

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
(ПРОФИЛЬНЫЙ) ЦЕНТР «ГРАЦИЯ»**

Утверждено приказом директора  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016 г. № \_\_\_\_

Согласовано на Методсовете  
Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016 г.

Принято на Педагогическом совете  
Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  
«Основы здоровьесбережения»  
начальный уровень**

Программа составлена для обучающихся 8-11 лет  
Срок реализации – 3 года

Составитель: Копысова Наталия  
Геннадьевна  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Проблеме формирования здорового образа жизни, ценности здоровья и здоровьесберегающего поведения среди взрослого населения и молодежи в последние годы уделяется самое пристальное внимание. Под здоровьем здесь понимается «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов» (по определению Всемирной организации здравоохранения).

**Волонтерство** или **Волонтерская деятельность** (от лат. *voluntarius* — добровольно) — это широкий круг деятельности, включая традиционные формы взаимопомощи и самопомощи, официальное предоставление услуг и другие формы гражданского участия, которая осуществляется добровольно на благо широкой общественности без расчёта на денежное вознаграждение. **Добровольцы**, с точки зрения закона Российской Федерации — физические лица, осуществляющие благотворительную деятельность в форме безвозмездного выполнения работ, оказания услуг (добровольческой деятельности). Детские волонтерские или добровольческие объединения - это свободные союзы детей, объединенных каким-либо общим специальным интересом, призванные оказать помощь при формировании жизненной позиции обучающихся, путем возрождения идеалов и ценностей (здоровый образ жизни, дружба, любовь, семья).

Образовательная программа «Основы здоровьесбережения» относится к программам социально-педагогической направленности, является модифицированной и опирается на программы **В.И. Ковалько «Школа здоровья», Аржакаева Т.А, Вачков И.В, Попова А.Х. «Психологическая азбука», М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева УМК «Разговор о правильном питании»** для начальной школы.

### **Актуальность:**

Экологическая и социально-экономическая ситуация, в которой растут и развиваются современные дети, требует как можно более раннего овладения навыками здоровьесберегающего поведения для максимального их развития, взросления, сохранения здоровья. Развитие личности, способной оказать помощь и поддержку другому человеку, так же актуально в век конкуренции и прагматизма.

**Педагогическая целесообразность** проявляется в учете педагогом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся. Программой предусмотрено добровольное участие в детей в улучшении, совершенствовании общественных отношений, преобразовании ситуации, складывающейся в окружающем их социуме. Деятельность обучающихся всегда сопряжена с их личной инициативой, поиском ими нестандартных решений, риском выбора, персональной ответственностью перед группой сверстников, педагогом, общественностью.

**Цель:** Создание волонтерского отряда, формирование позитивных установок обучающихся на здоровый образ жизни и ценность здоровых взаимоотношений на основе уважения, взаимоподдержки и понимания другого человека.

**Задачи:**

- ✓ Расширить круг знаний о волонтерах и волонтерском движении.
- ✓ Расширить круг знаний обучающихся о здоровье и здоровом образе жизни, приобщить к здоровому образу жизни;
- ✓ Развивать коммуникативные способности, навыки сотрудничества и культуры общения, умение выступать перед публикой.
- ✓ Воспитывать уважительное отношение к окружающей природе, себе и другим людям;

**Новизна программы** заключается в формировании целостной системы знаний о здоровом образе жизни и умения ведения пропаганды здорового образа жизни, применении различных форм освоения материала: иллюстративно-объяснительной, театрализованной, игровой. Преобразования, осуществляемые в процессе деятельности волонтерского отряда, могут касаться любых сторон (и проблем) общественной жизни: отношений между социальными группами, гражданской самоорганизации, общественной поддержки представителей социально незащищенных слоев населения, защиты и развития культурной и природной среды существования общества и т.д.

**Программа «Основы здоровьесбережения»** реализуется в течение трех календарных лет и направлена на приобретение обучающимися знаний основных составляющих ЗОЖ, понимания социальной реальности и повседневной жизни, формирования позитивного отношения обучающихся к базовым ценностям нашего общества.

Особое место в программе занимает социальная практика – пропаганда здорового образа жизни среди младших школьников в форме проведения физкультминуток, игровых программ, конкурсов и т.д.. Так же особое внимание обращается на умение общаться в коллективе, формирование и отстаивание своего мнения, своей жизненной позиции.

Программа составлена для обучающихся 8-11 лет на 3 года. Обучающиеся первого и второго года занимаются 2 раза в неделю по 2 часа (с 5 минутным перерывом), годовой объем составляет 144 часа, общий объем – 432 часов.

**Основные направления и содержание деятельности:**

- Форма организации образовательного процесса – групповые занятия, социальные практики;
- Виды технологий, применяемые в процессе обучения – оздоровительные, развивающие, игровые, коллективная творческая деятельность, социальная практика, образовательные события;

**Методы, используемые на занятиях:**

- Объяснительно-иллюстративный;
- Диалогический;
- Игровой;
- Частично – поисковый;
- Дискуссионный;
- Событийный;
- Участие в конкурсах, фестивалях, слетах, акциях, смотрах.

**Формы подведения итогов:**

- Творческие работы, выступления;
- Диагностические данные;
- Сценарий для презентации своего отряда;
- Игры;
- Беседы;
- Анкетирование.

**Учебно-тематический план****1 год**

№	Тема	Всего	Учебные часы		
			Теория	Практика	Формы контроля
<b>1</b>	<b>Вводные занятия. Инструктаж по ТБ</b>	<b>2</b>	1	1	Беседа
<b>2</b>	<b>Волонтеры, волонтерское движение</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	
2.1	Кто такие волонтеры? Выбор названия волонтерского отряда	2	1	1	Беседа, игры, творческая работа
2.2	Направления работы волонтеров	2	1	1	Беседа, упражнения, игра
2.3	Символика волонтерского движения	2	1	1	Беседа, игра, творческая работа
2.4	Волонтерское движение в России	2	1	3	Беседа, упражнения, творческая работа
2.5	Волонтерское движение Ижевске	2	1	3	Беседа, упражнения, творческая работа

<b>3</b>	<b>Проектная деятельность волонтеров</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	Упражнения, игры, беседа, творческая работа, планирование
<b>4</b>	<b>Сплочение отряда</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	Упражнения, игры, беседа
<b>5</b>	<b>Основы здоровьесбережения</b>	<b>96</b>	<b>48</b>	<b>48</b>	Упражнения, игры, беседы, проектная деятельность, социальная практика
<b>5.1</b>	Основные понятия «ЗОЖ», «Здоровье» Основные составляющие ЗОЖ	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Беседа, игры, упражнения
<b>5.1</b>	Движение в жизни человека	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
<b>5.2</b>	Питание	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
<b>5.3</b>	Гигиена	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
<b>5.4</b>	Самопознания	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	Беседа, творческая работа (проект), упражнения,

					социальная практика
5.5	Общение	16	8	12	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
5.6	Обобщение уроков по ЗОЖ «Мы за ЗОЖ»	12	4	8	Проектная работа, социальная практика
<b>6</b>	<b>Подготовка к участию в районных и городских мероприятиях</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	Беседа, написание сценариев, подготовка реквизита
<b>7</b>	<b>Участие в районных и городских мероприятиях</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	Конкурсы, акции, творческие мероприятия
<b>8</b>	<b>Заключительное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Беседа, игра, просмотр видео- и фотоматериалов
	<b>Итого</b>	<b>144</b>			

### Содержание программы

#### **Вводное занятие.**

Знакомство с планом работы на учебный год. Инструктаж по ТБ. Организационные моменты.

#### **Волонтеры. Волонтерское движение**

Создание волонтерского отряда, выбор названия, девиза, символики, атрибутики отряда. Знакомство с историей и опытом волонтерского движения в России и за рубежом. Известные волонтерские отряды и движения в Удмуртии и в Ижевске. Основные направления деятельности волонтеров: профилактическое, досуговое, пропаганда, сотрудничество с социальными центрами. Знакомство с различными формами деятельности волонтеров: акции, флеш-мобы, игровые программы, агитбригады.

#### **Проектная деятельность волонтеров**

Знакомство с направлением деятельности волонтеров - проект. Виды проектов. Алгоритм написания проекта. Проба написания своего проекта.

## **Сплочение отряда**

Формирование представлений о единстве группы, групповой дискуссии. Овладение навыками «чувствования» членов группы. Игры и упражнения направленные на сплочение отряда, развитие коммуникативной структуры: «Все – некоторые – только я», «Ласковые имена», «Угадай-ка», «Разговор на незнакомом языке», «Пожалуйста», «Мы с тобой, похожи тем, что...», «А я еду», «Коллективный счет» и т.д.

## **Основы здоровьесбережения**

**Основные понятия «Здоровый образ жизни».** «Здоровье». Основные составляющие здорового образа жизни.

**Движение в жизни человека.** Влияние двигательного режима на здоровье человека. Активный отдых. Движение и дыхание. Двигательный режим младшего школьника. Проект «Двигайся вместе с нами» (физкультминутка для младших школьников). Социальная практика: проведение физкультминуток для учащихся 1-2 классов.

**Питание.** Для чего мы едим? Правила правильного питания. Как правильно выбирать продукты в магазине. Полезные сладости. Праздник полезных сладостей. Проект «Кушайте на здоровье!» (размещение лучших рецептов полезных сладостей для «Нового года» на блоги классов начальной школы).

**Гигиена.** Гигиена тела. Гигиена одежды. Гигиена обуви. Полезные привычки. Проект «Чистота – залог здоровья!» (игровая программа для первоклассников). Социальная практика: проведение акции «Чистые руки».

**Самопознание.** Темперамент. Типы темпераментов. Характер. Какой у меня характер? Мотивы и потребности. Мои мотивы. Эмоции и чувства. Распознавание эмоций. Выражение эмоций. Сочувствие.

Проект «Первый раз в первый класс!» (игровая программа для будущих первоклассников). Социальная практика: проведение игровой программы для будущих первоклассников микрорайона.

**Общение.** Понятие общения. Общительность, замкнутость. Качества, важные для общения. Ссоры. Конфликт и контакт. Проект «Откуда берутся ссоры?» (психологический театр). Социальная практика: проведение классных часов для учащихся 1-3 классов на тему «Откуда берутся ссоры?» с использованием инсценировок.

**Обобщение уроков по «ЗОЖ».** Проект «Здорово быть здоровым». Подготовка и проведение игровой программы для первоклассников по теме ЗОЖ.

## **Подготовка к участию в районных и городских мероприятиях**

### **Участие в районных и городских мероприятиях**

#### **Заключительное занятие**

Просмотр видео- и фотоматериалов. Любимые игры.

#### **Ожидаемые результаты:**

1. Формирование представления о волонтерском движении;
2. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни и умения сделать осознанный выбор в пользу здорового образа жизни;
3. Развитие навыков сотрудничества, культуры общения с взрослыми, сверстниками и младшими детьми в разных социальных ситуациях;
4. Формирование уважительного отношения к природе, себе и другим людям.

### Учебно-тематический план

2 год

№	Тема	Всего	Учебные часы		
			Теория	Практика	Формы контроля
<b>1</b>	<b>Вводное занятия. Инструктаж по ТБ</b>	<b>2</b>	1	1	Беседа Тестовое задание
<b>2</b>	<b>Волонтеры, волонтерское движение</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
2.1	Волонтерское движение в России	2	1	3	Беседа, просмотр видеосюжетов
2.2	Волонтерское движение в Ижевске	2	1	1	Беседа, просмотр видеосюжетов
<b>3</b>	<b>Проектная деятельность волонтеров</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Упражнения, игры, беседа, творческая работа, планирование, акции
<b>4</b>	<b>Сплочение отряда</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	Упражнения, игры, беседа
<b>5</b>	<b>Культура общения. Культура устной и письменной речи</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>Беседа, упражнения, игры, мини-проекты, социальная практика, акции</b>



<b>6</b>	<b>Составление игровых программ</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>Беседа, упражнения, игры, мини- проекты, социальная практика</b>
	<b>Основы здоровьесбережения</b>	<b>62</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	Упражнения, игры, беседы, проектная деятельность, социальная практика
<b>5.1</b>	Основные понятия «ЗОЖ», «Здоровье» Основные составляющие ЗОЖ	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Беседа, игры, упражнения, тестовые задания, творческая работа
<b>5.1</b>	Движение в жизни человека	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
5.2	Питание	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
5.3	Гигиена	10	4	6	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
5.4	Профилактика	12	6	6	Беседа, творческая работа (проект), упражнения,

					социальная практика
5.5	Экология	14	8	6	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика
5.6	Обобщение уроков по ЗОЖ	2	1	1	Беседа, просмотр видео- и фотоматериалов
<b>6</b>	<b>Подготовка к участию в районных и городских мероприятиях</b>	<b>10</b>	2	8	Беседа, написание сценариев, подготовка реквизита
<b>7</b>	<b>Участие в районных и городских мероприятиях</b>	<b>10</b>	2	8	Конкурсы, акции, творческие мероприятия
<b>8</b>	<b>Заключительное занятие</b>	<b>2</b>	1	1	Беседа, игра, просмотр видео- и фотоматериалов
	<b>Итого</b>	<b>144</b>			

### Содержание программы

#### **Вводное занятие.**

Инструктаж по ТБ. Организационные моменты.

#### **Волонтеры. Волонтерское движение**

Знакомство с историей и опытом волонтерского движения в России. Известные волонтерские отряды и движения в Удмуртии и в Ижевске. Основные направления деятельности волонтеров: профилактическое, досуговое, пропаганда, сотрудничество с социальными центрами.

#### **Проектная деятельность волонтеров**

Знакомство с направлением деятельности волонтеров - проект. Виды проектов. Алгоритм написания проекта. Проба написания своего проекта.

#### **Сплочение отряда**

Формирование представлений о единстве группы, групповой дискуссии. Овладение навыками «чувствования» членов группы. Игры и упражнения направленные на

сплочение отряда, развитие коммуникативной структуры: «Чей туфля?», «Ласковые имена», «Угадай-ка», «Фотограф», «Пожалуйста», «Поменяйтесь местами те, кто...», «А я еду», «Коллективный счет» и т.д.

### **Культура общения. Культура устной и письменной речи**

Речь. Общение. Культура общения. Игры и упражнения, направленные на развитие выразительности, интонационной стороны речи, полетность звучания речи. Письменная речь. Культура написания письма. Листовки, обращения, памятки, алгоритм составления. Мини-проект: составление листовок, обращений. Заметки и статьи, алгоритм написания. Мини-проект: написание заметок в школьную газету.

### **Основы здоровьесбережения**

**Повторение основных понятий «Здоровый образ жизни». «Здоровье».** Основные составляющие здорового образа жизни.

**Движение.** Влияние двигательного режима на здоровье человека. Осанка. Двигательный режим младшего школьника. Проект «Подвижные игры» (физкультминутки и подвижные игры в перемены для младших школьников). Социальная практика: проведение физкультминуток и активных перемен для учащихся 1-2 классов.

**Питание.** Правила правильного питания. Состав продуктов. Полезные и вредные продукты. Подготовка и проведение игровой программы по правильному питанию для 1 классов.

**Гигиена.** Полезные привычки. Гигиена личных вещей и посуды. Проект «Чистота – залог здоровья!» (игровая программа для первоклассников). Социальная практика: проведение акции «Чистые руки».

### **Профилактика**

Роль профилактики в укреплении здоровья человека. Роль двигательного режима, питания, гигиены в профилактике различных заболеваний. Мини-проекты: составление различных профилактических памяток, проведение акций по профилактике и пропаганде ЗОЖ.

### **Экология.**

Окружающая среда и экология. Влияние экологии на здоровье человека. Роль человека в сохранении и сбережении окружающей среды. Экологические проекты.

### **Обобщение уроков по «ЗОЖ».**

Тестовые задания. Кроссворды по теме «ЗОЖ». Просмотр видео- и фотоматериалов.

### **Подготовка к участию в районных и городских мероприятиях**

#### **Участие в районных и городских мероприятиях**

### **Заключительное занятие**

Просмотр видео- и фотоматериалов. Любимые игры.

**Ожидаемые результаты:**

1. Формирование представления о волонтерском движении;
2. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни и умения сделать осознанный выбор в пользу здорового образа жизни;
3. Развитие навыков сотрудничества, культуры общения с взрослыми, сверстниками и младшими детьми в разных социальных ситуациях;
4. Формирование уважительного отношения к природе, себе и другим людям.

**Учебно-тематический план****3 год**

№	Тема	Всего	Учебные часы		
			Теория	Практика	Формы контроля
<b>1</b>	<b>Вводные занятия. Инструктаж по ТБ</b>	<b>2</b>	1	1	Беседа Тестовое задание
<b>2</b>	<b>Волонтеры, волонтерское движение</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
2.1	Волонтерское движение в России	2	1	3	Беседа, просмотр видеосюжетов
2.2	Волонтерское движение в Ижевске	2	1	1	Беседа, просмотр видеосюжетов
<b>3</b>	<b>Сплочение отряда</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	Упражнения, игры, беседа, творческая работа, планирование
<b>4</b>	<b>Психология общения</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	Упражнения, игры, беседы, акции, социальная практика

<b>5</b>	<b>Проектная деятельность волонтеров</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Беседа, упражнения, игры, мини-проекты, социальная практика, акции, исследования
<b>6</b>	<b>Составление игровых программ</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	Беседа, упражнения, игры, мини-проекты, социальная практика
<b>7</b>	<b>Пропаганда ЗОЖ через СМИ</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Беседа, упражнения, мини-проекты (написание заметок, фоторепортаж)
<b>8</b>	<b>Основы здоровьесбережения</b>	<b>64</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	Упражнения, игры, беседы, проектная деятельность, социальная практика
<b>8.1</b>	Основные понятия «ЗОЖ», «Здоровье» Основные составляющие ЗОЖ	4	2	2	Беседа, игры, упражнения, тестовые задания, творческая работа
<b>8.2</b>	Здоровье человека и двигательная активность	10	4	6	Беседа, тестовая работа, социальная практика
<b>8.3</b>	Питание	10	4	6	Беседа, творческая работа (проект), упражнения, социальная практика

8.4	Гигиена	10	4	6	Беседа, упражнения, социальная практика (конкурс, выставка конкурсных работ опрос)
8.5	Профилактика	12	6	6	Беседа, упражнения, социальная практика (заметки, акции, фоторепортажи, соцопросы)
8.6	Экология	14	8	6	Беседа, творческая работа, упражнения, социальная практика (акции, заметки, соцопрос)
8.7	Обобщение уроков по ЗОЖ	4	1	3	Беседа, тестовая работа, просмотр видео- и фотоматериалов
<b>9</b>	<b>Подготовка к участию в районных и городских мероприятиях</b>	<b>10</b>	2	8	Беседа, написание сценариев, подготовка реквизита
<b>10</b>	<b>Участие в районных и городских мероприятиях</b>	<b>10</b>	2	8	Конкурсы, акции, творческие мероприятия
<b>11</b>	<b>Заключительное занятие</b>	<b>2</b>	1	1	Беседа, игра, просмотр видео- и фотоматериалов

	<b>Итого</b>	<b>144</b>			
--	--------------	------------	--	--	--

## Содержание программы

### **Вводное занятие.**

Инструктаж по ТБ. Тест по Т.Б. Организационные моменты.

### **Волонтеры. Волонтерское движение**

Знакомство с планом мероприятий волонтерских отрядов района, города. Планирование участия в конкурсах и мероприятиях для отряда и индивидуальных участников. Основные направления деятельности волонтеров: профилактическое, досуговое, пропаганда, сотрудничество с социальными центрами.

### **Сплочение отряда**

Формирование представлений о единстве группы, групповой дискуссии. Овладение навыками «чувствования» членов группы. Игры и упражнения направленные на сплочение отряда, развитие коммуникативной структуры: «Чей туфля?», «Ласковые имена», «Угадай-ка», «Фотограф», «Пожалуйста», «Поменяйтесь местами те, кто...», «А я еду», «Коллективный счет» и т.д .

### **Психология общения.**

Понятие общения. Вербальное и невербальное общение. Роль эмоций в общении. Диалог. Ссора. Конфликт. Навыки саморегуляции. Социальная практика к «Дню психического здоровья»: проведение «Недели психологии» для учащихся начальной школы – Акции «Мое настроение», «Бумеранг добрых пожеланий», игровая программа «Невербальной общение».

### **Проектная деятельность волонтеров**

Знакомство с направлением деятельности волонтеров - проект. Виды проектов. Алгоритм написания проекта. Проба написания своего проекта.

### **Пропаганда ЗОЖ через СМИ**

СМИ, их влияние на жизнь человека. Пропаганда ЗОЖ через СМИ – написание заметок, фоторепортажи. Подготовка и участие в конкурсе «Проба пера».

### **Основы здоровьесбережения**

**Повторение основных понятий «Здоровый образ жизни». «Здоровье».** Основные составляющие здорового образа жизни – двигательная активность, питание, гигиена, профилактика, психическое здоровье, экология.

**Здоровье и двигательная активность.** Влияние двигательного режима на здоровье человека. Двигательный режим младшего подростка. Проект «Танцуй пока молодой» (танцевальные физкультминутки в перемены для младших школьников). Социальная практика: проведение танцевальных физкультминуток и активных перемен для учащихся 1-4 классов.

**Питание.** Правила рационального питания. Состав продуктов, консерванты, эмульгаторы и усилители вкуса. Калорийность продуктов. Фастфуды. Подготовка и проведение занятия по правильному питанию для 1 классов.

**Гигиена.** Полезные привычки. Личная гигиена, гигиена личных вещей, гигиена в быту. Проведение конкурса о гигиене рук « Письмо первокласснику» для учащихся 3 классов.

**Профилактика.** Роль профилактики в укреплении здоровья человека. Медицинская профилактика – роль медосмотров в сохранении здоровья человека. Акция «Грипп – стоп».

**Экология.** Окружающая среда и экология. Влияние экологии на здоровье человека. Роль человека в сохранении и сбережении окружающей среды. Экологические проекты (акции, соцопросы, заметки, фоторепортажи, исследовательская работа).

**Обобщение уроков по «ЗОЖ».**

Тестовые задания. Кроссворды по теме «ЗОЖ». Просмотр видео- и фотоматериалов.

**Подготовка к участию в районных и городских мероприятиях**

**Участие в районных и городских мероприятиях**

**Заключительное занятие**

Просмотр видео- и фотоматериалов. Любимые игры.

**Ожидаемые результаты:**

1. Формирование представления о волонтерском движении;
2. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни и умения сделать осознанный выбор в пользу здорового образа жизни;
3. Развитие навыков сотрудничества, культуры общения с взрослыми, сверстниками и младшими детьми в разных социальных ситуациях;
4. Формирование уважительного отношения к природе, себе и другим людям;
5. Развитие навыков самопрезентации.



