улицах города». Спортивно-игровое мероприятие по ПДД.	АСОШ №2	Беседа
59		12.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я практическая	2	Игра – задание «Друзья светофора	АСОШ №2	Беседа рассказ
60		15.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	Просмотр мультфильма«Невидимка- газ». Беседа по содержанию	АСОШ №2	Беседа контроль

61		19.04.26 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	Беседа о причинах пожара в квартире.	АСОШ №2	Беседа контроль
62		22.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	Спички – это не игрушка.	АСОШ №2	Беседа рассказ
Наша безопасность							
63		26.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.	АСОШ №2	Беседа контроль
64		29.04.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	Ориентировка в окружающем мире	АСОШ №2	Беседа контроль
65		03.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я	2	Ты — пешеход. Правила безопасного поведения на дороге	АСОШ №2	Беседа контроль
66		06.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я практичес кая	2	Безопасное поведение на воде	АСОШ №2	Беседа/оп рос
67		10.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая практичес кая	2	Безопасное поведение на природе	АСОШ №2	Бесеба/оп рос
68		13.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая практичес кая	2	Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых	АСОШ №2	Беседа/оп рос
69		17.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	Инфекционные заболевания. Их профилактика. Основы личной гигиены	АСОШ №2	Беседа/оп рос
70		20.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая	2	Защита человека в чрезвычайных ситуациях	АСОШ №2	Беседа/ контроль
71		24.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	групповая практичес кая	2	Вредные привычки, их влияние на здоровье и профилактика	АСОШ №2	Беседа контроль
72		27.05.27 14^{00}-15^{30} 15^{40}-17^{25}	Группова я практичес кая	2	Мини - проект «Путешествие в страну Здоровья и безопасности».	АСОШ №2	контроль

ИТОГО	**144**	

Приложение-2

Оценочные материалы.

Для проведения аттестации педагог готовит пакет документов, включающий в себя: тестовые задания; творческие задания. 7-10 лет Стартовая диагностика «Здоровый образ жизни: понятие, составляющие. Что я знаю о вредных привычках?» Данная методика предложена методистами Центра методического обеспечения воспитательной работы УО РИПО Радоман Г.А., Долбешкиной Н.А. и изучает ориентацию учащихся на здоровый образ жизни, отношение к вредным привычкам. Как ты понимаешь понятие «здоровый образ жизни»? Что, по – твоему, входит в составляющие здорового образа жизни? Что, по – твоему, относится к вредным привычкам? Какими вредными привычками обладаешь ты? Пытался ли ты избавиться от вредных привычек? Как ты думаешь, почему человек начинает обладать вредными привычками? Как ты думаешь, какие альтернативы можно предложить взамен вредным привычкам? Как ты считаешь, в нашей школе проводится достаточно мероприятий по пропаганде здорового образа жизни? Рубежная диагностика «Правильное питание» 1 Что такое здоровый образ жизни?А) Это поведение, которое сохраняет и укрепляет твоё здоровье. Б) Лечебно - физкультурный комплекс упражнений. В) Регулярные занятия физкультурой. 2. В каком ряду все перечисленные условия относятся к показателям здорового образа жизни? А) Рациональное питание, несоблюдение режима труда и отдыха. Б) Занятия физическими упражнениями и спортом, курение. В) Рациональное питание, соблюдение

режима труда и отдыха, занятие спортом. 3. В какой строчке описывается здоровый человек? А) Сутулый, крепкий, неуклюжий, высокий. Б) Горбатый, бледный, хилый, низкий. В) Стройный, сильный, ловкий, статный. 4 Что такое режим дня? А) Строгое соблюдение определенных правил. Б) Режим дня - это распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня. В) Это прием пищи по времени. 5 Что дает человеку соблюдение правильного режима дня? А) Много времени для отдыха и развлечений. Б) Рациональное использование каждой минуты своего времени. В) Получение высокой зарплаты. 6 Какая последовательность занятий после школы полезнее для здоровья? А) Выполнение домашних заданий, обед, прогулка; Б) Обед, прогулка, выполнение домашних заданий; В) Обед, выполнение домашних заданий, прогулка. 7 Какой из этих предметов должен быть личным? 8 Что такое рациональное питание? А) Это правильное, «разумное» питание. Б) Питание, распределенное по времени принятия пищи. В) Питание определенным набором продуктов питания. 9. В каком ответе перечислены только продукты растительного происхождения? А) Хлеб, чай, сыр, картофель, орехи. Б) Хлеб, помидоры, кофе, яблочный сок, варенье. В) Масло, сыр, творог, мясо, рыба. Задания для проверки уровня освоения программы Итоговое тестирование «Мое здоровье». (За каждый правильный ответ - 1 балл) Задание 1 Закончи предложение: Меры сохранения здоровья изучает наука _____ Задание 2 Сколько раз в день надо чистить зубы: А) 1 раз в день; Б) 2 раза в день, когда захочешь; В) 2 раза в день: утром – перед едой и вечером – перед сном. Задание 3 Сколько раз в год надо посещать врача-стоматолога? _____ Задание 4 Назови продукты, которые полезны твоим зубам:
_____ Задание 5 Через что кожа дышит? А) через нос; Б) через поры; В) через рот. Задание 6 Какие повреждения кожи ты знаешь?
_____ Задание 7 Перечисли правила ухода за
кожей_____ Задание 8 Какие продукты полезны для здоровья?
_____ Задание 9 Какие правила питания ты знаешь?
_____
_____ Задание 10 Какие правила ухода за одеждой ты знаешь?
_____
_____ Задание 11 Дай советы, что полезно и что вредно для здоровья человека. Полезно для здоровья Вредно для здоровья
_____ _____ Задание 12 Объясни, почему курение вредно для организма человека.
_____
_____ Задание 13 Допиши данные утверждения, указав причину а), и следствие б). а) Чтобы не было искривления позвоночника и нормально

развивались внутренние органы (легкие, сердце), надо сидеть за столом б) Врачи рекомендуют два раза в день чистить зубы (утром и вечером), чтобы Задание 14 Какие правила безопасного поведения надо соблюдать у водоемов?

_____
_____ Задание 15 Назови меры по улучшению экологической обстановки в городе или селе, где ты живешь. Раскрой, как это помогает сохранению здоровья людей.

_____
_____ Задание 16 Вставь в определение пропущенное слово: События, которые угрожают здоровью и жизни людей называют _____ситуациями. Задание 17 Какие виды травм ты знаешь?

_____
_____ Какие правила нужно соблюдать, чтобы избежать травмы?

_____
_____ ____ Задание 18 Назови, какие нужно соблюдать правила противопожарной безопасности.

_____
_____ Задание 19 Назови, какие нужно помнить правила безопасного поведения при встрече с незнакомыми людьми.

_____
_____ Задание 20 Рассмотри рисунок уличного светофора. Запиши, что означают световые сигналы: красный, желтый, зеленый.

_____
_____ Задание 21 Запиши, что обозначают дорожные знаки:

_____
_____ Задание 22 Составь и запиши правила безопасности для пешеходов в городских условиях. Заполни пропуски в предложениях. Переходи проезжую часть только при сигнале светофора. Переходи проезжую часть по переходу. Не перебегай дорогу перед .Не играй в мяч или салки на 23. Назовите объекты живой природы_____ неживой природы____

Лист экспертизы
программы педагога дополнительного образования
Составитель: педагог Махаури М.М.

МБУ ДО «ЭБС Серноводского муниципального района»

Краткая характеристика программы

Наименование программы	**«Человек и здоровье»**
Направленность программы	**Естественнонаучная**
Срок реализации	**1 год**
Объем	**144 часа**
Возраст обучающихся	**8-11 лет**

№ п/п	Наименование экспертного показателя	Да/ Нет/ Частично	Комментарий эксперта
1.	**Соответствие текста программы общим требованиям:** основным правилам оформления текстовых документов по ГОСТ	Да	
2.	**Соответствие титульного листа общим требованиям** Наименование образовательной организации. Гриф утверждения программы (с указанием даты и номера приказа) Название программы Направленность программы Уровень освоения программы Возраст детей, на которых рассчитана программа Срок реализации программы ФИО, должность разработчика (разработчиков) программы Город и год разработки программы	Да	
3.	**Комплекс основных характеристик программы**		
3.1.	**Направленность программы** Программа соответствует заявленной направленности ДОД. Направленность образовательной программы соответствует ее названию и содержанию. Цель и задачи сформулированы с учетом направленности программы.	Да	

3.2.	**Уровень программы.** Обосновано отнесение программы к заявленному уровню. Срок освоения программы адекватен уровню.		
3.3.	**Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность** Обоснована актуальность программы. Программа соответствует действующим нормативным правовым актам и государственным программным документам. В программе представлены современные идеи и актуальные направления: развития науки, техники, культуры, экономики, социальной сферы и др., развития и организации дополнительного образования детей Предусмотрена возможность использования программы в других образовательных системах.	Да	
3.4.	**Цель и задачи программы.** Сформулированы цели, задачи программы, они согласованы с содержанием и результатами программы. Цель должна быть связана с названием программы, отражать ее основную направленность и желаемый конечный результат. Задача – конкретные «пути» достижения цели.	Да	
3.5.	**Отличительные особенности программы.** Изложены основные идеи, на которых базируется программа, обосновано ее своеобразие; принципы отбора содержания, ключевые понятия и т.д. Указано, чем отличается программа от уже существующих в данном направлении.	Да	
3.6.	**Категория учащихся.** Охарактеризованы и учтены возрастно-психологические особенности учащихся. Обоснованы принципы формирования групп, количество учащихся.	Да	
3.7.	**Сроки реализации программы.** Заявлена продолжительность образовательного процесса, выделены этапы. Запланированный срок реализации программы реален для достижения результатов.	Да	
3.8.	**Формы и режимы занятий по программе.** Выбор форм организации деятельности учащихся аргументирован и обоснован. Обоснован представленный режим занятий (их количество и периодичность)	Да	

3.9.	**Планируемые результаты освоения программы.** Разработанные результаты соотносятся с целью и задачами обучения по программе. Охарактеризованы предметные и личностные результаты. Результаты сформулированы четко и конкретно: перечислены приобретаемые знания, умения и качества личности учащегося. Определено, как учащиеся будут демонстрировать приобретенные знания и умения по программе и свои достижения.	Да	
4.	**Содержание программы.**		
4.1.	**Учебно-тематический план.** УТП отражает содержание программы, раскрывает последовательность изучения тем. УТП составлен в соответствии с заявленными сроками и этапами на весь период обучения, оформлен в таблице. УТП определяет количество часов по каждой теме с распределением на теоретические и практические занятия (может включать формы работы и контроля)	Да	
4.2.	**Содержание учебно-тематического плана.**		
	Представлено реферативное описание каждой темы согласно УТП: в теоретической части учебный материал раскрывается тезисно и представляет собой объем информации, которым сможет овладеть учащийся; в практической – перечисляются формы практической деятельности детей.	Да	
	Содержание программы соответствует: поставленным цели, задачам, указанной направленности и заявленному уровню; современному уровню развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы.	Да	
	Содержание программы направлено на: создание условий для личностного развития учащегося, его позитивную социализацию, социальное, культурное, профессиональное самоопределение и творческую самореализацию личности ребенка, формирование у учащихся учебных действий (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных), практико-ориентированных знаний, умений и навыков.	Да	

4.3.	**Календарный учебный график.** Составлен календарный учебный график для учебной группы, включающий календарный период проведения занятия, формы занятий (онлайн, офлайн), количество часов по каждой теме, наименование раздела, темы занятия, формы контроля.	Да	
5.	**Формы аттестации и оценочные материалы.** Разработаны формы промежуточной и итоговой аттестации, адекватные заявленному содержанию программы и возрасту учащихся. Разработан мониторинг эффективности реализации программы. Созданная система оценочных средств позволяет проконтролировать каждый заявленный результат обучения, измерить его и оценить.	Да	
6.	**Комплекс организационно-педагогических условий.**		
6.1.	**Материально-технические условия реализации программы.** Представлена совокупность необходимых и достаточных условий для реализации программы. МТБ для реализации программы обоснована и достаточна. Представлены современные информационно-методические условия реализации программы (электронные образовательные ресурсы, информационные технологии, использование инфраструктуры организации: библиотеки, музей и др.)	Да	
6.2.	**Кадровое обеспечение программы.** Указан квалификационный уровень педагога дополнительного образования. Указаны другие специалисты, привлекаемые для реализации программы (в случае необходимости).	Да	
6.3.	**Учебно-методическое обеспечение программы.** Описана общая методика работы с учащимися по программе.	Да	

	Используемые формы, методы и технологии актуальны, обоснованы, соответствуют возрасту, категории (ОВЗ, одаренные и т.д.) и возможностям учащихся; рассчитаны на формирование и применение практико-ориентированных ЗУН. Программа обеспечена методически, дидактически и технологически (положения, рекомендации, учебные пособия, разработки занятий, наглядный материал и др.)		
7.	Список литературы. Список литературы актуален. Список литературы для разных категорий участников образовательного процесса. Оформление списка соответствует современным требованиям к оформлению библиографических ссылок.	Да	
8.	Стиль и культура оформления программы. Стилистика изложения программы: официально-деловой стиль документа. Современность и обоснованность использования педагогической терминологии. Оптимальность объема программы. Четкая структура и логика изложения.	**Да**	

Заключение: ***программа прошла внешнюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБУ ДО «ЭБС Серноводского муниципального района»***.

Эксперт: Лулаева Р.С., зам. руководителя МОЦ

Руководитель МОЦ Ш.С. Ирбаиев

«07» сентября 2026 г.