|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Управление образования администрации  муниципального образования Староминский район | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  общеобразовательная школа № 3 имени Героя Советского Союза В.В. Петренко муниципального образования Староминский район | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| Принята на заседании  педагогического совета  МБОУ СОШ №3 им. В.В. Петренко  от 30.08.2023г  Протокол №1 | | | | | | | | | | УТВЕРЖДАЮ  Директор МБОУ СОШ №3  им. В.В. Петренко  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.В. Чуприна  30.08.2023г. | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  **ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ** | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
|  | **«Человек и его здоровье»** | | | | | | | | | | | |  |
|  |  | | | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **Уровень программы** | | Ознакомительный | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **Срок реализации программы** | | | | | | 37 часов | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **Возрастная категория** | | | | | | | 13-15 | | | | | |
| **Состав группы** | | | | | | | до 25 человек | | | | | |
|  | | | | |  | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **Форма обучения** | | | | очная | | | | | | |  | | | |  |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **Вид программы** | | | Модифицированная | | | | | | | | | |
|  | | |  | | | | | | | | | |
| **Программа реализуется на бюджетной основе**  **ID-номер программы в навигаторе** 38782 | | | | | | | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | Автор-составитель:  Плотникова Яна Андреевна  учитель биологии | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | |

ст. Староминская, 2023

**Паспорт дополнительной общеобразовательной программы «Человек и его здоровье»**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование муниципалитета | Муниципальное образование Староминский район |
| Наименование организации | Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 3 имени Героя Советского Союза В.В. Петренко муниципального образования Староминский район станица Староминская, ул.Тимашевская, д. 137, телефон 8(86153) 5-74-36 |
| Полное наименование программы | Дополнительная общеобразовательная программа по биологии «Человек и его здоровье» |
| Механизм финансирования | Муниципальное |
| Разработчик(и) программы | Плотникова Яна Андреевна учитель биологии МБОУ СОШ № 3 им. В.В. Петренко |
| Краткое описание программы | В основе программы лежат идеи здоровьесберегающего направления. В данный момент актуальность и общенациональный характер проблемы здоровья граждан очевиден. Возникает необходимость найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здоровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из главных приоритетов |
| Форма обучения | Очная |
| Уровень содержания | Ознакомительный |
| Продолжительность освоения (обьем) | 9 месяцев  37 учебных часов (1 час в неделю) |
| Возрастная категория | от 13 до 15 лет |
| Цель программы | Формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения культуры здорового образа жизни и принципов здоровьесбережения. |
| Задачи программы | 1.Изучение строения организма человека и функционирования его органов и систем;  2.Овладение умениями применять биологические знания для объяснения процессов жизнедеятельности собственного организма; использовать информацию о современных достижениях в области биологии и экологии, о факторах здоровья и риска; работать с биологическими приборами, инструментами, справочниками; проводить наблюдения за состоянием собственного организма;  3.Развитие познавательных интересов, интеллектуальных способностей в процессе проведения биологических экспериментов, работы с различными источниками информации;  4.Воспитание позитивного ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью других людей;  5. Использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни для заботы о собственном здоровье, оказания первой помощи себе и окружающим; оценки последствий своей деятельности по отношению к собственному организму, здоровью других людей; для соблюдения норм здорового образа жизни, профилактики заболеваний, травматизма и стрессов, вредных привычек. |
| Ожидаемые результаты | **Предметные:**  - Знать и аргументировать основные правила поведения в природе, основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации отдыха и труда;  -Обеспечивать уход за телом и жилищем;  -Использовать приемы первой помощи  **Личностные:**  - патриотическое воспитание;  - гражданское воспитание;  - духовно-нравственное воспитание;  - эстетическое воспитание;  - ценности научного познания;  - формирование культуры здоровья;  - трудовое воспитание;  - экологическое воспитание.  **Метапредметные:**  - способность выделять ценность здорового образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;  -способность рационально организовывать физическую и интеллектуальную деятельность |
| Особые условия  (доступность для детей с ОВЗ) | В программе большое внимание уделяется индивидуальной работе с каждым обучающимся, поэтому учитываются способности и возможности каждого ребёнка и варьируется подбор тем и заданий. Усиливается дифференциация и индивидуализация образовательного процесса путем ориентирования на различные контингенты обучающихся – в том числе и для детей с ОВЗ. |
| Возможность реализации в сетевой форме |  |
| Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий | Учебно-тематический план, содержание занятий, их вид и формы построены таким образом, что могут быть реализованы путем электронного обучения с применением дистанционных технологий. |
| Материально техническая база | методическое обеспечение (наличие программы, наглядных пособий, методических разработок, рекомендаций);  материальная база (кабинет, оборудование: столы, стулья, школьная доска);  техническое оснащение (ноутбук, модульный проектор, экран, оборудование «Точки роста»);  дидактический материал:  демонстрационный материал по каждой теме программы, электронно-методический комплекс к занятиям (мультимедийные презентации).  раздаточный материал по каждой теме программы, карточки с текстом для чтения, тесты, упражнения, памятки, интерактивные шаблоны;  кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования. |

**Раздел 1**

**«Комплекс основных характеристик образования: объем,**

**содержание, планируемые результаты»**

**Пояснительная записка**

Здоровый человек живет полноценной жизнью. Зачастую проблемы со здоровьем возникают у человека из-за отсутствия достаточных знаний об инфекционных заболеваниях, их причинах, распространении и последствиях. Пробелы также наблюдаются в области знаний в оказании первой медицинской помощи. Курс помогает сформировать понимание необходимости здорового образа жизни, правильного питания, режима дня, сохранения физического и психического здоровья, поскольку все это может стать причиной нарушения нормального функционирования организма подростка.

**Новизна учебной программы:**

В рамках Национального проекта «Образование» одной из ключевых задач является воспитание здоровой и гармонически развитой личности. Данная программа включает в себя рассмотрение и изучение ряда экологических, здоровьесберегающих проблем, которые на сегодняшний день являются ведущими на всех ступенях экологического просвещения по вопросам сохранения здоровья нации. Для усвоения минимума экологических знаний предусмотрены лекции, беседы, акции, круглые столы и встречи с представителями медицинских учреждений, а также экскурсия в лабораторию МБУЗ ЦРБ Староминского района. Такой подход необходим для формирования у обучающихся навыков здорового образа жизни.

**Актуальность**.

В основе программы лежат идеи здоровьесберегающего направления. В данный момент актуальность и общенациональный характер проблемы здоровья граждан очевиден. Возникает необходимость найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здоровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из главных приоритетов. Программа учитывает возрастные особенности и опирается на наиболее значимые аргументы здорового образа жизни подростков, помогая в социальной адаптации. Помимо биологических особенностей организма человека, в программе отведено место изучению психологических особенностей человека, а также его эмоционально-волевых качеств. Формы и методы обучения способствуют повышению информационной компетенции, развитию познавательных интересов, а, возможно, и формированию профессиональной направленности.

**Целесообразность программы**

Программа способствует формированию здорового образа жизни в целях сохранения физического, психического и нравственного здоровья человека. Способствует профессиональной ориентации школьников, осуществляет тесную связь теории с практикой, вооружает учащихся практическими умениями и навыками.

В процессе и по окончании изучения курса, у обучающихся вырабатываются понятия и навыки познания своей личности, возможностей своего характера, способности воспроизводить нужную информацию о наследственности и здоровье, противостоять вредным привычкам, стрессовым ситуациям, уметь правильно вести себя в той или иной ситуации, оказывать первую помощь.

**Отличительная особенность** данной программы в обобщении и структурировании материала, который направлен на развитие у подростков умений и навыков командной работы; подобраны разнообразные методы и приемы, способствующие развитию у подростков организаторских. Коммуникативных и креативных способностей через включение в активную социально досуговую деятельность. Программа использует современные концепции всероссийских проектов, конкурсов, дней единых действий и других мероприятий.

**Адресат программы:** программа рассчитана на детей старшего школьного возраста от 13 до 15 лет, интересующихся вопросами биологии и медицины. Вид группы – разновозрастная группа. Состав группы – постоянный, нахождение детей в группе самостоятельное. Набор в группу свободный. Численность группы не менее 10 человек.

**Форма и режим занятий:**

Форма обучения – очная. В рамках данной программы будут проходить занятия с детьми 13-15 лет по 1 учебному часу в неделю, с продолжительностью учебного часа – 40 минут. Всего 37 учебных часов. Но, при необходимости, а также при изучении отдельных разделов (по выбору педагога и учащихся и при согласовании с руководством) могут применяться дистанционные образовательные технологии. В этом случае предполагается использование возможностей платформ Zoom, Skype, электронной почты, мессенджеров WhatsApp, Viber, ВКонтакте.

**Методика преподавания курса.**

При реализации программы используются современные образовательные технологии. Совместная деятельность учеников и учителя дает возможность скорректировать образовательный процесс с целью достижения конкретного результата, что позволяет значительно повысить эффективность учебного процесса. Активно применяются коллективные формы познавательной деятельности (парная и групповая работа учащихся на практических занятиях). Акцентируется внимание на индивидуализации обучения с учетом личностных характеристик и познавательных способностей учащихся путем разработки индивидуальных заданий и выбора форм педагогического общения. Педагогические приемы направлены на равномерное продвижение всех обучаемых в процессе освоения учебного материала и результативности обучения независимо от исходного уровня их знаний и индивидуальных особенностей.

Методика работы с учащимися среднего звена предполагает следующие формы и приемы работы в проведении кружка:

* Наглядные (демонстрация иллюстраций, наблюдения);
* Лекционные занятия (разъясняющие объяснения, указания, пояснения);
* Групповые дискуссии (вопросы к детям, дидактические игры, словесная оценка результатов в процессе текущего и итогового контроля, анализ и выводы на перспективу);
* Лабораторные работы (упражнения, опыты и экспериментирование, моделирование);
* Исследовательская работа (выявление проблемы, постановка, формулирование проблемы, пояснение неясных вопросов, формулирование гипотезы);
* Планирование и разработка учебных действий, сбор данных (накопление фактов, наблюдений, доказательств);

Приемы научно-исследовательской деятельности в данном курсе являются наиболее эффективной образовательной технологией. Широкое применение заданий, связанных с проведением наблюдений и опытов, развивает у школьников исследовательские наклонности. Учащиеся смогут применять новые знания и умения на практике, научатся излагать свои мысли, работать индивидуально, в группе и в коллективе. Приобретение навыков исследовательской деятельности поможет им приобщиться к миру науки.

**Цели и задачи программы**

**Цель курса:**

Формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения культуры здорового образа жизни и принципов здоровьесбережения.

**Задачи курса:**

1.Изучение строения организма человека и функционирования его органов и систем;

2.Овладение умениями применять биологические знания для объяснения процессов жизнедеятельности собственного организма; использовать информацию о современных достижениях в области биологии и экологии, о факторах здоровья и риска; работать с биологическими приборами, инструментами, справочниками; проводить наблюдения за состоянием собственного организма;

3.Развитие познавательных интересов, интеллектуальных способностей в процессе проведения биологических экспериментов, работы с различными источниками информации;

4.Воспитание позитивного ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью других людей;

5. Использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни для заботы о собственном здоровье, оказания первой помощи себе и окружающим; оценки последствий своей деятельности по отношению к собственному организму, здоровью других людей; для соблюдения норм здорового образа жизни, профилактики заболеваний, травматизма и стрессов, вредных привычек.

**Содержание программы:**

**Учебно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Количество часов** | | | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1. Что такое здоровье | 2 часа | 2 часа | - | результаты  учебно-исследовательских проектов, фронтальные беседы по изучаемой теме, отчеты по проделанной лабораторной работе |
| 1. Здоровый образ жизни | 4 часа | 3 часа | 1 час |
| 1. Чистота – залог здоровья | 3 часа | 3 часа | - |
| 1. Рациональное питание | 4 часа | 4 часа | - |
| 1. Движение – это жизни | 5 часов | 3 часа | 2 часа |
| 1. Заболевания человека и их профилактика | 10 часов | 7 часов | 3 часа |
| 1. Первая помощь при травмах | 9 часов | 7 часов | 2 часа |
| **Итого:** | **37 часа** | **29 часов** | **8 часов** |  |

**Перечень практических занятий:**

1. Акция «Скажи наркотикам – НЕТ!»
2. Утренняя зарядка. Разработка системы упражнений.
3. Составление правильного режима дня с учетом принципа «Сочетай труд и отдых»
4. Практикум «Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированную нагрузку»
5. Практикум «Определение формулы и структуры своего темперамента»
6. Экскурсия в лабораторию МБУЗ ЦРБ Староминского района
7. Виды кровотечений и помощи при них.
8. Практикум «Правильное наложение повязок при различных травмах»

**Содержание программы**

|  |
| --- |
| **1.Что такое здоровье**  -Введение. Что такое здоровье. |
| -Тест «Мое здоровье» |
| **2. Здоровый образ жизни**  -Мониторинг «Можно ли назвать твой образ жизни здоровым?» |
| -Закаливание и его значение в укреплении здоровья |
| -Вредные привычки и причины их формирования |
| -Акция «Скажи наркотикам – НЕТ!» |
| **3.Чистота-залог здоровья**  -Соблюдай чистоту жилища |
| -Гигиена одежды и обуви |
| -В чистом теле – здоровый дух |
| **4.Рациональное питание**  -Рациональное питание и его значение. Режим питания. |
| -Составление индивидуального меню с учетом принципов рационального питания | |
| -Диета – хорошо или плохо? |
| -Правильное приготовление пищи  **5.Движение-это жизнь** |
| -Роль физических упражнений в жизни человека |
| -Утренняя зарядка. Разработка системы упражнений. |
| -Комплекс упражнений для профилактики заболеваний опорно-двигательной системы. | | | |
| -Физический труд не роскошь, а необходимое условие развития организма |
| -Составление правильного режима дня с учетом принципа «сочетай труд и отдых»  **6. Заболевания человека и их профилактика** |
| -Инфекционные заболевания и их профилактика |
| -Паразитные заболевания и их профилактика |
| -Сердечно-сосудистые и онкологические заболевания |
| -Практикум «Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированную нагрузку» | |
| -Основные физико-химические показатели крови и их роль в своевременном обнаружении заболеваний. | | |
| -Заболевания пищеварительной системы и их профилактика |
| -Нервные и психические заболевания. |
| -Практикум «Определение формулы и структуры своего темперамента» | |
| -Заболевания выделительной системы и их профилактика. |
| -Экскурсия в лабораторию МБУЗ ЦРБ Староминская для ознакомления методов исследования мочи и крови.  **7.Первая помощь при травмах** | | |
| -Что такое первая доврачебная помощь, ее роль |
| -Ушибы и ожоги: твои действия |
| -Первая помощь при тепловом и солнечном ударах |
| -Первая помощь при обморожении |
| -Виды кровотечений и помощи при них. |
| -Переломы, вывихи, растяжения – сумей не навредить |
| -Десмургия. Что это? |
| -Практикум «Правильное наложение повязок при различных травмах» | | |
| -Подведение итогов |

**Планируемые результаты обучения**

**Личностные результаты**

В результате освоения программы «Человек и его здоровье» должны быть достигнуты личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты отражают сформированность, в том числе в части:

**1. Гражданского воспитания:**

* гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
* готовность к служению Отечеству, его защите;
* сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
* навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста,  
  взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
* ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного  
  принятия ценностей семейной жизни.

**2.** **Патриотического воспитания:**

* российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн).

**3. Духовно-нравственного воспитания:**

* сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
* толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
* нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

**4. Эстетического воспитания:**

* эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и  
  технического творчества, спорта, общественных отношений.

**5. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

* принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
* бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и  
  психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

**6. Трудового воспитания:**

* осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации  
  собственных жизненных планов;
* отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

**7. Экологического воспитания:**

* сформированность экологического мышления, понимания влияния  
  социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности.

**8. Ценности научного познания:**

* готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.

**Метапредметные** – формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

* Самостоятельно формулировать проблему в ходе учебной деятельности;
* Выдвигать различные варианты решения проблемы, выбирать из предложенных решений проблем нужные средства для достижения цели;
* Использовать для решения проблемы основные и дополнительные средства обучения;
* Планировать свою образовательную деятельность;
* Пользоваться критериями оценок и самооценок, исходя из целей и задач, давать оценку результатам своей работы;
* Самостоятельно находить и осознавать причины достижения результата, либо находить способы разрешения неуспешного решения проблемы;
* Давать оценку личностным качествам, чертам характера, уметь определять направления своего развития.

**Познавательные УУД:**

* Формулировать и ставить перед собой цели, выделять причины и следствия различных явлений;
* Уметь выбирать смысловые единицы текста и устанавливать связь между ними;
* Уметь выражать смысл ситуаций различными средствами (рисунки, символы, схемы, знаки);
* Работать с натуральными объектами, осуществлять исследовательскую деятельность;
* Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность;
* Выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;
* Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
* Создавать тезисы, планы, преобразовывать информацию из одного вида в другой

**Коммуникативные УУД:**

* Уметь взаимодействовать в социуме (слушать и вступать в диалог);
* Участвовать в коллективном обсуждении проблем;
* Уметь четко выражать свои мысли, аргументировать свои высказывания, учитывать мнения других людей;
* Уметь ставить вопросы, проявлять инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
* Уметь решать конфликты – выявлять, идентифицировать проблему, искать и оценивать альтернативные способы решения конфликтной ситуации;
* Уметь управлять поведение партнера – контролировать, корректировать и оценивать его действия;
* Владеть монологическими и диалогическими формами речи в соответствии с нормами родного языка;
* Планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели, функции и способы взаимодействия участников;
* Уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации

**Предметные:**

* Объяснять некоторые наблюдаемые процессы в своем организме;
* Называть основные правила здорового образа жизни, факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье;
* Объяснять благотворное влияние на организм физкультуры и спорта;
* Использовать знания психологии о типах темперамента, эмоциях, воле для эффективного общения;
* Выявлять причины нарушения осанки и развития плоскостопия;
* Оказывать первую помощь при травмах;
* Применять знания для рационального составления режима дня, правил рационального питания, гигиены;
* Называть симптомы распространенных заболеваний;
* Объяснять роль основных функций организма (питание, выделение, дыхание) в обеспечении нормальной жизнедеятельности организма.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Кол-во часов | Темы | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся  (на уровне универсальных учебных действий) | Основные направления воспитательной деятельности |
| 1.Что такое здоровье | 2 | Введение. Что такое здоровье. | 1 | **Регулятивные УУД:** следовать установленным правилам в планировании и контроле способа решения;  **Познавательные УУД**: осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников; **Коммуникативные УУД:** Строить монологическое высказывание, владеть диалоговой формой коммуникации. | Гражданское воспитание, духовно-нравственное воспитание, экологическое воспитание |
| Тест «Мое здоровье» | 1 |
| 2.Здоровый образ жизни | 4 | Мониторинг «Можно ли назвать твой образ жизни здоровым?» | 1 | **Регулятивные УУД:** Умение организовать выполнение заданий учителя согласно установленным правилам работы в кабинете;  **Познавательные УУД:** Формулировать и ставить перед собой цели, выделять причины и следствия различных явлений;  Выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;  **Коммуникативные УУД:**  Умение применять полученные знания на практике;  Овладение навыками выступлений перед аудиторией;  Умение работать в группах, обмениваться информацией с напарниками; | Формирование культуры здоровья, патриотическое воспитание, трудовое воспитание |
| Закаливание и его значение в укреплении здоровья | 1 |
| Вредные привычки и причины их формирования | 1 |
| Акция «Скажи наркотикам – НЕТ!» | 1 |
| 3.Чистота – залог здоровья | 3 | Соблюдай чистоту жилища | 1 | **Регулятивные УУД:**  Учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;  **Познавательные УУД:**  Добывать необходимые знания и с их помощью проделывать конкретную работу;  **Коммуникативные УУД:** Участвовать в коллективном обсуждении;  Строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми в процессе коллективной деятельности. | Духовно-нравственное воспитание, формирование культуры здоровья, эстетическое воспитание |
| Гигиена одежды и обуви | 1 |
| В чистом теле – здоровый дух | 1 |
| 4.Рациональное питание | 4 | Рациональное питание и его значение. Режим питания | 1 | **Регулятивные УУД:**  Уметь прогнозировать предстоящую работу;  Уметь осуществлять познавательную и личностную рефлексию;  **Познавательные УУД:**  Развивать элементарные навыки установления причинно-следственных связей;  Уметь сравнивать и анализировать информацию, делать выводы.  **Коммуникативные УУД:** Овладение навыками выступления перед аудиторией;  Уметь обсуждать вопросы со сверстниками; Уметь аргументировать свою точку зрения. | Ценности научного познания, эстетическое воспитание, экологическое воспитание |
| Составление индивидуального меню с учетом принципов рационального питания | 1 |
| Диета – хорошо или плохо? | 1 |
| Правильное приготовление пищи | 1 |
| 5.Движение – это жизнь | 5 | Роль физических упражнений в жизни человека | 1 | **Регулятивные УУД:** Выдвигать различные варианты решения проблемы, выбирать из предложенных решений проблем нужные средства для достижения цели;  Самостоятельно находить и осознавать причины достижения результата, либо находить способы разрешения неуспешного решения проблемы;  **Познавательные УУД:**  Формулировать и ставить перед собой цели, выделять причины и следствия различных явлений;  Выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;  Создавать тезисы, планы, преобразовывать информацию из одного вида в другой  **Коммуникативные УУД:**  Участвовать в коллективном обсуждении проблем;  Уметь ставить вопросы, проявлять инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;  Планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели, функции и способы взаимодействия участников; | Трудовое воспитание, Духовно-нравственное воспитание, формирование культуры здоровья |
| Утренняя зарядка. Разработка системы упражнений | 1 |
| Комплекс упражнений для профилактики заболеваний опорно-двигательной системы | 1 |
| Физический труд не роскошь, а необходимое условие развития организма | 1 |
| Составление правильного режима дня с учетом принципа «сочетай труд и отдых» | 1 |
| 6.Заболевания человека и их профилактика | 10 | Инфекционные заболевания и их профилактика | 1 | **Регулятивные УУД:**  Самостоятельно формулировать проблему в ходе учебной деятельности;  Использовать для решения проблемы основные и дополнительные средства обучения;  Планировать свою образовательную деятельность;  Давать оценку личностным качествам, чертам характера, уметь определять направления своего развития.  **Познавательные УУД:**  Формулировать и ставить перед собой цели, выделять причины и следствия различных явлений;  Уметь выражать смысл ситуаций различными средствами (рисунки, символы, схемы, знаки);  Работать с натуральными объектами, осуществлять исследовательскую деятельность;  Создавать тезисы, планы, преобразовывать информацию из одного вида в другой  **Коммуникативные УУД:**  Уметь взаимодействовать в социуме (слушать и вступать в диалог);  Уметь решать конфликты – выявлять, идентифицировать проблему, искать и оценивать альтернативные способы решения конфликтной ситуации;  Уметь управлять поведение партнера – контролировать, корректировать и оценивать его действия; | Формирование культуры здоровья, ценности научного познания, гражданское воспитание, эстетическое воспитание |
| Паразитные заболевания и их профилактика | 1 |
| Сердечно-сосудистые и онкологические заболевания | 1 |
| Практикум «Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированную нагрузку» | 1 |
| Основные физико-химические показатели крови и их роль в своевременном обнаружении заболеваний | 1 |
| Заболевания пищеварительной системы и их профилактика | 1 |
| Нервные и психические заболевания. | 1 |
| Практикум «Определение формулы и структуры своего темперамента» | 1 |
| Заболевания выделительной системы и их профилактика | 1 |
| Экскурсия в лабораторию МБУЗ ЦРБ Староминская для ознакомления методов исследования мочи и крови. | 1 |
| 7.Первая помощь при травмах | 9 | Что такое первая доврачебная помощь и ее роль | 1 | **Регулятивные УУД:**  Использовать для решения проблемы основные и дополнительные средства обучения;  Планировать свою образовательную деятельность;  **Познавательные УУД:**  Уметь выражать смысл ситуаций различными средствами (рисунки, символы, схемы, знаки);  Работать с натуральными объектами, осуществлять исследовательскую деятельность;  Выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;  Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;  **Коммуникативные УУД:**  Участвовать в коллективном обсуждении проблем;  Уметь ставить вопросы, проявлять инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;  Планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели, функции и способы взаимодействия участников; | Формирование культуры здорового образа жизни, ценности научного познания, гражданское воспитание, духовно-нравственное воспитание |
| Ушибы и ожоги: твои действия | 1 |
| Первая помощь при тепловом и солнечном ударах | 1 |
| Первая помощь при обморожении | 1 |
| Виды кровотечений и помощи при них | 1 |
| Переломы, вывихи, растяжения – сумей не навредить | 1 |
| Десмургия. Что это? | 1 |
| Практикум «Правильное наложение повязок при различных травмах» | 1 |
| Подведение итогов | 1 |
|  |  | Итого | 37 |  |  |

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение**

Учебное помещение – аудитория, в которой имеются столы аудиторные и  
стулья; причём есть возможность менять расстановку столов и стульев для  
рассадки учащихся по одному (для индивидуальной работы), по двое (для  
работы в парах), по трое-четверо (для работы в микрогруппах), а также  
рассадки всей группы вокруг единого большого стола (для фронтальной работы с группой).

Необходимое оборудование:

•Компьютер (ноутбук), подключённый к сети Интернет.

•Комплект мультимедийного оборудования: проектор, экран,  
звуковоспроизводящие колонки.

•Принтер

* Оборудование «Точки роста»
* Демонстрационный материал: таблицы, плакаты, 3-D модели

**Учебно-методическое обеспечение**

**Информационное обеспечение**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название** | **Характеристика и предназначение** |
|  | Библиотека видео | Коллекция видеороликов и фильмов. Необходима для демонстрации реального изображения изученных объектов |
|  | Библиотека фото | Коллекция рисунков, фотографий. Необходима для демонстрации реального изображения изученных объектов. |
|  | Библиотека сайтов | Доступ к Интернет-источникам, в том числе: порталу «Википедия»,  порталам Всероссийских олимпиад школьников и международной олимпиады по основам наук; сайтам МГУ, СПбГУ, КубГУ и других вузов.  Использование материалов Национальной электронной детской  библиотеки, других электронных библиотек. |

**Кадровое обеспечение**

Образовательный процесс по данной программе обеспечивается  
педагогическими кадрами, соответствующими требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (приказ Минтруда РФ от 05.05.2018 № 298Н), в том числе имеющими:

* педагогическое или образование, соответствующее профилю  
  программы;
* опыт организации деятельности учащихся, направленной на  
  освоение дополнительной общеобразовательной программы;
* опыт организации досуговой деятельности учащихся в процессе реализации программы;
* опыт разработки дополнительных общеобразовательных программ

**Формы аттестации**

С целью установления соответствия результатов освоения  
дополнительной образовательной программы заявленным целям и  
планируемым результатам обучения.

Основные формы – результаты учебно-исследовательских проектов, фронтальные беседы по изученной теме, отчеты по проделанной практической работе.

**Оценочные материалы**

Оценочные материалы содержат мониторинг результатов обучения  
учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе по теоретическому, практическому освоению программы  
учащимися, а также личностные характеристики учащихся, в соответствии с  
Приложением № 1.

**Методические материалы.**

Тематика занятий строится с учетом интересов учащихся, возможности их самовыражения. В ходе усвоения детьми содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности, умение работать в коллективе. Программа позволяет индивидуализировать сложные работы: более сильным детям будет интересна сложная конструкция, менее подготовленным, можно предложить работу проще. При этом обучающий и развивающий смысл работы сохраняется. Это дает возможность предостеречь ребенка от страха перед трудностями, приобщить без боязни творить и создавать.   
Для формирования гибких, мобильных знаний, а также умения применять их в нетипичных ситуациях успешно применяется компетентностный подход.  
Формирование коммуникативных компетенций достигается при помощи приёмов способствующих развитию умения общаться со сверстниками и взрослыми людьми, работать самостоятельно и в группе, где дети учатся распределять обязанности и выполнять определённые социальные роли Важную роль играют устные ответы, представление творческих проектов, тематических сообщений.

Для реализации программы используются следующие методы:

* Наглядные (демонстрация иллюстраций, наблюдения);
* Лекционные занятия (разъясняющие объяснения, указания, пояснения);
* Семинарские занятия (вопросы к детям, дидактические игры, словесная оценка результатов в процессе текущего и итогового контроля, анализ и выводы на перспективу);
* Практические работы (упражнения, опыты и экспериментирование, моделирование);
* исследовательская работа (выявление проблемы, постановка, формулирование проблемы, пояснение неясных вопросов, формулирование гипотезы);
* планирование и разработка учебных действий, сбор данных (накопление фактов, наблюдений, доказательств);
* анализ и синтез собранных данных, сопоставление (соотнесение) сообщения, выступление с подготовленным сообщением;

**Список литературы.**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196);
4. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 №467);
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.
6. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (2016 г., автор-составитель: Рыбалёва И.А., к.п.н., доцент, заведующая кафедрой дополнительного образования ГБОУ ДО «Институт развития образования» Краснодарского края).
7. Батуев Л.С., Соколова Л.В., Левитин М.Г. Человек. Основы физиологии и психологии: учебник для 9 кл. общеобразоват. учреждений. М.: Дрофа 2000.
8. Баярд К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни. М.: Мир, 1997
9. Беликова Р.М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Практикум. – Бийск. БГПУ им.В.М.Шукшина, 2006
10. Бунин К.В. «Инфекционные болезни». Москва «Медицина», 2000г.
11. Казьмин В.Д. «Курение, мы и наше потомство». Москва «Советская Россия» 1989г.
12. Г.Г. Манке, Р.Д. Маш, М.Я. Михеева «Методика проведения факультативных занятий по биологии», - М.: Просвещение, 1987г.
13. Л.А. Панфилова, Э.Г. Донецкая «Анатомия, физиология и генетика человека» - М.: «Рипол классик», 1999г

Приложение №1

**Мониторинг результатов обучения обучающегося по дополнительной общеразвивающей программе «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»  
группа №\_\_\_\_\_\_**

**направленность: социально-гуманитарная  
ФИО педагога дополнительного образования: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | ФИ обучающегося | Теоретическая подготовка обучающегося | Практическая подготовка обучающегося | Общеучебные  умения и навыки обучающегося |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |

**Н - низкий уровень -** нет первоначальных умений и навыков в соответствии с содержанием программы.  
**С – средний уровень –** работу выполняет с помощью педагога.  
**В - высокий уровень –** работает самостоятельно, творчески.