

Министерство социальной политики Нижегородской области
ГКУ «Социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних
Сосновского района»

Утверждено
приказом директора
ГКУ «СРЦН
Сосновского района»
Петрунина Н.В.
31.08.2020 год



**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«Азбука здоровья»**

(формирование культуры здорового и безопасного образа жизни)

Возраст обучающихся: от 7 лет

Срок реализации программы: 9 мес.

Авторы-составители

Воспитатели отделения социальной реабилитации:

Павлова О.В.

Трусова Е.А.

Ушакова С.В.

Астафьева Т.М.

2020 год

Содержание

1. Пояснительная записка	3-9 стр.
2. Организационно-педагогические условия реализации программы	10-12 стр.
3. Учебный план	13 стр.
4. Календарный учебный график	14-16 стр.
5. Рабочая программа	16-28 стр.
6. Оценочные материалы программы	28-39 стр.
7. Методические материалы программы	40 стр.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно – правовая база

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.75, ст.2 п.9).
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Устав учреждения.

2. Актуальность, цель, задачи.

«Если нельзя вырастить ребенка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать у него высокий уровень здоровья вполне возможно.Н.

М. Амосов, академик

Здоровье – неоценимое счастье для каждого человека, условие его активной полноценной и долгой жизни, успешности во всех сферах жизнедеятельности, полноценного социального функционирования. Сегодня все едины в том, что здоровье детей – это основное условие процветания России.

Актуальность здоровьесбережения обусловлена социальным заказом на сохранение и укрепление здоровья детей, включением здоровьесбережения в число актуальных социальных задач в рамках национальных проектов, а так же необходимостью дать истинно-верные понятия о необходимости здоровьесбережения детям в условиях жизни в СРЦН.

Одной из актуальных проблем является осмысление собственных возможностей в разработке и реализации социально-психологических, социально-медицинских и социально-педагогических технологий, направленных на формирование здоровьесбережения детей, находящихся в стенах СРЦН.

Проблема здоровьесбережения выступает как глобальная проблема для детей, находящихся на реабилитации в СРЦН. Находясь в семье, а зачастую

это неблагополучные семьи, примером подражания для детей являются их родители. А родители в таких семьях ведут аморальный образ жизни, занимаются эксплуатацией детей, запугивают их «для их же блага», не создают условий для нормального развития и т. д. Семейное неблагополучие порождает массу проблем в частности в здоровьесбережении детей и приводит к нарушению ценностных ориентации.

Попадая в СРЦН, ребенок имеет некие представления об образе жизни, но не всегда они положительные. Именно поэтому на работников СРЦН ложится огромная ответственность по обновлению и привитию детям, оставшихся без попечения родителей, общепринятых норм здоровьесбережения.

Практика воспитания детей вне семьи свидетельствует о том, что работники СРЦН обязаны владеть теоретическими и практическими знаниями в области здоровьесбережения. Они, участвуют в решении проблем детского здоровья, выступают в качестве «учителей здоровья».

В связи с этим, возникла необходимость обновления уже имеющихся в ГКУ «СРЦН Сосновского района» программ, направленных на развитие навыков ЗОЖ и формирование представлений об индивидуальной безопасности и культуре поведения, а так же подготовки единой социально-педагогической программы, охватывающей детей в возрасте 7-11 лет.

Условиями эффективной работы с детьми по формированию навыка о ЗОЖ являются:

- доступность сообщаемых сведений о биологических, социальных, экологических и поведенческих составляющих ЗОЖ;
- соблюдение принципов наглядности, последовательности, систематичности, постепенного усложнения материала;
- реализация воспитательно-образовательной работы с опорой на предметно-практическую и продуктивную деятельность дошкольников и младших школьников, обогащение их чувственного опыта, развитие умений наблюдать, анализировать, обобщать, устанавливать причинно-следственные связи между событиями;
- использование различных заданий и упражнений с учетом особенностей внимания, памяти, мышления и речи старших дошкольников и младших школьников; коррекция этих психических процессов в ходе формирования представлений о здоровом образе жизни;
- определение способов передачи социального опыта в соответствии с уровнем психического развития детей (совместные с взрослым действия,

подражание, образец, обобщенная словесная инструкция, расчлененная словесная инструкция).

Поэтому восстановление здоровья детей, обучение здоровому образу жизни, формирование ценности здоровья в представлениях подрастающего поколения – актуальные задачи данной программы. Она должна и может помочь понять воспитаннику, что здоровье – это ценность, а главным резервом здоровья человека является его образ жизни, а также дать необходимые знания, помочь сформировать навыки здорового образа жизни.

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Азбука здоровья» составлена в соответствии с требованиями федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Статус программы: авторская.

Образовательная область: социально-педагогическая.

Предмет изучения: безопасность жизнедеятельности и здоровый образ жизни.

Продолжительность реализации программы: 9 месяцев.

Цель программы: способствовать формированию мотивации детей к здоровому образу жизни и их ответственному поведению по сохранению и укреплению своего здоровья.

Задачи:

образовательные:

- формирование у детей мотивации к здоровому образу жизни;
- формирование навыков ответственного, бережного отношения к своему здоровью;
- профилактика и преодоление вредных привычек у детей
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни

развивающие:

- расширение кругозора воспитанников;
- развитие познавательной активности, творческих способностей, любознательности,
- развитие умения сравнивать, анализировать жизненные ситуации; развитие умения принимать самостоятельные решения.

воспитательные:

- Воспитание потребностей к здоровому образу жизни.

- Воспитание самостоятельности в повседневной деятельности.

3. Категория слушателей:

Воспитанники ГКУ «СРЦН Сосновского района», а так же все желающие, на основании заявления родителей, или их законных представителей (без требований к уровню подготовленности воспитанников). Программа рассчитана на детей 7-11лет. Количество занимающихся в группах: 7 человек.

Образовательный комплекс: программа реализуется в рамках деятельности отделений социальной реабилитации несовершеннолетних, отделения дневного пребывания на базе Государственного казенного учреждения «Социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних Сосновского района».

Продолжительность реализации программы: 9 месяцев.

Методы организации процесса обучения:

- метод убеждения;
- организация деятельности;
- методы стимулирования поведения и деятельности.

Методы обучения:

- словесные;
- наглядные;
- игровые;
- практические;
- репродуктивные;
- проблемно-поисковые.

Эти системы методов включают в себя: воздействие словом и другими средствами, обращенными к разуму и чувству, с целью формирования этических представлений, организация деятельности и взаимодействия несовершеннолетних и взрослых с целью развития навыков поведения, усвоения опыта и способов деятельности, формированию культуры образа жизни.

Формы учебной работы:

- занятия ознакомительно-информационного характера;
- практические занятия, на которых полученные знания закрепляются выполнением конкретных заданий;
- разбор и объяснение ошибок, допущенных при выполнении задания.

Приемы педагогического воздействия:

- общеразвивающие упражнения, задания;
- игровые упражнения, задания;
- соревновательные упражнения, задания;

Реализация программы предполагает создание ситуации успеха для каждого обучающегося через формирование способности интегрировать ранее полученные знания, опыт; через усвоение общезначимых ценностей и норм; владение навыками самообразования; через умение сформировать личную осознанную позицию.

4. Объем общеобразовательной программы

Начало учебного года — 01 сентября

Окончание учебного года — 31 мая

Продолжительность учебного года — 34 учебные недели.

Учебный год делится на полугодия:

1 полугодие — 16 учебных недель

Зимние каникулы – 2 недели

2 полугодие — 19 учебных недель

Летние каникулы – 14 недель.

Количество академических часов – 68 часа.

Режим занятий: занятия организуются 2 раза в течение 5-тидневной недели.

- Установленная недельная учебная нагрузка – 2 часа.

- Установленная продолжительность одного занятия обучающихся 7-11 лет – 30 минут.

1. Предполагаемые результаты освоения общеобразовательной программы.

Воспитанники 7-11 должны знать:

- что такое здоровье;
- важность здоровья для нормального функционирования организма человека;
- влияние здоровья на успешность учебно-воспитательного процесса;
- правила личной гигиены;
- значение режима дня, его важность и необходимость;
- правила содержания своей комнаты;
- правила питания;
- правила обращения с животными;
- причины травм;
- способы оказания медицинской помощи при травмах;
- влияние полезных привычек на здоровье;
- о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребления.
- кто такие “пассивные курильщики”;
- о вреде вредных привычек для здоровья;
- способы противостояния вредным привычкам и отрицательному влиянию окружающих;

Воспитанники 7-11 должны уметь:

- беречь своё здоровье;
- вести здоровый образ жизни;
- составлять и придерживаться режима дня;
- соблюдать правила личной гигиены;
- соблюдать режим питания;
- правильно принимать пищу;
- содержать в порядке свои вещи, рабочее место, комнату;
- соблюдать правила дорожного движения;
- обращаться с лекарственными препаратами;
- соблюдать правила безопасного обращения с животными;
- отличать вредные привычки от других привычек;
- бороться с вредными привычками;
- критически относиться к употреблению табака, алкоголя.
- противостоять отрицательному влиянию окружающих;
- принимать правильное решение в сложных ситуациях;
- говорить «нет» в опасных ситуациях;

6. Материально – техническое обеспечение программы

Филиал с. Рожок : музыкальный зал №12 - 77м кв., медицинский кабинет – 14,15 м.кв., изолятор – 25,20 кв.м, ,обеденный зал с раздаткой-47,7 кв.м.,пищеблок - 44,46 м.кв.

3. Музыкальный зал (№12) для учебных занятий , занятий танцами и физической культурой: столы , стулья, полипропиленовые (гимнастические) коврики, кегли, мячи, скакалки; настенные и напольные маты, пианино, мультимедийное оборудование для просмотра развивающего материала: проектор, ноутбук,шкаф для литературы, музыкальный центр.

4.Комната для занятий совмещенная со столовой №5 оснащена: дидактические пособия о здоровом образе жизни, настольные игры, сюжетные картинки о здоровом образе жизни, плакаты;

Игровой материал по правилам дорожного движения;

Инвентарь для творческой деятельности: кисти, картон, цветная бумага, пластилин, клей, ножницы, ватман, краски, цветные карандаши, фломастеры; столы, стулья шкаф, магнитная доска; игрушки для сюжетно – ролевых игр инвентарь для социально-бытового ориентирования: мыло, полотенца, тазы.

Комната для занятий совмещенная со столовой №50 оснащена: дидактические пособия о здоровом образе жизни, настольные игры, сюжетные картинки о здоровом образе жизни, плакаты;

Игровой материал по правилам дорожного движения;

Инвентарь для творческой деятельности: кисти, картон, цветная бумага, пластилин, клей, ножницы, ватман, краски, цветные карандаши, фломастеры; столы, стулья шкаф, магнитная доска; игрушки для сюжетно – ролевых игр инвентарь для социально-бытового ориентирования: мыло, полотенца, тазы.

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация проводится после изучения каждого раздела программы, кроме раздела введения, с целью выявления уровня усвоения знаний детьми.

Формы проведения аттестации учащихся по программе: наблюдение и собеседование с целью оценивания степени выраженности показателей и критериев успешности освоения образовательной программы, в форме опроса по усвоенному материалу.

Оцениваемые параметры и критерии освоения программы для обучающихся 7-11 лет

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
I. Теоретическая подготовка ребенка: 1.1. Теоретическое знание	Соответствие теоретических знаний ребенка требованиям	* минимальный уровень (ребенок владеет менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой); * средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); * максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период)	наблюдение, опрос
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность правильность использования специальной терминологии	* минимальный уровень (ребенок не может оперировать специальными терминами); * средний уровень (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой); * максимальный уровень	опрос

	ии	(специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	
II. Практическая подготовка ребенка 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	* минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков); * средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2); * максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)	анализ работы ребенка
<u>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</u> 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	* минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); * средний уровень (работает с помощью педагога или родителей); * максимальный уровень (работает самостоятельно, не испытывая особых трудностей)	наблюдение
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения подачей подготовленной информации	* минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); * средний уровень (работает с помощью педагога или родителей); * максимальный уровень (не испытывает особых трудностей)	наблюдение
<u>3.3. Учебно-организационные умения</u>	Способность самостояте	* минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе,	наблюдение

<u>навыки:</u> 3.3.1. Умение организовать свое рабочее место	льно готовить свое рабочее место к деятельности убирать его засобой	нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); * средний уровень (работает с помощью педагога или родителей); * максимальный уровень (работает самостоятельно, не испытывая особых трудностей)	
3.3.2. Навыки соблюдения правил безопасности в процессе деятельности	Соответствие реальным навыкам соблюдения правил безопасности программным требованиям	* минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой); * средний уровень (объем усвоенных навыков составляет более 1/2); * максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренный программой за конкретный период)	наблюдение
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	– удовлетворительно – хорошо – отлично	наблюдение

III. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план определяет общий объем учебной нагрузки по программе, определяет перечень тематических разделов программы и время на их усвоение, формы и временной объем промежуточной и итоговой аттестации.

Разделы программы	Кол-во часов	Аттестация	Итого
Раздел 1. Введение в тематику программы «Азбука здоровья».	1	-	1
Раздел 2. «Уроки Мойдодыра», в том числе	13		13
промежуточная аттестация учащихся по теме раздела.		1	1
Раздел 3. Дорожная азбука, в том числе	15		15
промежуточная аттестация учащихся по теме раздела.		1	1
Раздел 4. «Я и опасность вокруг», в том числе	17		17
промежуточная аттестация учащихся по теме раздела.		1	1
Раздел 5. Вредные привычки, в том числе	17		17
промежуточная аттестация учащихся по теме раздела.		1	1
Итоговая аттестации учащихся по всему материалу в форме итогового занятия		1	1
Итого	63	5	68

IV. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Месяц	Неделя обучения	Кол- во часов	Форма занятия	Форма контроля			
				Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Каникулы	Всего за месяц
Сентябрь	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	2	Групповые занятия				
	5 неделя	2	Групповые занятия				
							10
Октябрь	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия	п			
	4 неделя	2	Групповые занятия				
							8
Ноябрь	1 неделя	-	-			-	
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	2	Групповые занятия				
							6
Декабрь	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	2	Групповые занятия	п			
	5 неделя	-	-				-
							8
Январь	1	-	-			-	

	неделя						
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	2	Групповые занятия				
							6
Февраль	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	2	Групповые занятия				
							8
Март	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия	п			
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	-	-				
	5 неделя	2	Групповые занятия			-	
							8
Апрель	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия				
	4 неделя	2	Групповые занятия				
							8
Май	1 неделя	2	Групповые занятия				
	2 неделя	2	Групповые занятия				
	3 неделя	2	Групповые занятия	п	*		
	4 неделя	-					
							6

Итого:	Часов	68	68	4	1	4 нед.	68
	Неделя						34

Условные обозначения:

Промежуточная аттестация	п
Итоговая аттестация	*
Каникулы	-

V. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА для обучающихся от 7 лет

Тематика занятий	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактический материал, комментарии	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Раздел 1.					
Занятие 1. Введение	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Видеофильмы о ПБ, ТБ, тематические картинки	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	Опрос
Раздел 2. Уроки Мойдодыра					
2.Советы доктора Воды.	Урок-погружение	Объяснительно-наглядный,	Видеоролики о ЗОЖ.	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	Анализ и уточнение
3.Кожа и уход за ней.	Урок-практикум	Объяснительно-наглядный,	Видеоролики о строении кожи, проведение опытов, лупы	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	Анализ и уточнение
4. Уход за глазами и ушами.	Урок - практикум	Информационно-рецептивный,	Видеоролик, рисунок «Строение глаза»,	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран,	Анализ и уточнение

		частично-поисковый	«Строение наружного уха», памятки	лупы	
5. Уход за полостью рта и зубами.	Урок-практикум	Объяснительно-наглядный, частично-поисковый	Рисунки зубов (рот со здоровыми зубами, рот с испорченными зубами), зубные щётки, зубная паста, полотенце, аудиозапись песни «От улыбки».	Ноутбук	наблюдение, проверка, научение,
6. Уход за кожей рук и ног	Урок-практикум	Объяснительно-наглядный, частично-поисковый,	таблица «Мышцы человека», рисунки спортсменов. Карточки с пословицами	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран,	Анализ, уточнение
7. Уход за волосами	Урок-игра	Объяснительно-наглядный, познавательная игра, практический.	презентация, плакат с овалом лица, прическами	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран, инструменты для ухода за волосами.	наблюдение, научение,
8. Режим дня, учебы, отдыха. Гигиена сна.	Урок-погружение	Объяснительный, практический, игровой	Стихотворение С. Михалкова «Не спать». Решение проблемных ситуаций; аудиозапись колыбельной песни	Проектор, ноутбук, мультимедийный экран	Наблюдение, проверка, анализ и уточнение
9. Полезные и вредные продукты	Урок-практикум	Познавательная игра, частично-	письмо от Доктора Айболита,		Опрос

питания		поисковый	карточки с заданиями, карточки с изображением продуктов, инвентарь для сюжетно-ролевой игры «Магазин»(корзинки, муляжи продуктов, касса)		
10.Как закаляться.	Урок-лекция	Объяснительный, практический, игровой	Презентация, работа с памяткой.	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран,	Наблюдение, проверка, анализ и уточнение
11.Правила безопасности на воде.	Урок-погружение	Объяснительный, практический, игровой	Рассказ учителя. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Памятка с правилами поведения на воде.	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран,	Наблюдение, проверка, анализ и уточнение
12.Какие врачи нас лечат.	Урок-игра	Объяснительный, практический, игровой	Таблички с названием профессий		Наблюдение, анализ и уточнение
13.Моя комната. Рабочее место. Проветривание. Влажная уборка	Урок-практикум	Объяснительно-наглядный, игровой	Иллюстративная презентация к уроку	инвентарь и приспособления для уборки помещения, пылесос.	Опрос, анализ, уточнение
14.Игровая программа «Уроки Мойдодыра»	Урок-игра	Объяснительно-наглядный, познавательный	Предметы личной гигиены: расческа, мыло,	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран.	Анализ, уточнение

		ная игра, практический.	полотенца, зубная щетка, мочалка.		
15.Промежуточная аттестация по теме раздела.	Итоговый урок по разделу	Практический, частично-поисковый	Тематические фотографии, картинки	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	анализ опрос
Раздел3. Дорожная азбука					
16.Дорога, ее элементы и правила поведения на ней	Урок-погружение	Объяснительно-наглядный,	иллюстративный материал, карточки с заданием, Презентация по ПДД "Дорога! Дети! Безопасность!"	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	анализ, уточнение, опрос
17.Движение по дороге в группе. Где можно и где нельзя играть.	Урок-погружение	Объяснительно-наглядный,	мяч, карточки с заданиями для работы в группе, песня «Играть на дороге опасно», сл. В. Мурзина; муз. С. Миролюбова	Аудиотехника, ноутбук, проектор, мультимедийный экран	анализ, уточнение, опрос
18. Почему на улице опасно?(экскурсия)	Урок-экскурсия	Объяснительно-наглядный			наблюдение, уточнение, опрос
19.Правостороннее движение транспортных средств и пешеходов	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Рисунки, презентация	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	наблюдение, уточнение, опрос
20.Виды транспорта. Мы –	Урок-игра	Познавательная игра, частично-	Тематические плакаты по безопасности в	ноутбук, проектор, мультимедиа	Опрос, анализ, уточнение

пассажиры.		поисковый	транспорте и в общественных местах. Карточки «Выбери правильный ответ». Мультфильм «В автобусе» из серии «Смешарики. Азбука безопасности»	йный экран	ие
21. Дорожные знаки (предупреждающие, запрещающие).	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Картинки «Дорожные знаки», развивающая игра «Собери дорожный знак», мультфильм «Уроки тетушки Совы»,	ноутбук, проектор, мультимедийный экран	наблюдение, уточнение, опрос
22. Дорожные знаки (предписывающие, информационно-указательные).	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Картинки «Дорожные знаки», развивающая игра «Собери дорожный знак», мультфильм «Уроки тетушки Совы».	ноутбук, проектор, мультимедийный экран	наблюдение, уточнение, опрос
23. Дорожные знаки (знаки сервиса).	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Картинки «Дорожные знаки», развивающая игра «Собери дорожный знак», мультфильм	ноутбук, проектор, мультимедийный экран	наблюдение, уточнение, опрос

			«Уроки тетушки Сова».		
24. Нерегулируемые и регулируемые перекрестки.	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Таблицы, презентация	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	анализ, уточнение
25. Мы сигналам светофора подчиняемся без спора.	Урок-игра	Практический, частично-поисковый	Сигнальные таблички: красный, жёлтый, зелёный. Видео из мультфильма «Баба Яга о светофоре».	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	анализ, уточнение
26. Ты – велосипедист.	Урок-игра	Объяснительно-наглядный, частично-поисковый	фломастеры, листы бумаги, презентация «Окатании на велосипеде»	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	наблюдение, уточнение, опрос
27. Остановочный путь и скорость движения.	Урок-игра	Объяснительно-наглядный, частично-поисковый	Презентация	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	наблюдение, уточнение, опрос
28. Причины дорожно – транспортных происшествий	Урок-игра	Объяснительно-наглядный, частично-поисковый	сборник сказок «Дорожные приключения Бимы, Бома и Бама»; альбом для рисования, цветные карандаши;	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	наблюдение, уточнение, опрос
29. Поведение пассажиров при неизбежности	Урок-практикум	Объяснительно-наглядный, частично-	шина, бинты, подручные материалы (косынка,	демонстрационная компьютерная техника с	наблюдение, уточнение,

ДТП ,после ДТП		поисковый	полотенце).	презентацие й	опрос
30. Игровая программа по ПДД. Тема занятия «Азбука дорожной безопасности»	Урок-игра	Познавательная игра, частично-поисковый	Плакаты по ПДД. Дорожные знаки. Макет машины. Карточки с задачами. памятка по правилам ПДД, мультфильм “Правила дорожного движения”	ноутбук, проектор, мультимедийный экран	анализ, уточнение, опрос
31. Промежуточная аттестация учащихся по теме раздела.	Итоговый урок по разделу	Практический, частично-поисковый	Фотографии, картинки	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Наблюдение, анализ и уточнение, опрос
Раздел 4. «Я и опасность вокруг»					
32. Понятие безопасности жизнедеятельности. Опасные предметы	Урок-погружение	Объяснительно-наглядный.	Иллюстрации "Безопасные предметы", картинки с изображением опасных и безопасных предметов	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, опрос
33. Один дома	Урок - лекция	Объяснительно-наглядный	Презентация, д\игра «Один дома»	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, опрос
34. Незнакомые люди	Урок - лекция	Объяснительно-наглядный	Ситуативные картинки (незнакомый взрослый звонит в дверь; предлагает	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение, опрос

			ребенку конфету, покататься на машине).		
35. Телефоны экстренной помощи	Урок-игра	Познавательная игра, частично-поисковый	Иллюстрации с изображением чрезвычайных ситуаций, телефон, карточки с номерами телефонов 01, 02, 03, 04, 112	Ноутбук, диск с записью песни «Тревога»	Анализ, опрос
36. Контакты с животными	Урок - лекция, урок-игра	Объяснительно-наглядный, игровой	Иллюстрации животных. Стихотворение Юнны Мориц "Огромный собачий секрет"	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Опрос, анализ, уточнение
37. Опасные растения	Урок - лекция, урок-игра	Объяснительно-наглядный, игровой	Иллюстрации животных. Загадки про животных	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Опрос, анализ, уточнение
38. Лекарственные и пищевые отравления. Как избежать отравления	Урок - лекция, урок-игра	Познавательная игра, частично-поисковый	Карточки с заданиями. Лекарственные препараты: марганцовка, нашатырный спирт, сода, активированный уголь, вата, бинт, и др.	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
39. Как правильно вести себя на воде, на льду	Урок - лекция	Объяснительно-наглядный, игровой	Презентация, фрагмент из мультфильма «Верните Рекса»	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ и уточнение, опрос
40. Что такое	Урок -	Объяснитель	Иллюстрации с	Ноутбук,	Анализ,

огонь? Тайны огня. Огонь – друг. Огонь – враг. От чего происходят пожары	лекция	ьно-наглядный	изображением огня. Просмотр сюжета из мультфильма «Кошкин дом»	проектор, мультимедийный экран	уточнение, опрос
41. Пожар в квартире	Урок - лекция, урок-игра	Объяснительно-наглядный, игровой	Иллюстрации с изображением пожара в квартире, каска пожарного, сюжетный рисунок «Зайчата», д/игра «Чего нельзя делать»	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
42. Пожар в лесу	Урок - лекция, урок-игра	Объяснительно-наглядный, игровой	Иллюстрации с изображением пожара в лесу, лист бумаги, карандаши, карточки с рисунками «Четвертый лишний»	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
43. Правила пожарной безопасности	Урок - лекция	Объяснительно-наглядный	Иллюстрации различных пожароопасных ситуаций, иллюстрации пожарного оборудования, карточки со словами	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
44. Что делать, если загорелась одежда? Действия при пожаре.	Урок-практикум	Практический, частично поисковый	Иллюстрации с изображением огнетушителя и других средств тушения (ведро с водой, песок и лопата, кошма, лом).	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение, опрос

45. Бытовой травматизм и меры его предупреждения	Урок-практикум	Практический, частично-поисковый	Иллюстрации, кроссворд, карточки для самостоятельной работы, музыкальное сопровождение Ситуативные карточки	Ноутбук	Анализ, уточнение
46. Экстремальные ситуации в жилище.	Урок - лекция, урок-игра	Объяснительно-наглядный, игровой	Красный мяч, иллюстрации с изображением опасных и безопасных предметов и экстремальных ситуаций	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
47. Стихийные бедствия	Урок - лекция	Объяснительно-наглядный, частично - поисковой	Презентация, посылка с письмами, картой; емкость с водой	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
48. Первая медицинская помощь	Урок - лекция, урок-практикум	Практический, частично-поисковый	Телефон, макет машины «скорой помощи», аптечка с набором «медикаментов», иллюстрации «Окажи первую помощь», карточки с изображением моментов оказания первой помощи, кукла - доктор	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение, опрос
49.	Итоговые	Практический	Фотографии,	Ноутбук,	Наблюд

Промежуточная аттестация учащихся по теме раздела	й урок по разделу	ий, частично-поисковый	картинки	проектор, мультимедийный экран	ение, анализ и уточнение, опрос
Раздел 5. Вредные привычки.					
50. Что такое привычка. Полезные и вредные привычки.	Урок-погружение	Объяснительно-наглядный.	Презентация, Беседа по содержанию презентации.	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
51. Вредные привычки и их последствия.	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Фотографии, картинки.	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран.	Наблюдение, анализ, уточнение.
52. Будем делать хорошо и не будем плохо.	Урок лекция.	Объяснительно-наглядный, игровой	Плакаты: «Делать людям хорошо — хорошо самому». «Спешите делать добро»	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Анализ, уточнение
53. Можно ли воровать? Уголовная ответственность.	Урок-лекция	Практический, частично-поисковый	Карточки с пословицами	демонстрационная компьютерная техника с презентацией	анализ, уточнение
54. Урок – сказка «Как чёрные братья решили завоевать мир»	Урок-игра	Объяснительно-наглядный	Запись мультфильма «Ну, погоди» (5 серия), таблица «Курение». Карточки со словами к игре «Девочки и мальчики и чёрные братья».	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран	Наблюдение, анализ, уточнение.
55. Правда об	Урок-	Объяснитель	Презентация,	демонстрац	Анализ,

алкоголе	лекция,	ьный, познаватель ная игра	Просмотр мультфильма «Непьющий воробей»	ионная компьютерн ая техника	уточнен ие
56. Наркотики. Наркотическая зависимость.	Урок- лекция	Объяснител ьно- наглядный, игровой	слайдовая презентация, текст из книги Дж. Родари “Рыбы”, коробочка для игры “Сюрприз”,	демонстрац ионная компьютерн ая техника с презентацие й	Наблюд ение, анализ и уточнен ие
57. Я умею выбирать. Умей сказать «Нет», как сказать «Нет».	Урок- игра	Объяснител ьно- наглядный, игровой	карточки с ситуацией «Просьба». Карточки с приемами предложения ПАВ и со способами отказа.		Наблюд ение, анализ и уточнен ие
58. Игромания	Урок- погружен ие.	Объяснител ьно – наглядный.	Презентация. Обсуждение.	Проектор, ноутбук, мультимеди йный экран.	Наблюд ение, анализ, уточнен ие.
59. Дразнилки и обзывалки.	Урок- лекция	Объяснител ьно- наглядный	Беседа. Презентация.	Муз. Центр, мультимедий ный проектор, компьютер.	Наблюд ение, уточнен ие.
60. Теле и интернет зависимость.	Урок- лекция	Объяснител ьно- наглядный	Рассматривани е карточек. Видеоролик. Ситуативные карточки	Проектор, ноутбук, мультимедий ный экран.	Наблюд ение, уточнен ие.
61. Нецензурны е слова.	Урок- презента ция.	Объяснител ьно- наглядный.	Презентация. Работа с текстом на компьютере, карточки.	Компьютер	Наблюд ение, уточнен ие, анализ.
62. Токсикоман ия – вред	Урок- беседа	Объяснител ьно-	Беседа. Фотографии.		Наблюд ение.уто

здоровью		наглядный			чение.
63. Переедание.	Урок-лекция	Объяснительно-наглядный	Беседа. Презентация. Задания. Карточки с изображением различных напитков.	Проектор, ноутбук, мультимедийный экран.	Наблюдение, анализ, уточнение.
64. «Мы выбираем здоровый образ жизни»	Урок-игра	Объяснительный, познавательная игра	Беседа. Вопросы викторины, карточки		Наблюдение, анализ, уточнение.
65.«Кросс-вопрос»	Урок-игра	Объяснительный, познавательная игра.	Презентация. Конкурсы: «Пороки и достоинства», «Кто быстрее?», «Кросс-вопрос».	Ноутбук, проектор, мультимедийный экран.	Наблюдение, анализ, уточнение.
66.Привычка грызть ногти, ручку, сплёвывать на пол – это хорошо или плохо?	Урок-беседа.	Объяснительный, познавательный.	Беседа. Решение проблемных ситуаций.		Наблюдение, уточнение.
67.Промежуточная аттестация учащихся по теме раздела.	Итоговый урок по разделу	Практический, частично-поисковый.		Ноутбук, проектор, мультимедийный экран.	Наблюдение, анализ и уточнение, опрос.
68. Итоговое занятие по теме "Добро пожаловать в здоровый образ жизни" (в форме Брейн - ринга)	Итоговый урок по программе.	Игровой, частично-поисковый.	Дидактический материал для викторины и кроссворда, ватман с нарисованным по вертикали словом «Здоровье».	Демонстрационная компьютерная техника.	Наблюдение, анализ и уточнение.

			Пословицы.		
Итого				68 часов	

VI. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПРОГРАММЫ

Аттестационные задания для воспитанников 7-11 лет.

Опрос по темам раздела 2 «Уроки Мойдодыра»:

1. Что такое гигиена?
2. Как ухаживать за кожей?
3. Назовите правила бережного отношения к зрению.
4. Что значит вести «здоровый образ жизни»?
5. Сколько раз должны питаться в день дети вашего возраста?
6. Что означает слова «Чистота- залог здоровья»?
7. Почему полезно есть сырые фрукты и овощи ?
8. Какие правила необходимо соблюдать во время еды?
9. Как правильно принимать утренние и вечерние культурные – гигиенические процедуры?
10. Перечисли правила ухода за своей комнатой.

Если ребенок владеет менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний (дал положительные ответы на 4 вопроса), предусмотренных программой, отвечает на вопросы с помощью педагога) – низкий уровень;

* средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$ (дал положительные ответы на 5, 6 вопросов), затрудняется в ответах на вопросы);

* максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, самостоятельно отвечает на вопросы педагог

Опрос по темам раздела 3 «Дорожная азбука»

КРОССВОРД ДОРОЖНЫЙ

1. Три разноцветных круга
Мигают друг за другом.
Светятся, моргают -
Людям помогают.

2. Я по городу иду,
Я в беду не попаду.
Потому что твердо знаю -
Правила я выполняю.

3. Здесь не катиться автобус.
Здесь трамваи не пройдут.
Здесь спокойно пешеходы
Вдоль по улице идут.
Для машин и для трамвая
Путь-дорога есть другая.

4. Из Африки в город попала
зверюга.
Совсем ошалела зверюга с
испугу.
Лежит, как уснула, буди, не буди!
Хоть езди по ней, хоть ногами
ходи.

5. Тем прибором выявляю
Тех, кто скорость превышает.
Говорит локатор строгий:
- Нарушитель на дороге!

6. Слог мой первый спать велит,
Средний - в музыке звучит,
А последний меру знает:
ЦЕЛЫМ скорость измеряют.

7. Выходя на улицу
Приготовь заранее
Вежливость и сдержанность,
А главное -

8. Не летает, не жужжит,
Жук по улице бежит.
И горят в глазах жука
Два блестящих огонька.

9. Жмет водитель по газам!
Мчит, как горная коза.
Красным вспыхнул светофор!
Что нажмет теперь шофер?

10. Что за темная дыра?
Здесь, наверное, нора?
В той норе живет лиса.
Вот такие чудеса!
Не овраг здесь и не лес,
Здесь дорога напроез!
У дороги знак стоит,
Но о чем он говорит?

11. Поезд быстро-быстро мчится!
Чтоб несчастья не случиться,
Закрываю перегезд -
Запрещен машинам въезд!

12. В белом треугольнике
С окаемкой красной
Человечкам-школьникам
Очень безопасно.
Этот знак дорожный
Знают все на свете:
Будьте осторожны,
На дороге ...

Если ребенок владеет менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой, отвечает на вопросы с помощью педагога) – низкий уровень;
 * средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$, затрудняется в ответах на вопросы);
 * максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, самостоятельно отвечает на вопросы педагога.

Опрос по темам раздела 3 «ПДД. Дорожная азбука»:

1. Что такое проезжая часть? Ответ: Это часть улицы, где едут машины.
2. Что такое пешеходный тротуар? Ответ: Это часть улицы, где ходят пешеходы.
3. Где идти, если нет тротуара? Ответ: По обочине.
4. Где можно перейти улицу? Ответ: По переходу.
5. На какой свет нужно переходить улицу? Ответ: На зеленый свет.
6. При каком свете двигаться нельзя? Ответ: При красном свете.
7. На какой свет могут двигаться машины? Ответ: На зеленый свет.
8. Что называется площадью? Ответ: Перекресток, где пересекаются или берут начало несколько улиц.
9. Какие технические средства регулирования движения вы знаете? Ответ: Светофор, дорожные знаки.
10. Как определить, что машина собирается повернуть направо (налево)?
Ответ: Включается и мигает правый (левый) фонарик— указатель поворота.
11. Какую опасность для пешеходов представляют зимние дороги? Ответ:
На скользкой дороге увеличивается тормозной путь машин, дороги сужены из-за снега, снежные заносы, гололед мешают движению машин.
12. Какие вы знаете специальные автомобили? Ответ: К специальным автомобилям относятся пожарные, медицинские, аварийные, автокраны и другие.
13. Как называется подземная железная дорога? Ответ: Метро.
14. Есть ли у велосипедиста путь торможения? Ответ: Да. Никакой транспорт остановиться сразу во время движения не может.
15. Как вы понимаете выражение «час пик»? Ответ: Это время наибольшего движения.

Опрос по темам раздела 4 «Я и опасность вокруг»:

1. Что такое «Опасная ситуация»?

- А) крупномасштабная опасность;
- Б) чрезвычайная ситуация в природе;
- В) экстремальная ситуация в городе;
- Г) в которой возникает прямая угроза жизни и здоровью человека.

2. Назовите опасность, которая существует в наших домах.

- А) уют;
- Б) газовая плита;
- В) все перечисленное;
- Г) бытовая химия.

3. С чем опасно играть дома?

- А) со спичками;
- Б) с оголенными проводами;
- В) со всеми перечисленными;

Г) с режущими предметами.

4. Какую главную опасность представляет разбившийся градусник?

А) можно порезаться стеклом;

Б) можно отравиться ртутью;

В) будут ругать родители;

Г) нет никакой опасности.

5. Что ты будешь делать, если вдруг дома загорится телевизор?

А) выдерну вилку из розетки и накрою одеялом;

Б) буду тушить водой;

В) буду звать на помощь;

Г) ничего делать не буду.

6. Соедини стрелочками номера телефонов и названия срочных служб.

01	газовая служба
02	милиция
03	пожарная служба
04	скорая помощь

7. Что относится к средствам пожаротушения?

А) огнетушитель;

Б) песок;

В) вода;

Г) все перечисленное.

8. В квартире начался пожар. Что необходимо сделать?

А) быстро выйти на улицу и вызвать спасателей;

Б) постараться потушить пожар самостоятельно;

В) открыть все окна в квартире;

Г) все способы правильны.

9. Какую травму можно получить при подвижной игре на улице?

А) ожог;

Б) ушиб;

В) укус;

Г) обморожение.

10. Как безопаснее купаться летом на водоемах?

А) одному;

Б) в специально отведенных местах;

В) с другом вдали от берега;

Г) купаться всегда безопасно.

11. Какие правила гигиены нужно соблюдать после общения с домашними животными?

А) обязательно принять душ или ванну

Б) никаких правил соблюдать не требуется

В) тщательно вымыть руки

Если ребенок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой, отвечает на вопросы с помощью педагога) – низкий уровень;
* средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$, затрудняется в ответах на вопросы);
* максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, самостоятельно отвечает на вопросы педагога).

Опрос по темам раздела 5 «Вредные привычки»:

Я люблю покушать сытно,
Много, вкусно, аппетитно.
Ем я все и без разбора,
Потому что я (обжора).

Не люблю я, братцы, мыться,
С мылом, щёткой не дружу.
Вот поэтому, ребята,
Вечно грязный я хожу.
И сейчас не потому ли
Назовут меня (грязнулей)

Честно я скажу ребятам:
Быть опрятным, аккуратным
Очень трудно... Самому
Сам не знаю, почему.
Вещи всюду я бросаю
И найти их не могу.
Что схвачу, в том и бегу.
Где штаны? А где рубаха?
Я не знаю. Я – (неряха).

Спортом я не занимаюсь
И никак не закаляюсь
Бегать, прыгать нету сил.
Свет мне, кажется, не мил.
Я сутулый и хромой,
Я для всех уже больной.
(лежебока)

Я стройна, худа, красива

Всем подруженькам на диво.
Хоть и сил осталось мало,
Но зато я стройной стала.
Ничего почти не ем
И уж высохла совсем.
Я горжусь теперь собой
Но все зовут меня (худой)

Я вчера был на Луне!
Что не верите вы мне?
Лунный камень я привёз.
Доставал рукой до звёзд.
Поголял я по Луне-
Как понравилось там мне
Видел лунных человечков,
Перемолвились словечком.
Три руки у них, три глаза-
Не видал таких ни разу.
Погостил у них немножко
И обратно в путь дорожку.

Вы ему не верьте слишком,
Потому что он (врунишка)

Лишь услышу шум и гам,
Я бегу к учителям.
Говорю, что Дима с Петей
Подрались опять в буфете.
Тот контрольную списал,
Тот к уроку опоздал.
Ваня взял пенал у Светы,
На уроке ел конфеты,
Не дежурил утром в классе,
Подарил он жвачку Васе.
Вроде я для всех стараюсь,
Но и тут опять беда
Почему-то называют меня ребята (ябеда)

Я невкусный и вонючий,
Но чтоб выглядеть покруче,
Кое-кто меня берёт,
Дым пускает, но умрёт
Раньше он других, ребята -
Я болезнями богатый (табак)

Не люблю решать задачи,
А люблю я передачи,
Целый день смотрю подряд
Фильмы, сказки, хит-парад.
Знаю: всё это обман,
Но ведь я же... (телеман)

Чтобы не был хилым, вялым,
Не лежал под одеялом,
Не хворал и был в порядке,
Делай каждый день... (Зарядку)

Болею мне некогда друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И я собою очень горд,
Что дарит мне здоровье... (Спорт)

Если ребенок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой, отвечает на вопросы с помощью педагога) – низкий уровень;

* средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$, затрудняется в ответах на вопросы);

* максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, самостоятельно отвечает на вопросы педагога.

Итоговая аттестация проводится с целью определения уровня знаний детей по программе в форме итогового занятия по теме «Путешествие в страну Здоровья» (игры «Счастливый случай»).

Если во время итогового занятия ребенок дал положительные ответы менее чем на 6 вопросов – низкий уровень;

Если во время итогового занятия ребенок дал положительные ответы на 7 вопросов – средний уровень;

Если во время итогового занятия ребенок дал положительные ответы более чем на 7 вопросов – высокий уровень.

1-й ГЕЙМ: «Светофор Здоровья»

У каждой команды есть светофор «Здоровой пищи»,

- если еда, о которой мы будем говорить, полезная, здоровая- то поднимается зеленый свет;

- если полезная, но в небольшом количестве - желтый цвет;
- если вредная - красный цвет;

Зеленый цвет:

1. сырые овощи, фрукты;
5. черный хлеб;
8. каши;
12. натуральные соки;

Желтый цвет:

3. бутерброд с небольшим количеством ветчины;
6. орехи и семечки;
9. зеленый салат с майонезом;
11. йогурт, сливки, сыр, творог;

Красный цвет:

2. большущий кусок торта;
4. вкусная, жирная жареная свинина;
7. копченая и соленая рыба;
10. крепкий чай, коф

2-й ГЕЙМ: «Да - нет»

Вопросы 1 команде:

1. Зарядка – это источник бодрости и здоровья? (Да)
2. Жвачка сохраняет зубы человека? (Нет)
3. Употребление бананов в пищу поднимает настроение? (Да)
4. Недостаток солнца может вызвать плохое настроение? (Да)
5. Можно ли летом запастись витаминами на весь год? (Нет)
6. Нужно ли ежедневно выпивать 2 стакана молока? (Да)

Вопросы 2 команде:

1. Легко ли отказаться от курения курящему человеку? (Нет)
2. Морковь замедляет процесс старения организма? (Да)
3. Взрослые чаще, чем дети ломают кости? (Да)
4. Алкоголь, наркотики, курение – ухудшают здоровье? (Да)
5. Черника помогает улучшению зрения? (Да)

6. Достаточно ли ребенку спать ночью 6 часов? (Нет)

3 ГЕЙМ: «Дальше, дальше, дальше...»

В здоровом теле – здоровый... дух.
Солнце, воздух и вода - наши лучшиедрузья.
Укрепляй свое телофизкультурой.
Здоров будешь – всего ... добудешь.
Сон – лучшее ... лекарство.
Чистота – залог ... здоровья.
Здоров буду – и денег ... добуду.
Двигайся больше – проживешь.. дольше.
Здоровые зубы - здоровью ...любви.
Здоровье сгубишь – новое...не купишь.
Кто любит спорт - здоров и ...бодр.

Итоговое занятие по теме "Добро пожаловать в здоровый образ жизни" (в форме Брейн - ринга)

Положительный ответ ребёнка менее чем на 5 вопросов – низкий уровень

Положительный ответ ребёнка на 5 вопросов- средний уровень

Положительный ответ ребёнка более чем на 5 вопросов- высокий уровень

Раунд 1. Знаешь ли ты ?

Вопросы первой команде:

1. Какой орган человека сравнивают с насосом? (сердце)
2. Какую функцию выполняет кожа? (защитную)
3. Какой орган человека одновременно и фильтр, и печка? (нос)
4. Почему вреден для человека алкоголь?

5. Всю жизнь ходят в обгонку, а обогнать друг друга не могут (ноги)
6. Ношу их много лет, а счету им не знаю (волосы)

Вопросы второй команде:

1. Какой орган человека сравнивают с компьютером? (мозг)
2. Какие охранные посты не пропускают в твоё тело невидимых врагов-микробов, вирусов, пыль и грязь? (кожа, нос, миндалины)
3. Какие органы человека страдают при курении? (лёгкие, сердце, мозг)
4. Для чего нужны человеку брови, ресницы, слёзы? (для защиты глаз)
5. Живёт мой братец за горой, да не встретится со мной (глаза).
6. Всегда во рту, да не проглотишь (язык).

Раунд 2. Гигиена – основа здоровья

Вопросы первой команде:

1. Почему, обязательно 2 раза в день, мы должны чистить зубы?
2. Почему при кашле и чихании надо закрывать нос и рот платком или хотя бы рукой?
3. Как вы думаете, что правильнее: вымыть пол мокрой шваброй, или подмести сухим веником?

Вопросы второй команде:

1. Почему перед едой нужно обязательно мыть руки?
2. К чему может привести вредная привычка - грызть ногти?
3. Почему человек ежедневно, или хотя бы 1-2 раза в неделю должен мыться под душем или в бане, или в ванной?

Раунд 3. Правильное питание – залог здоровья

- Какие, по вашему мнению, продукты полезны, а какие вредны? Почему?

В конкурсе «Угадай полезные продукты» участвуют по одному игроку из каждой команды, на размышление даётся по 2 минуты. Разложите карточки с

названиями продуктов по–полезности. В одну стопку - полезные, в другую – вредные. Объясните почему.

Физкультминутка.

Раунд 4. Спорт, движение – залог здоровья

Игра « Меткий стрелок»

Раунд 5. Зелёная аптека – кладовая здоровья.

Растения: 1. Крапива, Мать и мачеха, Лопух или репейник, Чистотел.

2. Ромашка, Полынь, Липовый цвет, Малина.

Раунд 6. Скорая помощь.

Вопросы первой команде:

1. Какая первая помощь нужна человеку при солнечном ударе, или когда тебе стало плохо на солнце?
2. Что нужно сделать в первую очередь при ожоге?
3. Что предпринять если ты поранился и у тебя течёт кровь?

Вопросы второй команде:

1. Что предпринять, если у человека кровотечение из носа?
2. Как вы думаете, что нужно сделать, если ты обморозил нос или щёку?
3. Как поступить, если человек сильно ушиб и поцарапал колено?

ВОПРОСЫ БЛИЦ - ТУРНИРА:

1. Какие меры профилактики гриппа в зимнее время вы знаете?
2. Назовите болезни «грязных рук»
(желудочно-кишечные заболевания, дизентерия, желтуха)
3. Какие болезни таит в себе глоток воды из реки или озера?
(холера, желтуха, гельминты, дизентерия)

4. Почему нельзя сразу после занятий физкультурой пить холодную воду?
(резкое охлаждение горла на фоне общего разогревания организма вызовет ангину)

1. Почему нельзя гладить незнакомых кошек и собак?

(возможно заражение лишаями, блохами, глистами)

2. Как избежать солнечного удара?

3. Почему нельзя грызть карандаши, ручки, ногти?

(вредно для зубов .микробы)

4. Почему нельзя курить?

Рефлексия: - Еще одним показателем здоровья человека, и фактором, влияющим на здоровье человека, является его настроение, эмоциональное состояние, поэтому я попрошу вас просигнализировать:

- желтым цветом – если урок вам понравился, вам было интересно и у вас было хорошее настроение;

- зеленым цветом – если вы были не совсем довольны занятием, и у вас было грустное настроение;

- красным цветом – если вы были не довольны занятием, и у вас было мрачное настроение. - Пол минутки можете подумать, вспомнить все, проанализировать. *(Дети сигнализируют)*

VII. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПРОГРАММЫ

1. Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Нижегородский

- институт развития образования». Официальный сайт// Интернет источник: <http://www.niro.nnov.ru/>
2. Дополнительные образовательные программы (опыт работы) // Интернет источник: <http://www.niro.nnov.ru/?id=12561>
 3. Министерство образования Нижегородской области. Официальный сайт// Интернет источник: <http://minobr.government-nnov.ru/?id=2500>
 4. Л.А. Обухова, Н.А. Лемяскина .» Школа докторов природы или 135 уроков здоровья»
 - 5«Уроки жизни» программа социального воспитания и образования Нижний Новгород. Нижегородский гуманитарный центр. 2006
 6. Авдеева Н.Н. «Безопасность на дорогах». ООО «Издательство АСТ-ЛТД».
 7. Воронова Е.А. «Здоровый образ жизни в современной школе: программы, мероприятия, игры». Ростов – на Дону: Феникс 2007г.
 8. Кулинич «Вредные привычки: профилактика зависимостей» 1-4 классы. Москва: ВАКО 2010г.
 9. Матвеев В.Ф. «Профилактика вредных привычек школьников» Издательство «Просвещение» 1987 г.
 10. Разюк Е.А. «Игровые модели досуга и оздоровления детей» Волгоград: Учитель 2008г.