

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы г. Челябинска»

Принята на заседании
педагогического совета
от «10» 05 2023 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУДО «ЦВР г. Челябинска»
Л.Н. Каюмова
Приказ № 93 «10» 05 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»**

Направленность: социально - гуманитарная
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Коробейникова О.И.,
педагог дополнительного
образования высшей
квалификационной
категории

г. Челябинск, 2023

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Азбука здоровья»

| | |
|---|---|
| Название программы | «Азбука здоровья» |
| ФИО педагога, реализующего программу | Коробейникова Ольга Ивановна |
| Направленность программы | социально - гуманитарная |
| Тип программы | модифицированная |
| Уровень освоения программы | базовый |
| Форма обучения | очная |
| Форма организации образовательного процесса | групповая |
| Продолжительность освоения программы | 1 год |
| Содержание программы | <p>Теоретический материал расширяет и дополняет знания обучающихся о:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влиянии природных и антропогенных факторов на здоровье человека; - гигиене и её значении для человека; - режиме питания; - двигательной активности; - строении организма человека; - лекарственных растениях Челябинской области; - позитивной организации своего свободного времени; - безопасности жизнедеятельности. <p>В программе предусмотрена:</p> <ul style="list-style-type: none"> - творческая деятельность, связанная с изучаемой темой: рисование, изготовление поделок из бросового материала, бумаги, теста и. д.; - двигательная активность: физминутки, игры, «Весёлые старты». |
| Возраст обучающихся | 7 -10 лет |
| Цель программы | Цель программы – формирование у учащихся ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, культуры поведения и безопасной жизнедеятельности. |
| Задачи программы | <p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – способствовать формированию у детей устойчивой мотивации к необходимости ведения здорового образа жизни и безопасного поведения; – воспитывать духовно-нравственные качества у обучающихся. <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – развивать умение планировать, осмысливать и корректировать свою деятельность; – развивать самостоятельность при выполнении творческих работ; |

| | |
|-------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> – учить работать с дополнительной литературой (книги, энциклопедии); – развивать творческие способности. <p style="text-align: center;"><u>Предметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – сформировать знания о влиянии природной среды и антропогенного фактора на здоровье человека; – познакомить со строением тела человека и основными функциями органов и систем; – сформировать знания об основных составляющих частях здорового образа жизни (рациональное питание, закаливание, двигательная активность, соблюдение норм личной гигиены, эмоциональном состоянии, организации режима дня); – познакомить с физическими упражнениями для укрепления здоровья; – научить оформлять творческие работы (поделки, рисунки, плакаты и т.д.). |
| <p>Планируемые результаты</p> | <p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – проявление интереса к обучению и формирование культуры здорового образа жизни; – обретение экологической культуры поведения и соблюдение правил безопасности жизнедеятельности. <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – обретение навыка планировать, осмысливать и корректировать свою деятельность; – обретение умения самостоятельно выполнять творческие работы; – обретение умения работать с дополнительной литературой (книги, энциклопедии); – проявление творческих способностей в изготовлении поделок. <p><u>Предметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – обретение знаний о влиянии природной среды и антропогенного фактора на здоровье человека; – обретение знаний о строении тела человека и основных функциях органов и систем; – обретение знаний составляющих частей здорового образа жизни; – обретение знаний и навыка выполнения физических упражнений для укрепления здоровья; – обретение навыка оформления творческих работ. <p><i>Обучающие будут знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – влияние природной среды и антропогенного фактора на здоровье человека; – правила культурного поведения на отдыхе, среди природного окружения; – названия органов, систем организма человека и их функции, части тела и их функции; |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> – важность соблюдения норм здорового образа жизни; – виды и правила закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны); – значение двигательной активности; – соблюдение норм личной гигиены, гигиены жилища и одежды; – влияние здоровья на успешную учебную деятельность; – о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха. – <i>Уметь:</i> – выполнять физические упражнения для сохранения и укрепления здоровья; – выбирать продукты необходимые для здорового, полноценного питания; – определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье; – составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; – уметь организовать активный отдых; – уметь ориентироваться в информационном пространстве; – уметь позитивно взаимодействовать с окружающими людьми; – соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях; – соблюдать правила безопасности жизнедеятельности; – выполнять, оформлять творческие работы (поделки, рисунки, плакаты) |
|--|---|

Оглавление

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

| | |
|--|----|
| 1.1. Пояснительная записка | 3 |
| 1.1.1. Нормативно-правовые акты | 3 |
| 1.1.2. Направленность программы | 4 |
| 1.1.3. Актуальность программы | 4 |
| 1.1.4. Воспитательный потенциал программы | 4 |
| 1.1.5. Отличительные особенности программы | 5 |
| 1.1.6. Адресат программы | 5 |
| 1.1.7. Объем и срок освоения программы | 6 |
| 1.1.8. Формы обучения | 6 |
| 1.1.9. Особенности организации образовательного процесса | 6 |
| 1.1.10. Режим занятий | 6 |
| 1.2. Цель и задачи программы | 6 |
| 1.3. Содержание программы | 7 |
| 1.3.1 Учебный план | 7 |
| 1.3.2. Содержание учебного плана | 8 |
| 1.4. Планируемые результаты | 12 |

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

| | |
|-----------------------------------|----|
| 2.1. Календарный учебный график | 14 |
| 2.2. Условия реализации программы | 16 |
| 2.3. Формы аттестации | 17 |
| 2.4. Оценочные материалы | 18 |
| 2.5. Методические материалы | 20 |
| 2.6. Список литературы | 25 |

Приложения

| | |
|---|----|
| Приложение 1. Календарно-тематическое планирование | 27 |
| Приложение 2. Контрольно-измерительные материалы | 29 |
| Приложение.3 Методические материалы | 48 |
| Приложение 4 План воспитательных мероприятий в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы | 57 |

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Нормативно – правовая база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука здоровья» разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 30 декабря 2021 года, (Редакция от 17.02.2023- действует с 28.02.2023) (далее – ФЗ).

2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

4. 7. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»

5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. №996-р).

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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» (действ. до 01.01 2027г.).

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступает в силу с 01.03.2023 и действует по 28.02.2029).

9. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

10. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации; Министерство просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

11. Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

12. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844);

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

14. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 25.12.2019 № Р-145 «Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»;

15. Локальные акты, регламентирующие деятельность «МБУДО «ЦВР г. Челябинска»

1.1.2. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука здоровья» относится к программам социального – гуманитарной направленности и ориентирована на приобщение обучающихся к ведению здорового образа жизни.

1.1.3. Актуальность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа направлена на обеспечение духовно - нравственного воспитания обучающихся. Это обусловлено стремлением передать подрастающему поколению культуру духовно-нравственной жизни, систему нравственных ценностей, как одного из условий сохранения и развития человека, общества, страны.

В современных условиях наблюдается проблема снижения процента здоровых детей, увеличением числа имеющих хронические заболевания. Причины такого состояния – нарушение экологии, гиподинамия, увеличение стрессовых ситуаций. Проявлением «душевного нездоровья» может служить рост агрессивности и жестокости. Одной из наиболее уязвимых категорий населения являются дети, подростки, которым ещё предстоит сформировать своё отношение к миру, к себе, к обществу. Поэтому формирование у детей здорового образа жизни имеет первостепенное значение. Культура здоровья, которая закладывается с раннего возраста, качества, привитые с детства, всегда оказываются наиболее прочными и активно воздействуют на весь дальнейший процесс формирования личности.

Исходя из вышесказанного, стало актуальным разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азбука здоровья».

Актуальность программы заключается в том, что занятия по программе способствуют формированию у обучающихся понимания и осознания ценности здоровья, знаний основ здорового образа жизни, помогают развитию познавательных, творческих способностей и коммуникативных навыков.

1.1.4. Воспитательный потенциал программы

В рамках реализации образовательной программы «Азбука здоровья» уделяется внимание воспитательному аспекту образования для наиболее

полного удовлетворения интересов и потребностей обучающихся, формирования нравственных качеств, творческой и социальной активности, духовных и культурных ценностей, воспитания интереса к истории и культуре родного города, приобщения к здоровому образу жизни. Для решения воспитательных задач используются различные формы воспитательной работы: интерактивная беседа, игра, викторины, квест, конкурсно – игровые, познавательные программы, тематические рисунки, экскурсии, челлендж, просмотр видеофильмов, участие в конкурсах различного уровня.

В процессе обучения и воспитания по образовательной программе «Азбука здоровья» ведётся профориентационная работа. На занятиях обучающиеся получают информацию о профессиях: врача, повара, кулинара, дизайнера, библиотекаря, продавца, эколога. Значительное место в профпросвещении занимают беседы, викторины о профессиях.

Обучающиеся творческого объединения принимают участие в массовых мероприятиях и праздниках структурного подразделения и «Центра нешкольной работы г. Челябинска».

1.1.5. Отличительная особенность программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что она объединила в себе сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, ОБЖ, экологии, этики. Теоретический материал расширяет и дополняет знания обучающихся о здоровье, о значении природного окружения человека, о безопасности жизнедеятельности, культуры общения и поведения.

Педагогическая целесообразность заключается в возможности доступно донести до обучающихся значение ценности здоровья, способствовать формированию стремления укреплять свое здоровье.

1.1.6. Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся от 7 до 10 лет. В процессе реализации программы учитываются возрастные особенности обучающихся.

Возрастные особенности 7-10 лет

Младший школьный возраст называют вершиной детства. Ребенок сохраняет много детских качеств – легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу-вверх. Но он начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, появляется другая логика мышления. Учение для него - значимая деятельность.

В школе он приобретает не только знания и умения, но и определенный статус. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад жизни. В этот период игровая мотивация постепенно уступает место учебной. Что в свою очередь дает возможность получить одобрение, признание взрослых и сверстников.

В основе развития, обучения, воспитания детей этого возраста лежит не только наглядно – образное мышление и предметно - чувственная деятельность, но и элементы логического и абстрактного мышления.

Дети данного возраста в состоянии ограничивать свои желания, преодолевать препятствия, стоящие на пути достижения целей, оценивать результаты выполняемых действий. В этом возрасте они понимают смысл задач, поставленных взрослым, могут самостоятельно выполнить его указания.

Особая чувствительность и эмоциональность детей данной возрастной группы создает предпосылки для проявления интереса к состоянию природной и социальной среды, к людям, к самому себе, что является значимым фактором формирования основ здорового образа жизни в данном возрасте.

1.1.7. Объём и срок освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука здоровья» разработана на срок реализации 1 год.

Общее количество часов - 72 часа в год.

1.1.8. Форма обучения

Форма обучения - очная (с возможностью использования дистанционных технологий).

1.1.9. Особенности образовательного процесса

Комплектование групп осуществляется на добровольной основе при наличии заявления от родителей (законных представителей). Особые условия для приема учащихся в объединение не предусмотрены. Предварительная начальная подготовка не требуется.

Занятия проводятся в одновозрастных или разновозрастных группах.

Состав группы – постоянный.

Рекомендуемое количество учащихся в группе 8-10 человек.

Форма реализации образовательной программы - традиционная модель, которая представляет собой линейную последовательность освоения содержания программы в течение одного года обучения в одной образовательной организации.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы предусмотрены аудиторные и внеаудиторные занятия, (образовательная экскурсия, выставка творческих работ)

Обучающиеся могут завершить обучение по программе на любом этапе обучения по собственному желанию на основании заявления от родителей.

1.1.10. Режим занятий

Таблица 1.

| Режим занятий | |
|--|--------------|
| | 1 год |
| Количество раз в неделю | 2 раза |
| Продолжительность одного занятия (мин) | 45 минут |
| Количество часов в неделю | 2 часа |
| Количество часов всего | 72 часа |

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей.

В течение занятия проводятся небольшие физкультурные минутки, упражнения и игры для снятия напряжения и формирования навыков здоровьесбережения.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – формирование у учащихся ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, культуры поведения и безопасной жизнедеятельности.

Данная цель реализуется посредством решения следующих задач:

Личностные:

- способствовать формированию у детей устойчивой мотивации к необходимости ведения здорового образа жизни и безопасного поведения;
- воспитывать духовно-нравственные качества у обучающихся.

Метапредметные:

- развивать умение планировать, осмысливать и корректировать свою деятельность;
- развивать самостоятельность при выполнении творческих работ;
- учить работать с дополнительной литературой (книги, энциклопедии);
- развивать творческие способности.

Предметные:

- сформировать знания о влиянии природной среды и антропогенного фактора на здоровье человека;
- познакомить со строением тела человека и основными функциями органов и систем;
- сформировать знания об основных составляющих частях здорового образа жизни (рациональное питание, закаливание, двигательная активность, соблюдение норм личной гигиены, эмоциональном состоянии, организации режима дня);
- познакомить с физическими упражнениями для укрепления здоровья;
- научить оформлять творческие работы (поделки, рисунки, плакаты и т.д.).

1.3. Содержание программы*1.3.1. Учебный план*

Таблица 2.

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азбука здоровья»

| № п/п | Наименование тем программы | Количество часов | | | Форма аттестации/ контроля |
|-------|--|------------------|--------------|---------------|---|
| | | всего | теория | практика | |
| | Тема 1. Вводное занятие: Наука быть здоровым Инструктаж по технике безопасности | 1 | 30' | 30' | беседа, анкетирование (входной контроль) |
| | Раздел 2. Здоровье и окружающая среда | 21 | 6,30' | 14,30' | устный журнал |
| | <i>Тема 1. Природа и здоровье</i> | 7 | 2 | 5 | опрос, викторина, выставка творческих работ, беседа, творческое задание |
| | <i>Тема 2. Природа и творчество</i> | 7 | 2 | 5 | творческое задание, беседа, опрос, выставка творческих работ |

| | | | | |
|--|-----------|-----------|-----------|---|
| <i>Тема 3. Результаты жизнедеятельности людей, влияние на его здоровье</i> | 7 | 2,30' | 4,30' | опрос, тестирование «Мои поступки», творческая работа, игра |
| Раздел 3. Наш организм | 15 | 6 | 9 | познавательная программа |
| <i>Тема 1. Строение организма человека</i> | 12 | 5 | 7 | кресворд «Бедная кожа», кресворд «Наши легкие», опрос, рисунки, наблюдение, тест (промежуточный контроль) |
| <i>Тема 2. Познавай и развивай</i> | 3 | 1 | 2 | развивающие задания |
| Раздел 4. Простые истины или правила ЗОЖ | 22 | 8 | 14 | квест |
| <i>Тема 1. Азбука работоспособности</i> | 1 | 30' | 30' | бесед |
| <i>Тема 2. Закаливание</i> | 1 | 30' | 30' | опрос |
| <i>Тема 3. Движение - основа жизни</i> | 2 | 30' | 1,30' | фото |
| <i>Тема 4. Что значит правильно питаться?</i> | 9 | 3,30' | 5,30' | опрос, викторина, творческая работа, презентация, практические задания |
| <i>Тема 5. Моё настроение</i> | 4 | 1,30' | 2,30' | опрос. презентация «Мои любимые игры» |
| <i>Тема 6. Я умею выбирать</i> | 3 | 1 | 2 | опрос, презентация плаката о ЗОЖ |
| <i>Тема 7. Медицина против болезней</i> | 2 | 30' | 1,30' | опрос |
| Раздел 5. Я и мир вещей | 7 | 2 | 5 | |
| <i>Тема 1. Экология нашего жилища</i> | 4 | 1,30' | 2,30' | опрос, викторина, практическая работа, игра - викторина |
| <i>Тема 2. Наша одежда</i> | 3 | 30' | 2,30' | творческая работа |
| Раздел 6. Я и общество | 4 | 2 | 2 | |
| <i>Тема 1. Спешите делать добро</i> | 3 | 1, 30' | 1, 30' | опрос, творческая работа «Пожелание друзьям» |
| <i>Тема 2. Здоровье и безопасность</i> | 1 | 30' | 30' | викторина |
| Наше здоровье | 1 | - | 1 | контрольное задание (промежуточная аттестация) |
| Итоговое занятие Путешествие по стране Здоровье | 1 | - | 1 | познавательная игра |
| ИТОГО: | 72 | 25 | 47 | |

1.3.2. Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие. Наука быть здоровым

Теория: Знакомство с планом работы.

Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Инструктаж по технике безопасности

Практика: Поделка «Дневник путешествия»

Входной контроль. (беседа. анкетирование)

Раздел 2. Здоровье и окружающая среда

Цель: Расширение знаний у обучающихся о влиянии факторов окружающей среды на здоровье человека.

Тема 1. *Природа и здоровье*

Теория: Знакомство с факторами окружающей среды, влияющими на здоровье человека (солнце, воздух вода), с некоторыми видами лекарственных растений Челябинской области, и способами их применения, с растениями, животными, насекомыми, которые могут причинить вред здоровью человека.

Практика: Анкета «Мое отношение к природе», разработка памятки «Безопасный отдых на природе».

Экскурсия «Растения города».

Поделки из природного материала «Осенний вернисаж».

Формы контроля: опрос, викторина, творческое задание, выставка творческих работ.

Тема 2. Природа и творчество

Теория: Знакомство с устным народным творчеством о природе (приметы, загадки, заклички), с легендами о хребтах Урала, картинами известных художников и музыкальными произведениями композиторов о природе.

Практика: поделки, рисунки.

Формы контроля: творческое задание, опрос, выставка творческих работ, устный журнал

Тема 3. Результаты жизнедеятельности людей, влияние на его здоровье (антропогенный фактор).

Теория: Городская среда обитания: ее положительное и отрицательное воздействие на человека. Вода – источник жизни. Влияние деятельности человека на природу.

Практика: творческие работы из бросовых материалов «Чудеса для людей из ненужных вещей».

Формы контроля: опрос, игра, творческие работы, тестирование «Мои поступки».

Раздел 3. Наш организм

Цель: Расширение у обучающихся знаний о строении тела человека и функциях органов и систем.

Тема 1. Строение организма человека

Теория: Кожа человека, её основные функции. Гигиена кожи.

Основные части скелета и их назначение. Органы и их роль в организме человека. Значение хорошего слуха. Как ухаживать за ушами.

Наши глаза и мир красок. Органы чувств.

Практика: Упражнения для формирования правильной осанки, практическая работа «Веселые краски», спортчас.

Формы контроля: кроссворд, опрос, рисунки, тест.

Промежуточная аттестация за полугодие. Будь здоров!

Тема 2. Познавай и развивай

Цель: Развитие познавательных процессов.

Теория: Виды памяти.

Практика: Задания на развитие памяти, внимания.

Формы контроля: познавательная программа «Про тебя самого»

Раздел 4. Простые истины или правила ЗОЖ

Цель: Формирование устойчивой мотивации к соблюдению норм здорового образа жизни, укреплению своего здоровья.

Тема 1. Азбука работоспособности

Теория: Режиму дня, мы друзья.

Правила рациональной организации учебной деятельности детей.

Практика: Составление режима дня обучающегося.

Формы контроля: беседа

Тема 2. Закаливание

Теория: Закаливание как эффективное средство укрепления здоровья человека. Профилактика простудных заболеваний.

Практика: рисунки

Формы контроля: опрос.

Тема 3. Движение основа жизни

Теория: Идти или ехать?

Знакомство с видами физической активности: утренняя зарядка, физкультура, спорт, выполнение оздоровительных пауз, подвижные игры, физический труд, пешие прогулки, туризм.

Практика: разучивание подвижных игр: «Ловишки - перебежки», «Мышеловка» «Перемена мест», фотографии на тему «Движение – это жизнь».

Формы контроля: практическая работа - проведение Веселых стартов «Со спортом дружить - здоровым быть» для детей, посещающих другие творческие объединения.

Тема 4. Что значит правильно питаться?

Теория: «Фаст-фуд – модно или полезно?». Основы рационального питания. Режим питания, правила питания и вред переедания.

«О чём рассказывает упаковка» - какую полезную информацию о продукте мы можем получить, изучив надписи на упаковке.

«Салфеточный этикет» - изучение правила хорошего тона за столом.

Практика: защита кулинарных проектов, сервировка стола, поделки из солёного теста.

Формы контроля: опрос, викторина, практическое задание, творческие работы.

Тема 5. «Моё настроение»

Теория: «От улыбки хмурый день светлей...». Понятие «настроение» человека. Что такое эмоции? Выражение эмоций с помощью жестов, мимики, позы. Способы улучшения настроения.

Моё свободное время. Раскрыть понятия «свободное время», «увлечение», рассказать, чем можно наполнить свое свободное время.

Практика: «Дерево ваших увлечений», рисунки эмблемы, синквейн.

Формы контроля: опрос, презентация «Мои любимые игры»

Тема 6. «Я умею выбирать»

Теория: Человек и его привычки. Знакомство с литературой о ЗОЖ «Я умею выбирать».

Практика: плакат о ЗОЖ.

Формы контроля: опрос, презентация плаката о ЗОЖ

Тема 7. «Медицина против болезней»

Теория: «Врачи на страже здоровья людей». Назначение медицины. Профессия врача, медицинские учреждения.

Правила хранения лекарств и правила обращения с ними.

Практика: Составление аптечки для похода.

Формы контроля: опрос, квест «Секреты здоровья».

Раздел 5. «Я и мир вещей»

Цель: Систематизация знаний о существенных характеристиках предметов, о свойствах и качествах различных материалов.

Тема 1. «Экология нашего жилища»

Теория: Здоровье нашего дома. (Комфорт, безопасность) Школьный уголок в квартире.

Сад на окне. Комнатные растения их значения в жизни человека. Мои питомцы. Правила содержания домашних животных.

Практика: Экскурсия в «Цветочный магазин», выставка фотографий «Мои питомцы», рисунки экологических знаков.

Формы контроля: опрос, викторина, игра - викторина «Умники и умницы»

Тема 2. «Наша одежда»

Теория: «Какие бывают ткани» - свойства, влияние на кожный покров и самочувствие человека. Уход за тканями (моющие средства: мыло, синтетически моющие средства).

Одежда человека. «Что рассказывает этикетка» - гигиена одежды.

Практика: творческие работы «Вторая жизнь старых вещей»

Формы контроля: опрос, творческая работа.

Раздел 6. «Я и общество»

Цель: Формирование у обучающихся активной жизненной позиции.

Тема 1. «Спешите делать добро»

Теория: «Ребята, давайте жить дружно» - понятие «дружба», умение позитивно общаться, выстраивать взаимоотношения с окружающими.

«Спешите делать добро» Хорошее отношение, внимание к людям – основа положительных эмоций. Значение семьи в жизни человека.

Практика: разыгрывание ситуаций, рисунки «Эмблема моей семьи»

Формы контроля: творческая работа «Пожелание друзьям»

Тема 2. «Здоровье и безопасность»

Теория: Правила поведения на улице, дороге, транспорте. Ответственность за своё здоровье, личную и общественную безопасность.

Практика: разбор ситуаций

Формы контроля: викторина

Тема Наше здоровье (промежуточная аттестация по окончанию освоения программы)

Цель: Выявление уровня усвоения теоретических знаний, развития практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам образовательной программы.

Практика: выполнение контрольного задания.

Формы контроля: контрольное задание.

Тема Итоговое занятие «Путешествие в страну Здоровье».

Практика: познавательная игра

1.4. Планируемые результаты

По итогам освоения программы, обучающиеся демонстрируют результаты:

Личностные:

- проявление интереса к обучению и формирование культуры здорового образа жизни;
- обретение экологической культуры поведения и соблюдение правил безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные:

- обретение навыка планировать, осмысливать и корректировать свою деятельность;
- обретение умения самостоятельно выполнять творческие работы;
- обретение умения работать с дополнительной литературой (книги, энциклопедии);
- проявление творческих способностей в изготовлении поделок.

Предметные:

- обретение знаний о влиянии природной среды и антропогенного фактора на здоровье человека;
- обретение знаний о строении тела человека и основных функциях органов и систем;
- обретение знаний составляющих частей здорового образа жизни;
- обретение знаний и навыка выполнения физических упражнений для укрепления здоровья;
- обретение навыка оформления творческих работ.

По окончании срока реализации образовательной программы «Азбука здоровья» обучающиеся приобретут определённый объем знаний, умений и навыков.

Обучающие будут знать:

- влияние природной среды и антропогенного фактора на здоровье человека;
- правила культурного поведения на отдыхе, среди природного окружения;
- названия органов, систем организма человека и их функции, части тела и их функции;
- важность соблюдения норм здорового образа жизни;
- виды и правила закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны);
- значение двигательной активности;
- соблюдение норм личной гигиены, гигиены жилища и одежды;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха.

Уметь:

- выполнять физические упражнения для сохранения и укрепления здоровья;
- выбирать продукты необходимые для здорового, полноценного питания;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- уметь организовать активный отдых;
- уметь ориентироваться в информационном пространстве;
- уметь позитивно взаимодействовать с окружающими людьми;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- соблюдать правила безопасности жизнедеятельности;
- выполнять, оформлять творческие работы (поделки, рисунки, плакаты и т.д.).

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

Таблица 3.

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной программы «Азбука здоровья»
I полугодие 2023-2024 уч. г.**

| Месяц | | Сентябрь | | | | | Октябрь | | | | Ноябрь | | | | Декабрь | | | | Январь | |
|-----------------|------------------|-----------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|--------------------------|-----------------|-------|
| Недели обучения | | 01-03 | 04-10 | 11-17 | 18-24 | 25-01 | 02-08 | 09-15 | 16-22 | 23-29 | 30-05 | 06-12 | 13-19 | 20-26 | 27-03 | 04-10 | 11-17 | 18-24 | 25-31 | 01-07 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| Группа 1.1 | Контроль | Комплектование группы | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Практика | | 1 | 1,5' | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1,5 | 0,5 | 1,5' | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | Каникулы | |
| | Теория | 1 | 0,5' | 1 | - | 1 | 1 | - | 0,5 | 1,5' | 0,5 | - | 1 | 1 | 1 | 1 | - | | | |
| | входной контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | текущий контроль | промежуточная аттестация | | |

2.2 Условия реализации программы

Таблица 5.

Материально – техническое обеспечение программы

| № | Наименование оборудования | Количество единиц |
|-----------------------------------|---|-------------------|
| Мебель | | |
| 1. | Стол ученический | 10 |
| 2. | Стул ученический | 10 |
| 3. | Шкаф для пособий | 3 |
| 4. | Доска | 1 |
| 5. | Стол письменный | 1 |
| 6. | Стул | 1 |
| Материалы и инструменты | | |
| 1. | – Наборы для ручного труда: – бумага для рисования и поделок разного формата, цвета, фактуры; – картон; – карандаши: простые и цветные, краски, гуашь, кисти ластики, точилки. | 10 10 10 |
| 2. | Клей ПВА | 10 |
| 3. | Клей - карандаш | 10 |
| 4. | Ножницы | 10 |
| 5. | Линейки | 10 |
| Информационное обеспечение | | |
| 1. | Видеофильмы: «Тайны заветных трав»; «Мы вместе в ответе» | 1 1 |
| 2. | Аудио записи музыкальных произведений: Чайковский «Песнь жаворонка»; Вивальди «Вальс цветов»; Григ «Утро». | 1 1 1 |
| 3. | Мультфильмы: Чайковский «Времена года»; Вивальди «Времена года»; «Ох и Ах» «Ваше здоровье»; «Планета Вредных привычек» Презентации (программе power point) по темам занятий | 1 1 1 1 |
| Технические средства | | |
| 1. | Монитор «BenQ»; системный блок «Packard» | 1 1 |
| 2. | МФУ Epson L110. | 1 |
| 3. | Колонки «bell» | 1 |
| 4. | Телевизор «Kivi» | 1 |

Кадровое обеспечение:

Реализацию данной программы осуществляет педагог дополнительного образования высшей категории Коробейникова Ольга Ивановна.

2.3. Формы аттестации

График проведения аттестация обучающихся регламентируется локальными актами ОУ:

- Положением «О формах периодичности и порядке текущего контроля, промежуточной аттестации обучающихся МБУДО «ЦВР г.Челябинска»,
- годовым учебным графиком для детских объединений МБУДО «ЦВР г. Челябинска».

Таблица 6.

Формы контроля/аттестации

| Вид контроля\ аттестация | Периодичность | Цель | Форма контроля \ аттестации |
|--|---|---|---|
| Входной контроль | Проводится в начале учебного года | Определение уровня знаний, умений и навыков, компетенций у обучающегося, для выяснения, готовности учащегося к освоению данной программы. | Беседа, анкетирование |
| Текущий контроль | Проводится в течении всего года | Определение степени усвоения учащимися учебного материала, готовности обучающихся к восприятию нового материала. | Опрос, беседа, викторина, устный журнал, игра, тестирование, практическая работа, презентация, кроссворд, рисунки, познавательная программа, творческое задание, выставка творческих работ, квест, игра – викторина |
| Промежуточная аттестация (за полугодие) | Проводится по окончании 1 полугодия | Определение уровня освоения отдельной части (за полугодие) дополнительной общеобразовательной программы обучающимися | тест |
| Промежуточная аттестация (по окончании освоения программы) | Проводится по окончании освоения дополнительной общеобразовательной программы | Определение результативности освоения программы, достижения цели и задач образовательной программы. | контрольное задание |

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- журнал посещаемости;
- готовая творческая работа;
- практическая работа;

- материалы тестирования;
- познавательно – игровые программы;
- викторины;
- портфолио «Дневник путешествий»;
- грамоты и дипломы, сертификаты;
- фотоматериал.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- аналитическая справка;
- выставки творческих работ;
- открытое занятие;
- презентация;
- познавательно - игровые программы;
- творческое задание;
- квест;
- участие в конкурсах.

2.4. Оценочные материалы

Уровень освоения программного материала рассматривается как владение обучающимися системой знаний и умений, навыков, приобретённых за определённый период обучения.

Таблица 7

| Вид контроля/аттестации | Диагностический инструментарий | | |
|-------------------------|---|--|--|
| | Предметные результаты | Метапредметные результаты | Личностные результаты |
| Входная диагностика | Приложение 2 - Критерии оценки составных частей здорового образа жизни (таблица №9) - Анкета по изучению отношения к своему здоровью (№1) - Карта индивидуального наблюдения обучающихся по образовательной программе «Азбука здоровья» (таблица №12,14) | Приложение 2 - Критерии оценивания практических умений и навыков(таблица №13) - Карта индивидуального наблюдения обучающихся по образовательной программе «Азбука здоровья» (таблица №12,14) | Приложение 2 Оценочный лист изучения развития качества личности обучающихся, диагностическая карта (таблица №15,16) |
| Текущий контроль | Опрос, беседа, викторина, | Опрос, наблюдение, | Опрос, беседа, |

| | | | |
|---|--|--|--|
| | устный журнал, игра, тестирование, презентация, кроссворд, рисунки, познавательная программа, творческое задание, выставка творческих работ | творческая, упражнения, практическая работа | наблюдение |
| Промежуточная аттестация (за полугодие) | Приложение 2 - Тест «Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни» (тест № 1) - Методика «Индекс отношения к здоровью» (С. Дерябо, В. Ясвин) - Карта индивидуального наблюдения обучающихся по образовательной программе «Азбука здоровья» (таблица №12,14) | Приложение 2 - Критерии оценивания практических умений и навыков - Карта индивидуального наблюдения обучающихся по образовательной программе «Азбука здоровья» (таблица №12,13,14) | Приложение 2 Оценочный лист изучения развития качества личности обучающихся, диагностическая карта (таблица №15,16) |
| Промежуточная аттестация (по окончании освоения программ) | Приложение 2 - Наше здоровье контрольное задание (№1) - Карта индивидуального наблюдения обучающихся по образовательной программе «Азбука | Приложение 2 - Критерии оценивания практических умений и навыков (таблица №13) - Карта индивидуального наблюдения обучающихся по | Приложение 2 Оценочный лист изучения развития качества личности обучающихся, диагностическая карта (таблица №15,16) |

| | | | |
|--|----------------------------------|--|--|
| | здоровья» (таблица №12,14) | образовательной программе «Азбука здоровья(таблица №12,14) | |
|--|----------------------------------|--|--|

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса - очно (с возможностью использования дистанционных технологий).

Для обеспечения успешного освоения материала и развития необходимых умений и навыков используются следующие *методы обучения*:

1. По способу формирования знаний, умений, навыков:
 - словесные: рассказ, объяснение, беседа, комментарий;
 - наглядные: применение схем, таблиц и моделей, видео материалы, работа по образцу.
 - практические: упражнение, практические задания.
2. По характеру познавательной деятельности учащихся
 - объяснительно-иллюстративный;
 - репродуктивный;
 - частично – поисковый;
 - игровой.

Основные методы воспитания, применяемые в образовательном процессе:

- убеждение;
- пример;
- поощрение;
- стимулирование;
- упражнение;
- мотивация.

Формы организации образовательного процесса: групповая

Формы организации учебного занятия:

- акция;
- открытое занятие;
- беседа;
- наблюдение;
- практическое занятие;
- игра;
- квест;
- использование на занятиях игровых моментов: кроссвордов, загадок, пословиц, поговорок, прослушивание стихотворений;
- защита проектов;
- мастер-класс;
- «мозговой штурм»;
- презентация;
- проведение всего занятия или части его в виде викторины, часа «Почемучек», устного журнала и т.д.;
- тренинг;
- выставка работ;
- экскурсии и прогулки в природу;
- познавательно – игровые программы;
- проведение подвижных игр, веселых стартов;
- конкурсы.

Реализация программы предусматривает использование в образовательном процессе следующих *педагогических технологий*:

- технология дифференцированного обучения;
- технология игровой деятельности;
- технология педагогических мастерских;
- технология развития критического мышления;
- здоровьесберегающая технология;
- информационно-коммуникационная технология.

Образовательная технология – это процессная система совместной деятельности учащихся и педагога по проектированию (планированию), организации, ориентированию и корректированию образовательного процесса с целью достижения конкретного результата при обеспечении комфортных условий участникам.

Для реализации познавательной и творческой активности ребёнка в учебном процессе используются современные образовательные технологии, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и снижать долю репродуктивной деятельности учащихся.

Дифференцированное обучение предполагает разделение на группы по одному из критериев:

- по уровню интеллектуального развития;
- по типу мышления;
- по темпераменту;
- по интересам и склонностям.

Использование данной технологии способствует:

- Создание оптимальных условий для развития ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и интересами;
- повышение качества учебного процесса;
- устранение перегрузки учащихся во время занятий;
- выявление одаренных учеников;
- ситуация успеха для учащихся разных уровней.

Технология игровой деятельности – это вид организации процесса обучения, представленный различными увлекательными играми, взаимодействием педагога и учеников посредством воплощения некоторого сюжета (например, игры, какого-нибудь спектакля или сказки).

Использование игровых технологий в образовании способствует расширению кругозора учащихся, развитию познавательной активности, формированию разнообразных умений и навыков практической деятельности, а также является эффективным средством мотивации и стимулирования учащихся на обучение, так как создается благоприятная и радостная атмосфера.

Технология «Педагогических мастерских» – это нестандартная форма организации деятельности учеников.

Цель технологии: создать содержательные и организационные условия для личностного саморазвития учащихся, осознания ими самих себя и своего места в мире, понимания других людей, закономерностей мира

В технологии «Мастерских» идёт не прямая передача информации, а совместный поиск знаний, сотрудничество учителя и ученика, сотрудничество с теми, кто рядом.

Данная технология может использоваться для любого возраста, может быть использована при изучении нового материала, повторении, закреплении ранее изученного, и для воспитательных мероприятий.

Технология развития критического мышления – это целостная система, формирующая навыки работы с информацией в процессе чтения и письма.

Критическое мышление – вид интеллектуальной деятельности, который характеризуется высоким уровнем восприятия, понимания, объективности подхода к окружающему человеку информационному полю.

Цель технологии развития критического мышления состоит в развитии мыслительных навыков, которые необходимы детям в дальнейшей жизни (умение принимать взвешенные решения, работать с информацией, выделять главное и второстепенное, анализировать различные стороны явлений).

Здоровьесберегающая технология. Цель здоровьесберегающей образовательной технологии обучения – обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Педагогу необходимо использовать следующие пути решения проблемы сохранения здоровья обучающихся:

- использование технологий, имеющих здоровьесберегающий ресурс

(урвневой дифференциации, индивидуального обучения, программированного обучения, групповых и игровых технологий, укрупнения дидактических единиц, развивающего обучения, и др.);

- применение активных методов обучения и форм организации познавательной деятельности учащихся;
- создание комфортного психологического климата;
- соблюдение СанПиНа и правил охраны труда;
- чередование различных видов деятельности на занятии;
- использование аудиовизуальных средств обучения.

Информационно-коммуникационная технология, цель которой активизация процесса обучения, сделать процесс обучения более интересным, что способствуют успешному усвоению изученного материала. Для реализации всех достоинств ИКТ используются интернет – ресурс, видеоматериал, компьютерные презентации в программе POWER POINT. Презентации помогают эффективно использовать необходимую наглядность на занятии.

Алгоритм учебного занятия:

Учебное занятие состоит из теоретической части и творческой деятельности.

Основа теоретической части занятия: вводная беседа о содержании и задачах работы, раскрытие темы занятия и выполнение заданий на закрепление.

Вторая часть занятия – творческая деятельность, связанная с изучаемой темой: рисование, изготовление поделок из природного и бросового материала, бумаг, ткани, теста и. д.

Учебное занятие включает в себя следующие основные элементы:

I. Организационный момент

Задача: подготовка детей к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроения на учебную деятельность и активизация внимания.

II. Целеполагание

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей.

III. Актуализация знаний и умений

Задача: Систематизация и обобщение знаний детей.

Содержание этапа: вспомнить тему, основную мысль предыдущей встречи; вывод, сделанный в результате проведенного занятия.

IV. Основная часть занятия:

Задача: формирование целостного представления знаний по теме.

VI. Физкультминутка

VII. Практическая деятельность, творческая часть:

Содержание этапа: Рисование, лепка; аппликация, изготовление поделок из природного, подручного материала и т.д.

VIII. Подведение итогов занятия:

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

IX. Рефлексия.

Задача: мобилизация детей на самооценку. (Может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы).

Дидактический материал:

- Настольно – печатные игры: «Дары природы», «Зелёный город», «Земля и её обитатели».
- Таблицы: «Нарушение осанки», «Сиди правильно», «Деревья России», «Цветы», детский обучающий набор «Внутренние органы человека».
- Наборы открыток: «Лекарственные растения», выпуски 2, 4, «Зелёная аптека», выпуск 3, «Комнатные растения», «Кактусы».
- Кроссворды: «Бедная кожа» «Наши легкие».
- Практическая работа «Веселые краски»

Данная программа в процессе реализации может подвергаться определенной коррекции.

2.6. Список литературы

Литература для педагога:

1. Антропова, М. В., Кузнецова, Л. М. Режим дня школьника/ М. В. Антропова, Л. М. Кузнецова. - М.: изд. Центр «Вентана-граф», 2002. - 205 с.
2. Аранская, О. С. Игра как средство формирования здорового образа жизни/ О.С. Аранская. - М.: ВАКО, -2002 -№5 -с.54
3. Балабанова, В. В., Максимцева, Т. А. Предметные недели в школе Экология. ЗОЖ/ В. В. Балабанова, Т. А. Максимцева. – Волгоград: Учитель, 2001.
4. Безруких, М. М., Филиппова, Т. А., Макеева, А. Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие. /М. М. Безруких. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2012.
5. Дами, Э. Тело человека. Как мы устроены/ Э. Дами, А. Серена. - Минск: Белфакс, 1995.
6. Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. /Н. И. Дереклеева. – М.: ВАКО, 2007 г.
7. Жук, Л. И. Ключи к здоровью/ Л. И. Жук. – Минск: Красико-Принт, 2007. – 128 с.
8. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: 1-4 классы / В. И. Ковалько. – М.: Вако, 2004. – 124 с.
9. Ковалько, В. И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников/ В. И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2017.
10. Криволап, Н. С. Здоровье на тарелке/ Н. С. Криволап, О. А. Хаткевич. – Минск: Красико-Принт, 2019. – 128 с.
11. Обухова, Л. А., Лемяскина, Н. А., Жиренко, О. Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы – (Мастерская учителя)/Л. А. Обухова, Н. А. Лемяскина, О. Е. Жиренко. – М.: ВАКО, 2011. 288 с.
12. Тюмасева, З. И. На пути к здоровью/З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, С. В. Гертнер, Е. Г. Кушнина и др. – Челябинск, 2011.
13. Фиактистова, В. Ф., Плиева, Л.В. К здоровью через движение: рекомендации, развивающие игры, комплексы упражнений/В. Ф. Фиактистова, Л. В. Плиева. – Волгоград: Учитель, 2016.
14. Фиактистова, В. Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии: опыт работы методического объединения учителей начальных классов/В.Ф. Фиактистова. – Волгоград: Учитель, 2018.
15. Шапцева, Н. Н. - Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2019. 184с.

Литература для детей и родителей:

1. Волчек, Н. М. 1000 советов для девочки: Энциклопедия/Н. М. Волчек. - Минск: Харвест, 2003.
2. Горохов, А. А. Про тебя самого: научно-художественная литература/А. А. Горохов. - СПб.: ПИТЕР, 2000.
3. Дорохов, А. Про тебя самого/ А. Дорохов. – М.: Детская литература, 1989.

4. Козлова, С. А., Шукшина, С. Ш. Тематический словарь в картинках. МИР ЧЕЛОВЕКА. Я и моё тело/ С. А. Козлова, С. Ш. Шукшина. – М.: Школьная пресса, 2010.
5. Лопатина, А. С., Скребцова, М. И. Мудрая азбука/ А. С. Лопатина, М. И. Скребцова. - ООО «Алтей – Бук», 2018.
6. Маюров, А. Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя/ А. Н. Маюров. - М.: Педагогическое общество России, 2004.
7. Пиль, А. Моё тело: энциклопедия «Всё обо всём»/перевод с нем./ А. Пиль. – М.: ООО Астрель, 2015.
8. Плешаков, А. А. Зелёный дом/ А. А. Плешаков. М.: Просвещение, 2019.
9. Семёнова, И. И Учусь быть здоровым или как стать Неболейкой/ И. И. Семёнова. – М.: Педагогика, 2017. - 176 с.

Сайты:

1. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. - URL: <http://fcior.edu.ru>
2. Министерство образования и науки Челябинской области: официальный сайт. – URL: <https://minobr74.ru/>
3. Комитет по делам образования г. Челябинск.- URL: <https://www.chel-edu.ru>
4. Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования. - URL: <https://ikt.ipk74.ru/services>
5. Областной центр дополнительного образования детей г. Челябинска. - URL: <http://ocdod74.ru>
6. Центр детский экологический г. Челябинска. - URL: <https://cde-chel.ucoz.com> (
7. Инфоурок. – URL: <https://infourok.ru/programma-po-dopol>
8. Сеть творческих учителей. - URL: <http://window.edu.ru>
9. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок. Первое сентября». URL: <http://festival.1>

Календарно – тематическое планирование

Таблица 8

Календарно-тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Азбука здоровья»

| № | Дата занятия | Тема занятия | Количество часов |
|----|--------------|--|------------------|
| 1 | | Вводное занятие: Наука быть здоровым Инструктаж по технике безопасности | 1 |
| 2 | | Доктора природы | 1 |
| 3 | | Тайны заветных трав | 1 |
| 4 | | Растения города | 1 |
| 5 | | Опасности в лесу, на лугу, у водоема | 1 |
| 6 | | Осенний вернисаж | 1 |
| 7 | | Осенний вернисаж | 1 |
| 8 | | Осенний вернисаж | 1 |
| 9 | | Народная мудрость | 1 |
| 10 | | В гости к Хозяйке Медной горы | 1 |
| 11 | | В гости к Хозяйке Медной горы | 1 |
| 12 | | Природа и творчество | 1 |
| 13 | | Природа и творчество | 1 |
| 14 | | Природа и творчество | 1 |
| 15 | | Природа и мы | 1 |
| 16 | | Грязный воздух - проблема городов | 1 |
| 17 | | Вода – источник жизни | 1 |
| 18 | | Следы, оставленные человеком | 1 |
| 19 | | Чудеса для людей из ненужных вещей | 1 |
| 20 | | Чудеса для людей из ненужных вещей | 1 |
| 21 | | Чудеса для людей из ненужных вещей | 1 |
| 22 | | Будь бережливым! | 1 |
| 23 | | Наша кожа | 1 |
| 24 | | Крепкие кости, красивая осанка. | 1 |
| 25 | | Наши мышцы | 1 |
| 26 | | Наши легкие | 1 |
| 27 | | Для чего нужна пища? | 1 |
| 28 | | 32 - норма | 1 |
| 29 | | Наше сердце и сосуды | 1 |
| 30 | | Наши уши | 1 |
| 31 | | Будь здоров! (промежуточный аттестация) | 1 |
| 32 | | Если хочешь быть здоров | 1 |
| 33 | | Наши глаза и мир красок Инструктаж по технике безопасности (II полугодие) | 1 |
| 34 | | Органы чувств | 1 |
| 35 | | Познавай и развивай | 1 |
| 36 | | Познавай и развивай | 1 |
| 37 | | Про тебя самого | 1 |

| | | | |
|----|--|--|---|
| 38 | | Режиму дня, мы друзья | 1 |
| 39 | | Если хочешь быть здоров - закаляйся | 1 |
| 40 | | Идти или ехать? | 1 |
| 41 | | Со спортом дружить - здоровым быть | 1 |
| 42 | | Режим питания | 1 |
| 43 | | Фаст-фуд – модно или полезно? | 1 |
| 44 | | Кулинарное путешествие | 1 |
| 45 | | О чём рассказывает упаковка | 1 |
| 46 | | О чём рассказывает упаковка | 1 |
| 47 | | Салфеточный этикет | 1 |
| 48 | | Салфеточный этикет | 1 |
| 49 | | Волшебное тесто | 1 |
| 50 | | Волшебное тесто | 1 |
| 51 | | От улыбки хмурый день светлей... | 1 |
| 52 | | Моё свободное время | 1 |
| 53 | | Мастерская игр | 1 |
| 54 | | Мастерская игр | 1 |
| 55 | | Человек и его привычки | 1 |
| 56 | | Мы за здоровый образ жизни | 1 |
| 57 | | Мы за здоровый образ жизни | 1 |
| 58 | | Врачи на страже здоровья людей | 1 |
| 59 | | Секреты здоровья | 1 |
| 60 | | Здоровье нашего дома | 1 |
| 61 | | Сад на окне | 1 |
| 62 | | Мои питомцы | 1 |
| 63 | | Умники и умницы | 1 |
| 64 | | Что рассказывает этикетка | 1 |
| 65 | | Вторая жизнь старых вещей | 1 |
| 66 | | Вторая жизнь старых вещей | 1 |
| 67 | | Ребята, давайте жить дружно | 1 |
| 68 | | Спешите делать добро | 1 |
| 69 | | Спешите делать добро | 1 |
| 70 | | Здоровье и безопасность | 1 |
| 71 | | Наше здоровье (промежуточная аттестация) | 1 |
| 72 | | Итоговое занятие: Путешествие по стране Здоровье | 1 |

Контрольно-измерительные материалы

Входной контроль

Таблица 9

Критерии оценки составных частей здорового образа жизни

| Критерии | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|--|--|---|
| 1. Правильность представлений о выполнении режима дня. | Знает о важности соблюдения режима дня. Четко соблюдает режим дня. | Знает о важности соблюдения режима. Режим дня соблюдает нерегулярно. | Не считает важным придерживаться режима дня. Не выполняет режим дня. |
| 2. Правильность представлений о личной гигиене, гигиене быта. | Знает и соблюдает Правила личной гигиены. | Знает правила личной гигиены. Соблюдает не всегда. | Мало осведомлен о важности соблюдения правил личной гигиены. |
| 3. Правильность представлений о двигательной активности | Знает и активно занимается физкультурой и спортом. | Знает, не регулярно занимается спортом. | Мало осведомлён на эту тему, не стремится к занятию физкультурой и спортом. |
| 4. Правильность представлений о здоровом питании. | Имеет представление о здоровом питании. | Не считает вредной еду всухомятку. | Не осведомлен на эту тему. |
| 5. Отношение к вредным привычкам. | Знает о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье. | Считает, что не все вредные привычки опасны. | Не осведомлен на эту тему. |

Анкета № 1**по изучению отношения к своему здоровью**

1. Что является для вас главным в жизни?
 - А) Взаимоотношения в семье
 - Б) Материальное благополучие
 - В) Здоровье
 - Г) Друзья
 - Д) Учеба
 - Е) Карьера
2. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?
 - А) Хорошее
 - Б) Удовлетворительное
 - В) Плохое
 - Г) Затрудняюсь ответить
3. Ваше любимое занятие в свободное время?
 - А) Занимаюсь спортом
 - Б) Смотрю телевизор, видео
 - В) Гуляю по улице с друзьями
 - Г) Читаю книги
 - Д) Ничем не занимаюсь
4. Какие темы о здоровье Вас больше всего интересуют?
 - А) Физическая культура и спорт
 - Б) Рациональное питание
 - В) Другие темы (укажите какие)
5. Из каких источников Вы узнаете о проблемах, связанных с ЗОЖ?
 - А) Из телевизионных передач
 - Б) Из книг, газет, журналов
 - В) От педагогов (на уроках, на воспитательных мероприятиях)
 - Г) От друзей
 - Д) Другие источники (какие)
6. Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом?
 - А) Да, занимаюсь (укажите, чем именно)
 - Б) Нет, не занимаюсь
7. Что Вам необходимо для обучения навыкам ЗОЖ?
 - А) Наличие соответствующих знаний
 - Б) Наличие денежных средств
 - В) Соответствующая литература
 - Г) Желание
 - Д) Сила воли
 - Е) Другое (что именно)
11. Кто, по вашему мнению, должен осуществлять работу по ЗОЖ?
 - А) Врачи
 - Б) Педагоги
 - В) Тренеры
 - Г) Я сам(а)
 - Д) Другое
12. Как Вы думаете, что больше вредит здоровью?

- А) Нарушение режима дня, отдыха
- Б) Нарушение питания
- В) Малоподвижный образ жизни
- Г) Не соблюдение личной гигиены

13. В каких учреждениях Вы предпочли бы укреплять здоровье?

- А) В поликлинике
- Б) У целителей
- В) В летнем лагере
- Г) Нигде
- Д) Самостоятельно

Промежуточная аттестация

Тест № 1

«Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни»

1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь ему. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с самым лучшим другом: *Мыло, зубная паста, мочалка, зубная щетка, шампунь, тапочки, полотенце для тела.*
2. На дверях столовой вывесили два варианта расписания приема пищи: одно расписание – правильное, другое неправильное. Определи и отметь правильное расписание.

| | |
|----------------------|----------------------|
| <i>Завтрак 8.00</i> | <i>Завтрак 9.00</i> |
| <i>Обед 13.00</i> | <i>Обед 15.00</i> |
| <i>Полдник 16.00</i> | <i>Полдник 18.00</i> |
| <i>Ужин 18.00</i> | <i>Ужин 21.00</i> |
3. Оля, Вера и Таня не могут решить, сколько раз в день нужно чистить зубы. Отметь тот ответ, который тебе кажется верным:
Оля: зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи.
Вера: зубы чистят утром и вечером.
Таня: лучше чистить зубы по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день.
4. Ты назначен дежурным и должен проследить за тем, как твои друзья соблюдают правила гигиены. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:
Перед чтением книги, перед едой, перед посещением туалета, перед тем как идешь гулять, после посещения туалета, после игры в баскетбол, после того как заправил постель, после того как поиграл с кошкой.
5. Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ?
Каждый день, 2-3 раза в неделю, 1 раз в неделю.
6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь? Подчеркни.
Положить палец в рот, подставить палец под кран с холодной водой, помазать ранку йодом, помазать кожу вокруг ранки йодом.
7. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Выбери 4 из них и подчеркни:
Иметь много денег, иметь интересных друзей, много знать и уметь, быть красивым и привлекательным, быть здоровым, иметь любимую работу, быть самостоятельным, жить в счастливой семье
8. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Выбери 4
Регулярные занятия спортом, деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать, хороший отдых, знания о том, как заботиться о здоровье, хорошие природные условия, возможность лечиться у хорошего врача, выполнение правил ЗОЖ.
9. Что из перечисленного присутствует в твоём распорядке дня? Отметь цифрами: «1»-ежедневно; «2»- несколько раз в неделю; «3»-очень редко или никогда.

Утренняя зарядка,
завтрак
обед
ужин

пробежка, прогулка на свежем воздухе
сон не менее 8 часов
занятия спортом
душ, ванна

10. В каких мероприятиях по охране здоровья ты бы принял участие?

«1»-постоянно; «2»-редко; «3»- не принял участие:

Занятия кружка, уроки, классный час обучающие здоровью

Спортивные соревнования

Викторины, конкурсы, праздники, игры

Таблица 11

Анализ исследования

| Вопрос | Ответ | Балл | Интерпретация |
|--|--------------------------|------|--|
| Знание правил пользования средствами гигиены | | | |
| 1 | Мыло | 0 | 6-8 баллов – достаточная осведомленность; 4 балла – недостаточная осведомленность; 0-2 балла – незнание правил пользования средствами гигиены |
| | Зубная щетка | 2 | |
| | Мочалка | 2 | |
| | Зубная паста | 0 | |
| | Шампунь | 0 | |
| | Тапочки | 2 | |
| | Полотенце для тела | 2 | |
| Осведомленность о правилах организации режима питания | | | |
| 2 | Первое расписание | 4 | 4 балла – ребенок осведомлен о правилах организации режима питания; 0 баллов – не осведомлен |
| | Второе расписание | 0 | |
| Осведомленность о правилах гигиены | | | |
| 3 | По вечерам | 0 | 14 - 16 баллов – высокий уровень осведомленности; 10 -12 баллов – удовлетворительный уровень; 0 - 8 баллов – недостаточный уровень |
| | Утром и вечером | 4 | |
| | По утрам | 0 | |
| 4 | Перед чтением книги | 0 | |
| | Перед посещением туалета | 0 | |
| | Когда заправил постель | 0 | |
| | После посещения туалета | 2 | |
| | Перед едой | 2 | |
| | Перед прогулкой | 0 | |
| | После игры в баскетбол | 2 | |
| После игры с кошкой | 2 | | |
| 5 | Каждый день | 2 | |
| | Два-три раза в неделю | 4 | |
| | Один раз в неделю | 0 | |
| Осведомленность о правилах оказания первой помощи | | | |

| | | | |
|--|---|--|---|
| 6 | Положить палец в рот Подставить палец под кран с холодной водой Помазать ранку зелёной, йодом Обработать вокруг ранки зелёной, йодом Обработать перекисью водорода | 0 0 0 2 4 | 6 баллов – ребенок знает правила оказания первой помощи; 2 - ребенок осведомлен о правилах оказания первой помощи; 0 баллов – не осведомлен |
| Личностная ценность здоровья | | | |
| 7 | Иметь много денег Много знать и уметь Быть здоровым Быть самостоятельным Иметь интересных друзей Быть красивым и привлекательным Иметь любимую работу Жить в счастливой семье | 0 0 2 2 0 0 2 2 | 6 - 8 баллов – высокая личностная значимость здоровья; 4 -5 баллов – недостаточная; 1-3 балла – низкая |
| Оценка роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья | | | |
| 8 | Регулярные занятия спортом Деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать Хороший отдых Знания о том, как заботиться о здоровье Хорошие природные условия Возможность лечиться у хорошего врача Выполнение правил ЗОЖ | 2 0 1 1 0 0 2 | 4 - 6 баллов – понимание роли поведенческой активности в сохранении и укреплении здоровья; 3 балла – недостаточное понимание; 0-2 балла – отсутствие понимания |
| Соответствие распорядка дня учащегося требованиям здорового образа жизни | | | |
| 9 | Утренняя зарядка, пробежка Завтрак Обед Ужин Прогулка на свежем воздухе Сон не менее 8 часов Занятия спортом Душ, ванна | За каждый ответ «1» - 2 балла; «2» - 1 балл; «3» - 0 баллов | 14 -16 баллов – полное соответствие распорядка дня учащегося требованиям ЗОЖ; 9-13 баллов – неполное соответствие; 0-8 баллов – несоответствие |
| Оценка обучающимися личностной значимости мероприятий, проводимых для формирования здорового образа жизни | | | |
| 10 | Занятия кружка, уроки, классный час обучающие здоровью; Спортивные соревнования; | За каждый ответ «1» - 2 балла; | 6 баллов – высокая значимость мероприятий; 4 -5 баллов – недостаточная значимость; - 3 баллов - низкая |

| | | | |
|--|--------------------------------------|---------------------------------|------------|
| | Викторины, конкурсы, праздники, игры | «2» - 1 балл; «3» - 0 баллов | значимость |
| <p>60 -70 баллов: у ребенка сформирован высокий уровень представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни.</p> <p>46 - 59 балла: достаточный уровень представлений.</p> <p>21- 45 баллов: недостаточный уровень представлений.</p> <p>0- 20 баллов: отсутствие воспитательного эффекта.</p> | | | |

Методика «Индекс отношения к здоровью» (С. Дерябо, В. Ясвин)

Цель: исследование ценностных установок и жизненных приоритетов учащихся по вопросам здоровья.

Инструкция: обучающиеся определяют степень значимости (важности) для них различных составляющих (жизненных ценностей). Для этого выбирают три наиболее важные и три наименее важные, с их точки зрения, ценности из предлагаемого списка:

- хорошие вещи, материальное благополучие;
- общение с природой;
- общение с друзьями и другими окружающими людьми;
- любовь и семейная жизнь;
- здоровье, здоровый образ жизни;
- труд (профессия, учёба, интересная работа);
- духовность (нравственность, саморазвитие)

Наиболее важные для меня: Наименее важные для меня:

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 1. _____ |
| 2. _____ | 2. _____ |
| 3. _____ | 3. _____ |

Обработка результатов

Первой ценности из трёх, которые были названы в качестве наиболее важных, присваивается первый ранг, второй - второй, третьей - третий.

Первой ценности из трёх, которые были названы в качестве наименее важных, присваивается седьмой ранг, второй - шестой, третьей - пятый.

Ценности, не вошедший ни в первую, ни во вторую группу, присваивается четвёртый ранг.

Ранг, полученный такой ценностью, как «Здоровье, здоровый образ жизни», является окончательным показателем. Если такая ценность получила у испытуемого первый или второй ранг, можно сделать вывод о том, что его отношение к здоровью является высоко доминантным (значимым); если третий, четвёртый или пятый ранг – оно характеризуется средней доминантностью; если шестой или седьмой – ему свойственна низкая доминантность отношения к здоровью.

**Промежуточная аттестация
по окончанию освоения образовательной общеразвивающей программы
«Азбука здоровья»**

Наше здоровье

контрольное задание для проверки уровня освоения программы №1

Задание 1

Что такое здоровый образ жизни?

- А) Это поведение, которое сохраняет и укрепляет твоё здоровье.
- Б) Лечебно-физкультурный комплекс упражнений.
- В) Регулярные занятия физкультурой.

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

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, закаливание.
- В) Рациональное питание, соблюдение режима труда и отдыха, занятие спортом.

Задание 5

Через что кожа дышит?

- А) через нос; Б) через поры; В) через рот.

Задание 6

Какие повреждения кожи ты знаешь?

Задание 7

Назови только органы дыхания.

- А) печень, желудок, почки, легкие;
- Б) легкие, носовая полость, трахея, бронхи;
- В) сердце, кровеносные сосуды, бронхи;
- Г) трахея, бронхи, легкие, печень.

Задание 8

К пищеварительной системе НЕ относится:

- А) пищевод; Б) желудок; В) глотка; Г) трахея.

Задание 9

Какие правила питания ты знаешь?

Задание 10

Какие продукты полезны для здоровья?

Задание 11

Дай советы, что полезно и что вредно для здоровья человека.

| Полезно для здоровья | Вредно для здоровья |
|----------------------|---------------------|
| | |

Задание 12

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

Перед чтением книги, перед едой, перед посещением туалета, перед тем как идешь гулять, после посещения туалета, после игры в баскетбол, после того как заправил постель, после того как поиграл с кошкой.

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

В какой строчке описывается здоровый человек?

А) Сутулый, крепкий, неуклюжий, высокий.

Б) Горбатый, бледный, хилый, низкий.

В) Стройный, сильный, ловкий, статный.

Задание 15

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.

Задание 16

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

Задание 17

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.

Задание 18

Какие правила безопасного поведения надо соблюдать у водоемов?

Задание 19

Назови, какие нужно соблюдать правила противопожарной безопасности.

Задание 20

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

Задание 21

Запиши, что обозначают дорожные знаки:

1. _____ 2. _____



Задание 22

Заполни пропуски в предложениях.

1. Переходи проезжую часть только при _____ сигнале светофора.
2. Переходи проезжую часть по _____ переходу.
3. Не перебегай дорогу перед _____.
4. Не играй в мяч или салки на _____.

Задание 23

Расшифруй фразу.

Для этого надо по порядку «собрать» буквы: от самой большой до самой маленькой.

п и о П с о Р с о р О т у с д ж ь м

Задание 24

Заполни таблицы

| | |
|------------------------|--|
| Правила общения | |
| | |
| | |
| | |

| | |
|--------------------------|--|
| «Волшебные слова» | |
| | |

Таблица баллов

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|
| № | | | | | | | | | | | | |
| задания | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Количество баллов | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| № | | | | | | | | | | | | |
| задания | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| Количество баллов | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |

Уровень усвоения:

46 – 60 балла – «высокий» (В);

30 - 45 баллов – «средний» (С);

29 и меньше – «низкий» (Н).

Критерии оценивания практических умений и навыков

| Критерии | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|--|--|---|--|
| Учебная мотивация | Проявляет интерес к новому; сформированы учебные мотивы; стремится к получению высоких результатов | Частично сформирован интерес к новому; частично сформированы учебные мотивы, стремится получать хорошие результаты. | К занятиям безразличен; сформированность учебных мотивов низкая. |
| Умение находить информацию, представленную в литературе и разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.) | Выполняет самостоятельно. | Выполняет частично самостоятельно, частично с помощью. | Выполнять самостоятельно не может. |
| Самостоятельность, творчество при выполнении поделок | Выполняет творческую работу самостоятельно, с большой выраженностью творчества, с элементами новизны. | Выполняет творческую работу самостоятельно по предложенному образцу. | Выполняет работу по предложенному образцу с помощью педагога. |
| Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой: | Не испытывает особых трудностей. | Часто нуждается в помощи педагога. | Испытывает серьезные затруднения, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. |
| Коммуникативные умения | Умеет конструктивно общаться со сверстниками и взрослыми, пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты. | Частично нуждается в помощи педагога при общении со сверстниками и взрослыми, старается избежать конфликтов. | Испытывает серьезные затруднения в общении, нуждается в постоянной помощи, периодически провоцирует конфликты. |
| Знание и соблюдение правил ТБ | Владеет максимальным набором знаний и умеет соблюдать правила ТБ. | Знает правила ТБ, но не всегда соблюдает. | Владеет минимальным набором знаний в соблюдении правил ТБ. |

Оценочный лист изучения развития качества личности обучающихся

| Качества личности | Признаки проявления качеств личности | | |
|---|---|---|--|
| | ярко проявляются 3 балла | проявляются 2 балла | слабо проявляются 1 балл |
| Активность, организаторские способности. | Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается высоких результатов, инициативен, организует деятельность других. | Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов. | Мало активен, пропускает занятия, мешает выполнять задания другим, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность отсутствует. |
| Коммуникативные навыки, коллективизм. | Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию успешно выступает перед аудиторией. | Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, дружелюбен, не вступает в конфликты, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией. | Замкнут, общение затруднено, адаптируется в коллективе с трудом, является инициатором конфликтов, публично не выступает. |
| Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность. | Всегда дисциплинирован, соблюдает правила поведения, требует того же от других. Умеет ставить перед собой определённые цели, добиваться их достижения собственными силами без посторонней помощи | Выполняет поручения охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого от других. Начинает работу, но часто не | Уклоняется от поручений, безответственен, пассивен, часто не дисциплинирован, нарушает правила поведения, слабо реагирует на воспитательные воздействия. |

| | | | |
|---|--|---|--|
| | <p>или поддержки. Для успешного выполнения задания, поручения может привлечь других.</p> <p>Ответственен к своим поступкам, способен действовать сознательно в любых условиях, принимать нетрадиционные решения.</p> | <p>доводит ее до конца.</p> <p>Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности педагога или товарищей.</p> | |
| Нравственность, гуманность. | Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, пресекает грубость, недобрые отношения к людям. | В присутствии старших скромн, доброжелателен, вежлив, заботится об окружающих, но не требует этих качеств от других. Помогает другим по поручению педагога, не всегда выполняет обещания. | Недоброжелателен, со сверстниками бывает груб, пренебрежителен, высокомерен, часто обманывает, неискренен. |
| Креативность, проявленная при участии в мероприятиях. | Имеет высокий творческий потенциал. | Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы. | Уровень выполнения заданий репродуктивный. |

Низкий уровень - от 0 до 4 баллов.

Средний уровень - от 5 до 9 баллов.

Высокий уровень - от 10 до 15 баллов.

Всего детей _____

Высокий _____ Средний _____ Низкий _____

Методические материалы

Конспект занятия

Тема занятия: «Тайны заветных трав»

Время занятия: 45 минут

Тип занятия: Изучение нового материала

Цель: Расширение знаний детей о лекарственных растениях.

Задачи:

Личностные:

— Воспитывать экологическую культуру поведения.

Метопредметные:

— Развивать память, речь, мышление, словарный запас;

— развивать творческие способности учащихся;

— развивать коммуникативные навыки.

Предметные:

— Познакомить детей с некоторыми видами лекарственных растений Челябинской области, их целебными свойствами;

— формировать умение сопоставлять описание и зрительный образ растения.

Методы обучения: словесные, наглядные, практические.

Дидактические материалы: иллюстрации с изображением лекарственных растений, Наборы открыток: «Лекарственные растения», выпуски 2, 4.

Видеофильм «Тайны заветных трав».

Литература:

1. Александрова Ю.Н., Ласкина Л.Д., Николаева Н.В. Юный эколог- 1-4 классы: программа кружка, разработки занятий, методические рекомендации/– Волгоград: Учитель
2. Грехова Л. И. В союзе с природой. Эколого-природоведческие игры развлечения с детьми: учебно-методическое пособие /
3. Гитис М. С. Познай свой край. Челябинская область: краткий географический справочник/– Челябинск, Абри
4. Плешаков А.А. Зеленые страницы: Кн. для учителя нач. классов. – М.: Просвещение

Ход занятия

I. Организационный момент

Игра «Желаю тебе»

II. Сообщение темы.

Здоровячек загадывает загадку.

Я не степью хожу – я хожу по аптеке,

Разбираясь в ее травяной картотеке.

Как вы понимаете выражения «Я не степью хожу - Я хожу по аптеке».

Среди всего многообразия растений человек давно заметил и из поколения в поколение передавал знания о лекарственных растениях. Это растения, о которых говорят: «заветные травы», «природная аптека», «зеленая аптека».

О чём же мы будем говорить на занятии? Где эти знания могут пригодиться?

Сегодня вы узнаете о лекарственных растениях, и чем они могут помочь человеку.

III. Основная часть

1. Просмотр видеофильма «Тайны заветных трав»

Беседа. Какие травы называют лекарственными? О каких лекарственных растениях вы узнали из фильма? Какие вы знаете лекарственные травы?

Лекарственные растения помогают людям бороться с болезнями, укреплять иммунитет. Из них готовят морсы, отвары, настойки, мази. Ими лечат простуду, головную и зубную боль, заживляют раны. Целебными могут быть листья, цветки и корни растений.

Лечение травами давно известно в народе. Люди, которые собирали травы, высушивали их и применяли в лечении болезней, назывались травниками. Прежде чем найти действительно полезное для человека растение, нужно его долго и осторожно проверять. Не раз знахари ошибались и люди погибали. Травники должны четко знать, какое растение от чего помогает, какую часть растения нужно использовать, чтобы приготовить лекарство.

Есть такие лекарственные растения, которые ядовиты, поэтому применять лекарственные растения надо после консультации с врачом или по его назначению.

Раздел медицины, разрабатывающий и применяющий методы лечения растениями, называется фитотерапия. Фитотерапевт – врач, специалист по фитотерапии. Фармацевт – специалист по изготовлению (составлению) лекарственных растений.

IV. Физкультминутка

Работа с набором открыток «Лекарственные растения» (Карточка)

Подорожник. Листья подорожника оказывают ранозаживляющее действие, а отвары используют как эффективное средство при болезнях желудка.

Ромашка. Отвары цветков ромашки применяют при простудных заболеваниях и лечении внутренних органов.

Чистотел – травянистое растение. Растет в огородах, по обочинам дорог. Издавна люди используют его при заболеваниях кожи. Потому и название – чистое тело. Белый сок в стебельках растения – ядовит. Поэтому растение требует осторожного обращения с собой.

Крапива. Крапива применяется в народной медицине. Из нее готовят чай, отвары и настои, которые помогают при самых разных заболеваниях. Крапивой укрепляют иммунитет, лечат кровотечения и инфекции. Из крапивы опытная хозяйка может сварить очень вкусные зеленые щи. Они не только питательные, но и полезные.

Черника – это нежное вяжущее средство при расстройствах ЖКТ. Сок черники улучшает зрение, им даже можно промывать глаза.

Шиповник. Плоды шиповника – неоценимый подарок, преподнесенный нам щедрой природой. В них содержится огромное количество витамина С, гораздо больше, чем во всех остальных фруктах и ягодах.

Малина. Красные душистые плоды малины едят в свежем виде, варят варенье. Чай из сухой малины – хорошее потогонное средство. Веточки малины используют для принятия ванн.

Липа. Липовый мед очень ценный продукт. Рекомендуются при простудных заболеваниях, сердечных, и желудочных.

Правила сбора и хранения (*Работа в группе*)

Чтобы использовать травы необходимо знать правила сбора и хранения лекарственных трав. Подумайте и назовите, какие правила надо соблюдать при сборе и хранении лекарственных трав.

Правила сбора (*Обобщение ответов*)

1. Растения собирают в сухую погоду.
2. Надо следить, чтобы на растениях не было пыли и грязи.
3. Нельзя собирать лекарственные растения вдоль дорог, на улицах городов, в скверах.
4. Цветки собирают в начале цветения; листья – перед цветением или в начале его; корни и корневища – весной и осенью; кору – весной, в начале сокодвижения, когда она хорошо отделяется.

Правила сушки лекарственных растений

1. Большинство трав надо сушить в тени с постоянным проветриванием.
2. Три-четыре раза в день растения переворачивают, сухие убирают.
3. Высушенные травы должны легко ломаться, но не крошиться и иметь практически свой натуральный цвет.
5. Сухие растения хранят в бумажных пакетах или в стеклянной посуде обязательно писать название травы и дату сбора трав.

У. Закрепление пройденного материала

Игра «Узнай по описанию»

Я зачитываю о любом из них, а вы на карточке находите это растение.

1. Из ягод этого растения готовят витаминный общеукрепляющий напиток.
2. Поранил ты в походе ногу, усталость не дает идти. Нагнись, солдатик у дороги готов помочь тебе в пути.
3. Чай из этого варенья помогает как жаропонижающее средство.
4. Растение очень богато витаминами. Весной его добавляют в щи и пироги.
5. Душистый мед этого дерева принимают при простудных заболеваниях.
6. Ягода черного цвета – улучшает зрение.

УІ. Практическая работа

Рисунок «Одуванчик»

УІІ. Подведение итога занятия

Что нового узнали на занятии?

О каких лекарственных растениях вы сегодня узнали?

Как называется раздел медицины, разрабатывающий и применяющий методы лечения растениями, (фитотерапия)

Что можно приготовить из лекарственных растений? (морсы, отвары, настойки, мази).

Что вас удивило на занятии?

Что показалось самым интересным?

О чем расскажете дома родителям?

Рефлексия

Работа в дневнике «Наше путешествие»

Нарисовать смайлик:



все получилось, настроение хорошее;



были затруднения, но я справился с заданием;



мне было трудно выполнять задания.

Тема Моё свободное время

Время занятия: 45 минут

Цель: Формирование у детей умения с пользой использовать свободное время.

Задачи:

Личностные:

1. Воспитывать стремление реализовать свои возможности и способности.

Метапредметные:

1. Развивать умения делать выводы;
2. развивать мышление, творческое воображение;
3. продолжить отработку навыков групповой и индивидуальной работы.

Предметные:

1. Раскрыть понятия «свободное время», «увлечение»;
2. показать, чем можно наполнить свое свободное время.

Список использованной литературы:

1. Ожегов С.И. Словарь русского языка [Текст]/под ред. Н.Ю. Шведовой,-М.: Русский язык,1989 г.
2. Принцип Эйзенхауэра: описание, особенности и применение. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fb.ru/>

Ход занятия**1. Организационный момент:**

Начнем наше общение с рукопожатия. Давайте все встанем, возьмемся за руки, посмотрим друг на друга. Мы все вместе – одна команда. А сообща можно решить любые вопросы и проблемы. Вы со мной согласны?

2. Сообщение темы:

Ребята. Прочитай пословицы и объясни их смысл.

А) «Делу время – потехи час»

Б) «Деньги пропали – наживешь, время пропало – не вернешь»

Как вы думаете, о чем мы сегодня будем говорить, на какие вопросы нам предстоит ответить?

Итак, мы выясним: Что такое свободное время? Как организовать своё свободное время?

3. Работа над темой:

Ребята, что вы понимаете под словами «Свободное время»?

Свободное время — это время, которое остается после выполнения обязательных дел.

- Что отнесём к обязательным делам?

- Какими словами – синонимами можно заменить это выражение? (*Досуг, отдых*)

- Что вы делаете в свободное время?

Анализ ситуаций.

«Правильно или неправильно ребята организуют своё свободное время»

Послушайте две различные ситуации.

«Никита и Коля пришли из школы. Коля быстро переоделся, покушал, старательно выполнил домашнее задание, выполнил поручения мамы и вышел во двор гулять. Там он встретился с ребятами, и все вместе побежали на спортивную площадку. Там они устроили соревнования по бегу с препятствиями, затем поиграли в баскетбол.

После игры, придя домой, Коля по просьбе мамы вытер пыль, сбегал в магазин за молоком и хлебом. После ужина посмотрел телевизор около часа, почитал книгу о приключениях Тома Сойера, принял душ, почистил зубы, затем в 9 часов вечера лёг спать.

Его сосед Никита, придя со школы, решил отдохнуть. Он бросил портфель на пол прихожей, поел, и не переодеваясь, прилёг на диван. Заснул. Проснувшись, полистал книжку с картинками. Потом поиграл с котом. Помечтал о том, чем будет заниматься на каникулах. Обзвонил всех друзей, узнал, что задали на дом. Собрался делать уроки, но по телевизору начался интересный фильм. Фильм закончился поздно, и погулять он не успел. Мама напомнила, что уроки ещё не сделаны. Никите хотелось после ужина спать. Кое-как, наспех, сделал письменные задания. Пошёл спать.»

Ребята, как вы думаете, кто из мальчиков интереснее и с большей пользой провёл своё свободное время? Обоснуйте свои ответы.

Как же необходимо проводить свободное время, попробуем разобраться.

Групповая работа.

группа № 1 - ваша задача доказать, что в свободное время нужно заниматься полезными делами.

группа № 2 - ваша задача доказать, раз время свободное, то не обязательно что – то делать. Ведь это время свободно от работы и надо бездельничать.

Презентация ответов групп.

Свободное время нужно проводить с пользой для своего развития. Люди, которые с пользой проводят своё свободное время, много знают и умеют, могут научить и других. В свободное время можно заняться любимым делом, каким – либо увлечением.

Увлечение или хобби (от англ. hobby — **увлечение**, любимое дело) — вид человеческой деятельности, некое занятие, которым занимаются на досуге, для наслаждения.

У многих людей в жизни есть увлечения, которое помогает скрасить трудные минуты жизни, сближает с миром науки, искусства, природы, с миром людей, помогает найти смысл жизни. Увлечение - это занятие для души.

«Дерево ваших увлечений» (*На ватмане рисунок дерева*)

Ребята, предлагаю вам создать «Дерево ваших увлечений».

Возьмите теперь листочки зеленые и желтые. На желтых листочках пишем какие у вас есть увлечения, а на зеленых - чему хотели бы научиться. Теперь, озвучивая ваше увлечение, прикрепите листочек к нашему дереву желтые – справ, зеленые слева.

Молодцы, многие из вас посещают кружки спортивные секции, с пользой проводят своё свободное время.

4. Физминутка

Беседа

Как вы думаете, а может ли это увлечение перерасти в вашу будущую профессию?

Сейчас я вам расскажу, чем же увлекались великие люди. Их увлечения переросли в профессию, и помогли им стать знаменитыми.

Прекрасный врач Владимир Иванович Даль любил собирать русские слова, пословицы, сказки. И прославился он, своим толковым словарем, который всем известен сейчас как Словарь Даля. *(Показ)*

Известный композитор Вольфганг Моцарт с трёхлетнего возраста увлекался музыкой на клавесине. В 4 года Моцарт уже сочиняет свои пьесы и даёт небольшие музыкальные концерты.

В доме, где жила Софья Ковалевская, известная женщина-математик, одна стена была оклеена листами лекций профессора Остроградского о дифференциальном и интегральном исчислении. Листы с формулами привлекли внимание любопытной девочки. Она подолгу стояла и пыталась разобрать хотя бы отдельные фразы. Вид многих формул крепко врезался в память маленького ребёнка, хотя их смысл пока ещё не был понятен 8-летней девочке. Однако чуть позднее у Софьи появился целенаправленный интерес к математике. Ребята, вы убедились, что иметь хобби можно разное и интересное. Можно в свободное время посетить музей, картинную галерею, различные выставки, концерты.

Давайте перенесёмся в концертный зал и послушаем музыку.

Музыкальная пауза

Звучит классическая музыка П.И. Чайковский «Времена года. Весна» или др.

Как вы думаете, эти минуты, пока мы слушали музыку, можно считать с пользой проведённым временем? А игра на развитие интеллектуальных способностей, памяти, речи?

Игра «Угадай-ка»

Я загадываю слово, которое обозначает какое-нибудь увлечение, спортивную игру.

1. Командная игра, в которой игроки клюшкой забивают шайбу в ворота соперника. (Хоккей)

2. Вид спорта – групповые походы, имеющие целью физическую закалку организма. (Туризм)

3. Река, утро, рыба, удочка. (Рыбалка)

4. Командная игра, в которой игроки ударами ног забивают мяч в ворота соперника. (Футбол)

5. Человек, который коллекционирует марки (филателист)

6. Коллекционирование монет (Нумизматика)

7. Что коллекционируют филокартисты? (Открытки)
8. Снег, горка, палки, мороз, трамплин. (Лыжный спорт)
9. Поле, мяч, команда, сетка, свисток. (Волейбол.)
10. Вода, дорожка, очки, вышка. (Плавание)
11. Лед, ботинки, сетка, свисток, бортик, ворота. (Хоккей)
12. Доска, фигура, диагональ, поле. (Шахматы)
13. Поле, трава, ворота, мяч, свисток, кеды. (Футбол)

Разгадывая логические ряды, вы убедились, что существует большое количество видов спорта. И каждый из этих видов интересный и увлекательный и можно выбрать для занятий тот, который вам больше нравится.

5. Творческое задание

Переходим к творческому заданию. Работать будем в паре.

1 вариант. Вам необходимо выбрать вид спорта и нарисовать эмблему.

2 вариант: Написать синквейн, темой которого станет «Свободное время».

Выполнение работы

Презентация выполненного задания.

6. Итог занятия

Я надеюсь, что для каждого из вас занятие не прошло даром.

Давайте вернемся к основным вопросам, поставленным в начале занятия.

Что такое свободное время. Как правильно распоряжаться своим временем.

Отвечили ли мы на них?

С пользой проводите свободное время, правильно его организуйте.

Подумайте, может для этого нужно кому – то изменить свои привычки.

7. Рефлексия

Нарисуйте в «Дневнике путешествий» лесенку из трех ступеней.

Изобразите себя на ней следующим образом:

- на верхней ступени если все было понятно;
- на средней ступени если остались вопросы;
- на нижней ступени если тема осталась для вас непонятной.

Анкета «Мое отношение к природе»

Рекомендуется присваивать ответу:

«да» – 2 балла,

«по – разному», «не всегда» – 1 балл;

«нет» – 0 баллов.

Вопросы анкеты:

1. Задумываетесь ли вы о своем отношении к природе?
2. Делите ли вы природные объекты на привлекательные («красивые») и непривлекательные («некрасивые»)?
3. Всегда ли вы бережно относитесь к природе?
4. Замечаете ли Вы окружающую природу по дороге в школу?
5. Отмечаете ли Вы изменения в природе, гуляя в парке?
6. Сделаете ли Вы замечание своему сверстнику, если увидите, что он ломает ветку, срывает цветы с клумбы и т. п.?
7. Любите ли Вы рассматривать в музеях пейзажную живопись?
8. Знаете ли Вы музыкальные произведения, посвященные природе?
9. Всегда ли Вы добросовестно ухаживаете за домашними животными (собакой, кошкой)?
10. Регулярно ли Вы поливаете комнатные растения?
11. Любите ли Вы рисовать цветы, деревья, животных?
12. Часто ли вы отдыхаете среди природы (в том числе в городских скверах, парках и т. п.)?

Обработка результатов анкеты:

19 - 24 баллов - у вас чувствительная душа, вы любите природу и заботитесь о ней!

13 - 18 баллов - в целом вы хорошо относитесь к природе, но должны быть более активны в ее охране и заботе о ней.

0 – 12 баллов - вы не сентиментальны, но расположены к природе, понимаете ее значение для человека, вам хорошо в природе.

Тест «Мои поступки»

Выявление экологического сознания и поведения у детей

1 параметр: Принятие волевых решений

Задание: Ты собрался с друзьями после уроков в кино, а учительница сообщила, что твой класс приглашается на мероприятия по озеленению улиц. Куда ты пойдёшь?

- А) В кино с друзьями; 2 балла
 Б) если заставят на озеленение; 3 балла
 В) посоветуюсь с друзьями; 4 балла
 Г) на мероприятие по озеленению улиц. 5 баллов

2 параметр: Осознание мотива к принятию решения;

Задание: Тебе предложили принять участие в мероприятии по очистке берега реки в нашем городе. Станешь ли ты участником этого мероприятия. Почему*

- А) Да 5 баллов
 Б) Нет 3 балла

3 параметр. Экологическое поведение в природе.

Задание: Внимательно прочитайте рассказ:

«Петя шёл по лесу и громко пел. На пути ему встретилось птичье гнездо. Он заглянул в него и увидел маленькие пёстрые яйца. Яйца были необыкновенные, и у Пети возникло желание рассмотреть их поближе. Он вынимал яйца по одному и долго вертел в руках» Согласен ли ты с поведением в лесу Пети? Почему?

- А) Да 3 балла
 Б) Нет 5 баллов

4 параметр. Обращение деятельности на самого себя

Задание: Сделаешь ли ты зимой кормушки для птиц?

- А) Нет; 2 балла
 Б) если получу такое задание; 3 балла
 В) сделаю, если будет время; 4 балла
 Г) обязательно сделаю. 5 баллов

Оценка показателей экологического сознания

| Уровень | Диапазоны суммарного балла | Оценки |
|---------|----------------------------|---------------|
| 1 | Менее 11 баллов | низкий |
| 2 | 11-14 | средний |
| 3 | 15-17 | выше среднего |
| 4 | 18-20 | высокий |

План воспитательных мероприятий в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы «Азбука здоровья» на 2023-2024 учебный год

Воспитательная работа с детьми и родителями объединения реализуется на основании плана воспитательной работы МБУДО «ЦВР г Челябинска»

| Название мероприятия | Сроки и место проведения | Категория участников | Ответственный |
|---|---------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Беседа «Мой безопасный путь в клуб» | сентябрь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Посвящение в кружковцы «Кружковец 2023» | октябрь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО, педагог-организатор |
| Викторина «Один дома» | октябрь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Познавательный час «Синичкин день» | ноябрь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Фестиваль творчества «А у детства добрые глаза» | ноябрь, СП «Чайка» | обучающиеся | педагог – организатор |
| Беседа «Конституция – Закон, по нему мы все живем!» | декабрь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Мастер-класс «Новогодние игрушки своими руками» | декабрь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Новогодняя праздничная программа | декабрь, СП «Чайка» | обучающиеся | педагог – организатор |
| День здоровья. «Здоровейка» | январь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Беседа «Безопасность в Интернет» | январь, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Веселые старты «Сильные, ловкие, смелые» | февраль, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Игровая программа «Весенний хоровод» | март, СП «Чайка» | обучающиеся | педагог - организатор |
| Викторина «Зелёного огонька» | апрель, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Челлендж «Что откроешь, то и прочтешь» | апрель, СП «Чайка» | обучающиеся | педагог – организатор |
| Час истории «В их детство ворвалась война» | май, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |
| Игровая программа «Каникулы, каникулы весёлая пора» | май, СП «Чайка» | обучающиеся | ПДО |