

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЖЕЛЯБОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНА

протокол заседания
педагогического совета
от «_30_» августа 2023_
№_18_____

СОГЛАСОВАНА

заместитель директора
МБОУ «Желябовская СОШ»
«_31_» 08_2023_
Е.В.Дрыгина

УТВЕРЖДАЮ

директор
МБОУ «Желябовская СОШ»
от 31.08.2023 приказ № 310
Т.Ю.Тупальская

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА «ЮНЫЙ МЕДИК»**

Направленность: естественнонаучная

Возраст обучающихся: 7- 10 лет

Срок реализации: 1 год

Вид программы: модифицированная

Уровень: стартовый

Составитель: педагог дополнительного
образования Кирьянова Наталья
Сергеевна

с. Желябовка, 2023г.

Рецензент: зам.директора

(должность)

«_31_» августа _____ 2023г.

_____ Дрыгина Е. В.

(подпись)

Согласовано: директор МБОУ «Желябовская СОШ»

(должность)

«_31_» августа _____ 2023 г.

_____ Т.Ю.Тупальская

(подпись)

1. Комплекс основных характеристик Программы

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана на основании:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 29 декабря 2022 г.);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2020 года);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 19.12.2022 г.);
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;
- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Устава Муниципального бюджетного образовательного учреждения Муниципальном бюджетном образовательном учреждении «Желябовская средняя общеобразовательная школа» (далее – МБОУ «Желябовская СОШ»).

Направленность программы: естественнонаучная.

□ **Актуальность программы:** актуальность данной программы обусловлена необходимостью усилить взаимосвязь теоретической и практической подготовки детей в области медицинских знаний и умения оказать первую помощь пострадавшему в условиях повседневной жизни современного мира.

Новизна программы: новизна данной образовательной программы заключается в том, что основой содержания программы является неразрывная связь особенностей строения организма человека с функциями и процессами, протекающими в нем, предусмотрена

реальная практико-ориентированная деятельность обучающихся по оценке своего здоровья, предоставляющая возможности для самопознания, саморазвития учащихся. Программа основана на комплексном подходе к подготовке обучающегося «новой формации», умеющего жить в современных социально-экономических условиях.

Данная программа в отличие от подобных программ включает выполнение практических и лабораторных работ на каждом занятии.

Отличительной особенностью программы является то, что она направлена на создание системы личностно-ориентированного обучения детей, ориентированных на основы здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность: данной программы заключается в том, что занятия в кружке способствуют овладению школьниками системой медицинских знаний. Материалы данной программы знакомят школьников с процессами, происходящими в организме человека, с гигиеническими правилами, направленными на сохранение здоровья людей.

Адресат программы – обучающиеся от 9 до 11 лет, которые проявляют определённый интерес к медицине. В группу принимаются все желающие, достигшие указанного возраста. Основание для зачисления: заявление одного из родителей (законных представителей), согласие на обработку персональных данных, отсутствие медицинских противопоказаний для занятий по виду спорта.

Объем и срок освоения программы: 36 часов, 1 год.

Уровень программы - стартовый.

Формы обучения по программе: очная.

Особенности организации образовательного процесса. Содержание программы имеет особенности, обусловленные, задачами развития, обучения и воспитания учащихся, социальными требованиями к уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями учащихся, Содержание и структура курса обеспечивают выполнение требований к уровню подготовки школьников, развитие творческих умений, научного мировоззрения, гуманности, привитие самостоятельности, трудолюбия и заботливого отношения к людям.

Режим занятий: 36 часов в год, 1 раз в неделю по 1 часу, занятия по 45 минут;

Уровень освоения Год обучения	Количество рабочих недель	Количество в неделю			Количество в год	
		Дней	Число и продолжительность занятий в день	Часов	Занятий	Часов
Стартовый уровень 1 год	36	1	1 - 45 мин	1	36	36

1.2. Цель и задачи программы:

Цель: освоение знаний о первой медицинской помощи и формирование интереса к профессиям связанным с медициной.

Задачи:

- Освоить элементарные знания по основам гигиены, микробиологии, ухода за больным, др.
- Развивать познавательные интересы, интеллектуальные и творческие способности, уметь организовать работу.
- Воспитывать ответственность, аккуратность, целеустремленность при выполнении различных родов деятельности.
- Получить опыт применения знаний и умений в повседневной жизни.
- Использовать приобретенные знания, умения и навыки в практической деятельности.

1.3. Воспитательный потенциал программы:

Воспитательная работа в рамках программы «Юный медик» направлена на развитие углубленного понимания школьников истории развития отечественной медицины, знания о тех, кто прославил ее на весь мир. Для решения поставленных воспитательных задач и достижения целей программы обучающиеся привлекаются к участию в практических работах, организации акций. Обучающиеся участвуют в просмотре научно-исследовательских фильмов.

В результате проведения воспитательных мероприятий у обучающихся творческого объединения будет сформировано понимание: определения основных понятий, основных правил здорового образа жизни; причин возникновения некоторых заболеваний; последних достижения медицины; место человека в системе органического мира; как оказывать первую доврачебную помощь при ушибах, ожогах, вывихах, обморожениях; как выполнять профилактические мероприятия для поддержания организма в здоровом состоянии.

1.4. Содержание Программы:

Учебный план:

№	Наименование раздела, темы	Всего	Учебные часов		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1. Мир вокруг меня и я в нём.		10 ч.			
1.	Зачем ходить в школу?	1 ч.	1		
2,3.	Откуда я родом?	2 ч.	1	1	тестирование
4.	Прошлое: я до школы.	1 ч.	1		
5.	Моё будущее.	1 ч.	1		
6.	Настроение плохое и хорошее.	1 ч.		1	
7.	Вредные привычки. Не грызи ногти.	1 ч.	1		викторина
8.	Общение.	1 ч.	1	1	
9,10	Итоговое занятие по теме.	2 ч.	1	1	КВН
2. Уроки Мойдодыра. Правила на всю жизнь.		9 ч.			
11.	Почему мы болеем.	1ч.	1		
12,13.	Кто и как предохраняет нас от болезней.	2ч.	1	1	Тестирование
14-15.	Кто нас лечит.	2ч.	1	1	
16.	Я прививок не боюсь, если надо уколюсь.	1ч.	1		
17-18.	Ещё раз о лекарствах.	2ч.	1	1	
19.	Итоговое занятие по теме.	1ч.	1		Проект
3. Охрана жизни человека.		17 ч.			
20,21	Как избежать отравлений.	2ч.	1ч.	1ч.	
22,23,24,25	Безопасность на улице при любой погоде. Правила дорожного движения.	4ч.	2ч.	2ч.	Проект
26	Правила обращения с режущими, колющими предметами.	1ч.		1ч.	
27.	Что надо знать об электрическом	1ч.	1ч.		

	токе.				
28.	Правила безопасности при обращении со спичками, газовыми приборами, петардами.	1ч.	1ч.		
29.	Правила безопасного поведения на воде.	1ч.	1ч.		Викторина
30.	Защита от насекомых.	1ч.	1ч.		
31.	Предосторожность при общении с животными.	1ч.	1ч.		
32.	Первая помощь при травмах.	1ч.		1ч.	
33.	Первая помощь при укусах собак, кошек, насекомых, змей.	1ч.		1ч.	
34.	Игры.	1ч		1ч.	КВН
35,36	Обобщающий урок по теме. Праздничный концерт	2ч.	1ч	1ч.	

СОДЕРЖАНИЕ

1. Мир вокруг меня и я в нем. (10 часов.)

Обучение в школе, что оно несёт нам. Какие перспективы открывает школа перед человеком. Учимся, чтобы стать грамотным, принести пользу нашей Родине.

Родословная семьи, знать своих предков хотя бы до четвёртого колена, малая родина, то место, где родился человек. Осознавать дошкольное прошлое и будущее (построение перспектив). Кем хочет стать, что для этого надо. Плохое и хорошее настроение, от чего зависит оно. Что надо делать, чтобы настроение было хорошим. Общение. Что надо, чтобы людям было приятно общаться с тобой.

2. Уроки Доктора Айболита. Правила на всю жизнь. (9 часов)

Признаки болезни: высокая температура, озноб, насморк, головная боль, боль в горле, тошнота, рвота. Раскрыть причины болезней. Организм защищает сам себя, Охрана здоровья и жизни детей учителями и родителями. Потребность расти здоровым. Лечебные учреждения, какие бывают врачи. Как организм себя защищает, как укреплять защитные функции организма, опасные инфекции, переносчики инфекции, вакцины. Аллергия на лекарства.

3. Охрана жизни человека. (17 часов).

Признаки отравления, кишечные расстройства, срок годности продуктов питания.

Правила дорожного движения, как вести себя в гололёд, при грозе. Острые предметы не игрушка, как обращаться с ножом, иглой, ножницами. Что такое электроток, как поступать с висящим оголённым проводом (не наступай на него, не бери в руки, не прикасайся к человеку, поражённому током), Не купайся в водоёмах во время грозы. Не прикасайся мокрыми руками к электроприборам. Не играй со спичками и зажигалками, не разжигай костёр, если поблизости нет взрослого, не бросай в костёр патроны, не лей в него бензин. Соблюдай правила пользования газовой плитой. Обращение с петардами. Один не ходи купаться на водоём, Купайся только в знакомых местах, не ходи зимой по тонкому льду. Защита от клещей, как избавиться от мух и комаров. Чем опасны насекомые. Опасность от домашних или брошенных домашних животных, животные как переносчики инфекций.

Обучающиеся должны знать:

- части тела, основные органы и системы своего организма;
- основные термины и правила здорового образа жизни;
- факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, правила закаливания организма;
- основные правила безопасного поведения на улице, на воде, в школе и дома;
- правила поведения при чрезвычайных ситуациях (стихийных бедствиях);
- правила экологически грамотного поведения в природе;
- телефоны специальных служб (пожарной, газовой, скорой помощи и милиции);
- меры профилактики инфекционных заболеваний, правила поведения во время болезней;
- значение двигательной активности и занятий спортом для укрепления здоровья;
- предметы личного и общего пользования при соблюдении гигиенических норм и правил;
- правила личной гигиены, гигиены органов зрения, слуха, полости рта, ухода за одеждой;
- правила здорового питания, культуру приема пищи;
- меры профилактики нарушений осанки, упражнение для коррекции нарушений осанки;
- основы культуры общения: приветствие, благодарность, извинение, прощание;
- основы самовоспитания, доброго отношения к окружающему миру;
- пословицы, поговорки и загадки, подчеркивающие важность здоровья.

Обучающиеся должны уметь:

- ✓ выполнять комплекс упражнений, гимнастики;
- ✓ соблюдать правила личной гигиены: правильно ухаживать за полостью рта, волосами, ногтями, ушами;
- ✓ выполнять гимнастику для глаз; упражнения для профилактики нарушений осанки, дыхательную гимнастику;
- ✓ использовать правила безопасного поведения в различных ситуациях: при переходе через улицу, обходе транспорта, при пожаре, встрече с незнакомыми людьми, дома в отсутствие родителей и т.д;
- ✓ бережно относиться к природному окружению (растениям, животным и т.д.), ухаживать за комнатными растениями, подкармливать птиц;
- ✓ выполнять правила культурного поведения при общении с окружающими людьми: близкими, знакомыми и незнакомыми;
- ✓ вести простейшие самонаблюдения за своим здоровьем;
- ✓ правильно оценивать собственные поступки и корректировать свои действия;
- ✓ использовать предлагаемую информацию с целью оздоровления органи

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Месяц	сентябрь				октябрь					ноябрь				декабрь				январь			февраль				март			апрель				май				
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов в неделю (групп)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Кол-во часов в месяц	4				5					4				4				4			4				4			4								
Аттестация/ формы контроля	Первичная аттестация													Промежуточная аттестация														Итоговая аттестация Тестирование								
Всего часов	<p>Объём в 2023-2024 учебном году – 36 учебных часа</p> <p>Период каникул – с 31 декабря по 8 января</p> <p>Не предусмотрены занятия по программе в праздничные дни. В предпраздничные и дополнительные выходные дни занятия проводятся согласно расписанию (в соответствии с производственным календарем Республики Крым на 2023 год)</p>																																			

2.2. Условия реализации Программы.

- **материально-техническое обеспечение** – компьютер с экраном и проектором;

- плакаты по медицине;

- **информационное обеспечение**

1. Платформа "Инфоурок"

2. Учебное пособие "Атлас добровольного спасателя".

3.. Аптечка первой медицинской помощи, шины, бинты, резиновый жгут.

- **кадровое обеспечение** - Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, профессиональную переподготовку по направлению дополнительного образования детей. Стаж работы по направлению деятельности – 1 год, из них педагогический стаж – 17 лет.

Методическое обеспечение образовательной программы

Занятия проводятся очно, допускается проведение занятий в дистанционном формате и в условиях сетевого взаимодействия.

Формы организации учебных занятий.

лекция;

учебная игра, ролевая игра;

защита творческого проекта;

творческие конкурсы;

КВН;

заочная экскурсия;

коллективное творческое дело (КТД);

тематические задания по подгруппам

Форма организации образовательного процесса носит групповой (теоретические занятия, работа в парах), индивидуальная работа, работа в малых группах. Изучение материала проводится в форме диалога, рассказа, беседы, показа, практического занятия. Так происходит усвоение необходимой информации и закрепление навыков работы. Теоретический материал на занятиях (теоретические занятия) дается с использованием беседы, рассказа, диалога с детьми, комментариев педагога, просмотров иллюстративного и видео материала, и закрепляется практическим освоением тем (практические занятия – спортивная тренировка, игра).

В курсе обучения применяются следующие методы:

беседа

дискуссии (круглые столы, дебаты, диспуты)

игры

ролевые игры (деловые)

тренинги (системы упражнений на взаимодействие в группе)

викторины

системы последовательных заданий

проекты

демонстрация

упражнение с объяснением и исправлением ошибок

метод многократного повторения

«делай как я»

Алгоритм учебного занятия зависит от его формы.

2.3. Формы аттестации/контроля

Входящий контроль.

Анкетирование, собеседование.

Текущий контроль.

Осуществляется после освоения темы.

Форма отслеживания и фиксации результата: журнал посещаемости (с указанием результата – зачет, незачёт.)

Форма предъявления и демонстрации результатов: решенный тестовый материал, кроссворд, выполненная контрольная работа.

Промежуточная аттестация:

ДЕКАБРЬ

Форма отслеживания и фиксации результата: журнал посещаемости (с указанием результата – зачет, незачёт.)

Форма предъявления и демонстрации результатов: решенный тестовый материал, выполненная контрольная работа.

МАЙ

Форма отслеживания и фиксации результатов: протокол результатов конкурса, грамота, фото.

Форма предъявления и демонстрации результатов: конкурс «Я бы в медики пошел».

2.4. Условия реализации программы для детей с ограниченными возможностями здоровья

Допускается обучение детей с ограниченными возможностями здоровья по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юный медик».

Список литературы

Список литературы для учителя:

1. Абаскалова Н.П «Здоровью надо учиться» -2000г
2. Б.И.Мишин «Настольная книга учителя ОБЖ» М,: ООО «Издательство АСТ» : ООО «Издательство Астрель», 2003г.
3. В.Н.Завьялов, М.И.Гоголев. В.С.Мордвинов «Медико-санитарная подготовка учащихся» М.: Просвещение, 1986г.
4. В.Г.Бубнов, Н.В.Бубнова «Основы медицинских знаний» М.:000 «Издательство АСТ» : ООО «Издательство Астрель», 2004г.
5. З.Гоголева М.И. «Основы медицинских знаний учащихся» М. «Просвещение» 1995г
6. Курцева П.А «Медико-санитарная подготовка учащихся» М. «просвещение» 1991 г.
7. Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. М: Просвещение, 1989
8. Стандарты второго поколения. Примерные программы по учебным предметам.. М.: «Просвещение», 2010.
9. Сергеев Б.Ф «Занимательная физиология» М. «Просвещение» -2001 г

Список литературы для учащихся:

1. Г Анатасова Л.П, Гольнева Д.П «Человек и окружающая среда» М«Просвещение» -1997 г.
2. Сонин Н.И., Сапин М.Р «Биология. Человек» М. «Дрофа»- 2010г.
3. Цорионов В.Т. «Первая помощь при дорожно-транспортных происшествиях» Владикавказ «Алания»-1996г

Список литературы для родителей:

1. В.Г.Бубнов, Н.В.Бубнова «Основы медицинских знаний» М.:000 «Издательство АСТ» : ООО «Издательство Астрель», 2004г.
2. З.Гоголева М.И. «Основы медицинских знаний учащихся» М. «Просвещение» 1995г
3. Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. М: Просвещение, 1989

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы.

Приложение 1

Тест «МЕДИЦИНА»

Выберите правильный ответ

1. Валидол это:
 - А. Средство при болях в желудке
 - Б. Средство при болях в сердце
 - В. Средство от мозолей
 - Г. Средство применяемое при простуде

2. Перекись водорода используют:
 - А. Промывание глаз
 - Б. Промывание ран
 - В. Жаропонижающее средство
 - Г. Болеутоляющее средство

3. Присосавшегося клеща следует удалить:
 - А. При помощи плоскогубцев
 - Б. Пальцами
 - В. При помощи нитки и пинцета
 - Г. Проколов брюшко клеща иглой

4. При отморожении необходимо растереть пострадавший участок кожи:
 - А. Брезентовой рукавицей
 - Б. Теплыми сухими руками
 - В. Снегом
 - Г. Куском капроновой ткани

5. При ожогах необходимо:
 - А. Смазать поверхность ожога йодом
 - Б. Смазать поверхность ожога маслом
 - В. Наложить чистую сухую повязку
 - Г. Наложить мазь Вишневского

6. При вывихе голеностопного сустава необходимо:
 - А. Вправить вывих
 - Б. Наложить жгут
 - В. Наложить давящую повязку
 - Г. Смазать сустав йодом

Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?»

Назовите правила, которые помогут вам быстро и легко приготовить уроки (ставьте «+» или «—»):

- 1) — в комнате может быть душно;
— комната должна быть проветрена;
- 2) - в комнате должно быть тихо - это помогает сосредоточиться;
— включенный телевизор или радио помогут сосредоточиться;
- 3) - сначала надо выполнять трудные задания;
— сначала лучше сделать легкие задания;
- 4) — не надо тратить время на черновик, лучше писать сразу в чистовик;
— следует выполнять уроки на черновике, потом переписать в чистовик;
- 5) - после выполнения трудных заданий необходимо отдохнуть 10-15 минут (подмести пол, вытереть пыль и т.д.)
— после выполнения трудных заданий хорошо полежать 10—15 минут, почитать книгу, посмотреть телевизор. Чего получилось больше: «+» или «—»?

Игра-викторина "Вредные привычки"

Цель:

- Формировать ЗОЖ. Воспитание убеждения в необходимости строго соблюдать санитарно – гигиенические правила.
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.
- Формировать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

1. Дать представление, что такое здоровый образ жизни.
2. Убедить учащихся о необходимости быть здоровым.
3. Объяснить роль здорового образа жизни для человека.
4. Выяснить факторы здоровья.

Планируемый результат: добиться от учащихся укрепления и поддержания своего здоровья, умения противостоять вредным привычкам, вести здоровый образ жизни.

Перед игрой ребята просматривают видео сюжет о вредных привычках. <https://youtu.be/LF9RbCmJ5PI>

Вступительное слово.

-Здравствуйтесь, здравствуйтесь!

– А задумывались ли вы, какой смысл имеет это слово?

– Такими словами приветствуют друг друга, справляясь о здоровье. А здоровы ли вы, ребята? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Говорят, что «Хорошее настроение – половина здоровья!».

Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят: "В здоровом теле – здоровый дух ". Здоровый человек красив и приятен в общении, легко преодолевает трудности, умеет по – настоящему и работать, и учиться, и отдыхать. Однако существуют в нашей жизни вредные привычки, которые оказывают пагубное воздействие на наш организм.

Что такое привычка?

Привычка в нашей жизни – это действие, которое мы повторяем, даже не всегда замечая это. В жизни человека повседневные привычки играют важную роль. Есть привычки полезные, а есть вредные. Полезные привычки помогают сохранить здоровье и облегчить нашу жизнь.

Ребята, назовите известные вам хорошие привычки (не опаздывать, занятие спортом, почитание старших, чтение книг, соблюдать режим дня, быть вежливым, не грубить, не обижать слабых, спать с открытой форточкой, нельзя обманывать, чистить зубы, класть вещи на место, выполнять домашнее задание, мыть руки с мылом и др.)

А теперь назовите плохие привычки (плевать на пол, ковырять в носу, грубить старшим, курить, лениться и делать всё не вовремя, грызть карандаши, ногти,

ручку, жевать резинку, играть острыми предметами (булавки, иголки, сосать палец, драться, ябедничать, сутулиться, пропускать уроки, тратить много времени на компьютерные игры, просмотр телевизора, игры в телефоне, мало двигаться и др.). Вредные привычки мешают жить, они забирают здоровье и красоту.

Давайте о них поговорим о некоторых вредных привычках подробнее.

1. Первая вредная привычка - питаться вредной пищей.

Не все продукты, которыми вы питаетесь, бывают полезными.

Вопрос учащимся: «Чем вы привыкли лакомиться на переменах?» (шоколадки, чипсы, сухарики, попкорн, конфетки). А известно ли вам, что вкусовые качества многих из этих продуктов достигаются за счет добавления различных синтетических ароматизаторов (чтобы продукт имел вкусный запах), консервантов (чтобы продукт дольше хранился и не портился) и усилителей вкуса (в результате хочется съесть еще).

Необходимо следить, чтобы эту энергию организм получал из здоровых продуктов. Если заправить машину плохим некачественным бензином, что произойдет? Она либо не поедет, либо сломается. Так почему мы позволяем себе "заправлять" наш организм некачественной едой? Ведь тело не купишь и не заменишь, как автомобиль!

Вопрос учащимся: «Назовите продукты, которые полезно есть, чтобы оставаться здоровым» (фрукты, овощи, рыбу, молочные продукты). Хотите перекусить на переменах – скушайте фрукты, орехи, йогурт, выпейте негазированную воду. Из древности к нам пришли мудрые слова: «Мы едим для того, чтобы жить, а не живем для того, чтобы есть».

2. Ожирение грозит особенно тем детям, которые не только много едят вредной еды, но и мало двигаются: не занимаются спортом, пропускают занятия физкультурой, не хотят участвовать в подвижных играх.

Вы должны ежедневно заниматься физкультурой не менее 60 минут в день.

Вопрос учащимся: Ребята, поднимите руки, кто из вас посещает какие-либо спортивные секции или спортивные кружки? Молодцы! Значит, вы понимаете, что оставаться сильным и здоровым можно только в союзе со спортом, с физическими упражнениями, в движении. А если вы не занимаетесь в спортивной секции, то не пропускайте уроки физкультуры, занимайтесь утренней гимнастикой. Возьмите себе за правило подниматься по лестнице, даже если в доме есть лифт. Это вполне может стать заменой зарядке или пробежке. Через некоторое время вы увидите и почувствуете ощутимую пользу от такой привычки.

3. Как мы с вами уже выяснили, компьютер, телефон и телевизор ограничивают вашу физическую активность. Рассмотрим достоинства и

недостатки интернета, а также вред от компьютера более детально. Компьютер и интернет сейчас довольно широко используются в качестве развития и образования.

Вопрос учащимся: «Что нам дает интернет?» (возможность быстро и легко получить любую интересующую информацию, возможность общения, скачивать игры, фильмы). Школьники, которые скачивают готовый материал, тем самым лишают себя возможности научиться чему-либо. Следующее благо, которое якобы предоставляет нам интернет - возможность общения. Компьютер и телефон просто и незаметно лишает вас живого общения. Вместо возможности научиться красиво говорить и слушать собеседника, вы получаете всего лишь навыки быстрой печати. А чрезмерное увлечение компьютерными играми лишает вас живого общения и влияет на ваше развитие и успеваемость в школе.

Вопрос учащимся: «А кто из вас может сказать какой вред компьютер может принести вашему здоровью?» (нарушение зрения, сколиоз-искривление осанки, заболевания, связанные с длительным нахождением в сидячем положении, стресс, вызванный потерей информации). Конечно, вред от компьютера незаметен на первый взгляд, но все же не стоит его недооценивать. И не следует забывать, что все хорошо в меру. И другая ваша привычка – увлечение телевизором. Телевизионные встречи со сказочниками, с «ожившими» куклами, мультипликационные и детские художественные фильмы, образовательные передачи о животных и растениях, о природных явлениях, телевизионные передачи, затрагивающие темы истории, литературы, музыки, архитектуры расширяют ваш кругозор. К сожалению, многие дети пользуются телевидением бесконтрольно. Это привычка вредная. Проводя слишком много времени перед экраном телевизора, вы, во-первых, мало двигаетесь. Во-вторых, насмотревшись «взрослого кино», плохо спите, видите кошмары, боитесь темноты. В-третьих, сидя перед телевизором часы напролет, не успеваете приготовить уроки, не успеваете почитать, порисовать, погулять с друзьями на улице. В-четвертых, может испортиться зрение. Общая продолжительность «общения» с телевизором - не более полутора часов в день. Расстояние, отделяющее вас от экрана телевизора, должно быть не менее 5 метров.

4. Когда вы смотрите телевизор, учитесь, переживаете за оценки, общаетесь между собой, с учителями, с родителями, вас может что-то беспокоить, тревожить. Вот тогда-то непроизвольно рождается еще одна вредная привычка - грызть ногти. В течение дня вы соприкасаетесь с множеством грязных предметов. Представляете, сколько вредных микробов скапливается на руках и под ногтями?

Ничего хорошего вам вредные привычки не принесут. А избавиться от них очень сложно. Выработывайте у себя полезные привычки. А с вредными

привычками надо бороться, и сила воли поможет их победить. Каждый из вас хозяин своей жизни и своего здоровья. Самое главное, чтобы вы сегодня сказали: нет вредным привычкам!

Давайте учиться быть здоровыми людьми!

ИГРА «Полезно - вредно»

Ведущий называет привычки, а учащиеся, отвечают вредная или полезная привычка.

Долго смотреть телевизор; Правильно питаться; Говорить неправду; Мыть руки перед едой; Много сидеть у компьютера; Чистить зубы 2 раза в день; Кричать; Убирать за собой игрушки; Курить; Делать зарядку; Есть много сладостей; Грызть ногти; Обзывать детей; Соблюдать режим дня; Говорить правду; Неряшливо одеваться; Пользоваться носовым платком; Обманывать; Кушать молча; Здороваться; Заправлять постель.

ИГРА «Собери слово»

Разделится на команды.

Нужно собрать слово, связанное со здоровьем. Кто быстрее?

ЗКУЛЬФИТРАУ – физкультура

ДКАЗАРЯ – зарядка

ЛКАЗАКА – закалка

ЕНГИАГИ – гигиена

ЛКАПРОГУ – прогулка

МУИНТЕМИТ – иммунитет

Игра «Хочу быть здоровым!»

1. Фрукт для лечения температуры? (Лимон, Малина)
2. Когда закаляться лучше всего? (летом)
3. Можно ли давать другим свою расческу/помаду/полотенце? (нет, можно заразиться кожным заболеванием)
4. Можно ли пить из лужи? (нет, в критических условиях лучше соорудить простейший фильтр)
5. Почему не стоит гладить бездомных животных? (много паразитов может передаваться)
6. Какие самые вредные продукты вы знаете? (чипсы, лимонады и прочее)
7. Вреден ли макдоналдс, KFC? (не вреден при очень редком употреблении в ограниченном количестве)
8. В какое время суток лучше совершать ежедневную пробежку? (вечером, по мнению большинства врачей)

- А в завершении нашего урока мы соберем с вами «Дерево здоровья».

У меня на столе лежат разноцветные листочки, на которых написано много интересных и полезных занятий, но среди них есть и вредные привычки. (Заниматься спортом, есть много сладкого, делать утреннюю гимнастику, много смотреть телевизор, следить за одеждой, закаляться, долго играть в компьютерные игры, много времени проводить на воздухе, курить, умываться, чистить зубы, употреблять спиртные напитки, правильно питаться, соблюдать

режим дня, вовремя учить уроки, заниматься музыкой, рисовать, читать книги, помогать маме).

Каждый из вас выбирает на моем столе понравившийся листочек и, прочитав, решает, прикреплять ли его к «Дереву здоровья» или же выбросить в корзину.

Молодцы, спасибо!

И в заключении я бы хотела сказать: каждый из вас - хозяин своей судьбы и своего здоровья. За вас вашу жизнь не проживут ни родители, ни учителя, ни кто-нибудь другой. В самом начале классного часа, мы посмотрели друг на друга и пожелали здоровья и хорошего настроения! Мне остается на наше дерево жизни добавить солнышко, которое всегда будет освещать вам дорогу, и подарить такое маленькое солнышко каждому из вас, чтобы оно как лучик напоминало вам, что мы все вместе сказали, **НЕТ ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ!**

Викторина. «Безопасность на воде»

Цель: Формирование основ безопасности на водоёмах.

Задачи:

1. Формировать у детей представления о безопасном поведении на водоеме.
2. Развивать способности к осмысленности восприятия опасности на водоеме.
3. Закреплять знания об основных спасательных средствах.
4. Развивать внимание, речь, мышление.
5. Воспитывать организованность, дисциплинированность.

Воспитатель:

Доброе утро! Я вам говорю.

Доброе утро! Я всех вас люблю!

Желаю вам хорошо заниматься!

Слушать внимательно, ума набираться!

Звучит музыка из передачи ЧТО? ГДЕ? КОГДА?

Воспитатель: Я приглашаю вас в клуб знатоков ЧТО? ГДЕ? КОГДА?

Сегодня в игре принимает участие подготовительная группа.

Всезнайка узнал, что вы скоро пойдете в школу и решил собрать «клуб знатоков». К нам он прислал вопросы, на которые вам придется ответить.

А тема у нас вами будет «безопасное поведение на водоёмах».

Посмотрите, на игровом столе разложены конверты с вопросами. С помощью волчка необходимо определить, на какой вопрос следует отвечать.

Вода добрый друг и помощник человека.

Давайте послушаем стихотворение Н. Рыжовой

«Волшебная вода»

Вы слышали о воде?

Говорят она везде!

Вы в пруду её найдете и

в сыром лесном болоте.

В луже, в море, в океане

и водопроводном кране.

Как сосулька замерзает,

В лес туманом заползает

На плите у вас кипит,

Паром чайника шипит.

Без неё нам не умыться

Не наесться, не напиться!

Смею вам я доложить:

Без неё нам не прожить.

Воспитатель: А где мы можем встретить воду в природе?

(ответы детей)

Воспитатель: Верно. В пруду, в водоеме, озере, океане, реке, дожде и т.д.

Поговорим мы сегодня с вами о безопасном поведении у водоемов зимой и летом.

Итак, наша игра начинается. Знатоки, вы готовы?

(ответ детей)

Первый раунд

(крутится волчок, где останавливается воспитатель берет конверт и читает задание).

Представьте, вы пришли на берег реки или озера летом. Согласитесь, жара, солнце, хочется искупаться. Поплескаться, поплавать. Умеете ли плавать?

(ответы детей.)

Умение держаться на воде необходимо любому человеку. Недаром древние греки считали неграмотными тех людей, которые не умели читать и плавать.

Итак, вопрос?

Вспомните и расскажите по карточкам правила поведения на воде?

(на столе лежат картинки, дети должны взять и рассказать правила)

(Воспитатель по ходу ответов детей комментирует и добавляет или задает наводящие вопросы))

-Не нужно купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других купальщиков.

-нельзя забегать в воду, не зная её дна. Ведь дно реки или озера может таить немало опасностей: затопленная коряга, осколки стекла, острые жестянки, глубокие ямы.

-прежде чем заходить в воду, посмотрите как она выглядит. Если цвет и запах не такие, как обычно, купаться в ней нельзя.

-купаться можно только в сопровождении кого-то из взрослых.

-нельзя нырять и далеко заплывать в незнакомых местах.

Правила поведения на воде (карточки)

1.купаться только под присмотром взрослых.

2.не купаться в незнакомых местах

3.купаться можно только в специально оборудованных местах.

4.во время купания не хватайте друг друга за руки и ноги.

Воспитатель: Молодцы! Вспомнили правила поведения на водоеме. Играем дальше.

Второй раунд

(крутится волчок, где останавливается воспитатель берет конверт и читает задание).

Но представьте, мы с вами летом пришли на водоем или озеро и захотели купаться... вопрос?

Какими спасательными средствами мы воспользуемся для безопасного купания на воде?

(перед детьми лежат карточки с предметами, необходимо выбрать нужные и рассказать для чего они используются)

Воспитатель: молодцы! Теперь мы будем соблюдать правила купания на водоёме.

А у нас

Третий раунд.

(крутится волчок, где останавливается воспитатель берет конверт и читает задание).

Этот вопрос на смекалку. Знатоки должны знать все про воду.

Отгадайте загадки.

1. Она бежит, струится

На солнце серебрится

Склонились молчаливо

Над ней густые ивы.(река)

2.Он слегка затянут ряской

Струйки не бегут

Заколдован будто в сказке

Старый, тихий ... (пруд)

3. Плещет теплая волна

В берега из чугуна

Отгадайте, вспомните:

Что за море в комнате? (ванна)

4.В голубенькой рубашке

Бежит по дну овражка.

(Ручеек)

5. Кругом вода, а с питьем беда.

(Море).

6.В нее льется, из нее льется, сама по земле плетется.

(Река).

7.Не море, не земля,

Корабли не плавают,

А ходить нельзя.

(Болото)

8. Бежала-шумела,

Заснула –заблестела.

(Река подо льдом)

9. Посреди поля лежит зеркало,

Стекло голубое, оправка зеленая.

(Озеро, пруд)

Воспитатель: Умнички.! Отгадали все загадки.

Но мы продолжаем.

Четвёртый раунд:

(крутится волчок, где останавливается воспитатель берет конверт и читает задание).

Игра «Капельки»

Воспитатель:

Ребята, представьте, что мы с вами капельки. Все капельки самостоятельные.

Дети хаотично гуляют по кругу.

Воспитатель:

Но вот, капельки встречаются друг с другом, и получается ручеек.

Дети разбиваются на пары и берутся за руки. Пары двигаются друг за другом

Воспитатель: А теперь ручеек течет и впадает в море.

Дети берутся за руки и образуют большой круг.

Воспитатель: Наш круг может менять форму, как и вода

Круг из детей вытягивается в овал.

Воспитатель: Итак, каждый из вас –капелька воды. Ваши ладошки такие горячие, что вам уже невозможно держать друг друга за руки. Ваши руки опускаются, жара заставляет вас активнее двигаться. Каждый из вас стал частичкой пара.

Дети бегают по группе.

Воспитатель: А теперь вас замораживают, вам становится холодно. На до встать поближе

друг к другу и обняться, чтобы стало теплее.

Дети обнимают друг друга.

Воспитатель: Молодцы. Вот так вода и превращается в лед.

Воспитатель: Игра продолжается. А у нас с вами.

Пятый раунд.

(крутится волчок, где останавливается воспитатель берет конверт и читает задание)

Представьте себе неосторожного человека, который идет по неокрепшему еще льду. И вдруг слышит, что лед начал трещать. Как вы думаете что надо ему делать?

(ответ детей)

Весной, когда начинает пригревать солнышко, лед становится рыхлым, вода просачивается через него, затопляет сделанные на нем следы.

Итак, вопрос?

Рассказать правила безопасности на льду водоема в зимний период

(на столе лежат картинки, дети должны взять и рассказать правила)

(Воспитатель походу ответов детей комментирует и добавляет или задает наводящие вопросы)

1. Не выходите на тонкий лед в начале зимы и в начале весны.

2. Лед весной ломается бесшумно, в начале зимы с треском и хрустом.

3. Передвигаться по льду только по натоптанным тропинкам.

4. Надо брать с собой палку и прощупывать перед собой путь.

5. В начале зимы наиболее опасна середина водоема, а в конце участки у берега.

6. Менее прочным лед бывает там, где:

-наметены сугробы
-растут кусты
-трава вмерзла в лед
-бьют ключи
-быстрое течение

-в реку впадает ручей
-в водоем впадают сливные воды с фермы или фабрики.

Воспитатель: действительно «Знатоки». Все правильно рассказали. Теперь зимой мы с вами не окажемся в беде на льду. Верно?

Воспитатель: Но мы продолжаем. Крутится волчок и у нас

Шестой раунд.

(крутится волчок, где останавливается воспитатель берет конверт и читает задание).

Воспитатель: Вспомнили мы с вами правила поведения на водоеме. Но, представьте, что мы увидели тонущего человека в пруду, мы с вами что будем делать?

(ответ детей).

Правильно! Использовать спасательные средства

Мы будем использовать основные спасательные средства.

(На столе перед детьми лежат картинки с изображением предметов. Необходимо выбрать основные спасательные средства. И рассказать, как ими пользоваться.)

Молодцы. И с этим заданием справились.

Мы с вами ответили на все вопросы. И теперь в заключении поиграем.

Игра «можно-нельзя».

(воспитатель задает вопросы).

Если ответ «да», то дети хлопают в ладоши и кивают. Если «нет», то топают ногами и грозят пальчиком.

Вопросы.

1.можно купаться под присмотром взрослых?

2. можно выплывать за буйки?

3.можно хватать друг друга за ноги?

4.можно брызгать воду в лицо?

5. можно плавать вдоль берега?

6.нужно ли спрашивать у родителей разрешение, чтобы купаться?

7.можно ли прыгать на льду?

Теперь, вы точно, знатоки! И я могу смело написать Всезнайке, что он может смело брать группу «Мишка» в свой «клуб знатоков».

На этом наша игра заканчивается. Спасибо за игру.

КВН-игра

Тема: «На приеме у врача»

Цель: узнать, какие есть медицинские специальности, чем занимаются врачи каждой специальности.

Задачи:

- углубить и расширить знания детей о профессии медицинского работника;
- прививать уважение к людям этой профессии;
- развивать познавательный интерес детей, расширять их кругозор.

Оборудование

Халаты

Карточки с названиями врачебных специальностей

Кроссворд

Карточки с изображением внутренних органов

Оформление

Рисунки на тему «На приеме у врача»

На доске надпись «Добро пожаловать в поликлинику»

Ход игры

Под музыку выходит учитель в халате врача.

Ведущий (главврач). Здравствуйте. Разрешите представиться. Я главный врач поликлиники. У нас работают очень опытные доктора. Давайте их поприветствуем.

Входят команды учеников-докторов и читают заранее подготовленные стихи о профессии врача.

Профессии есть многие на свете,

Не знаю я, как все их перечесть,

Но всех прекрасней и живей на свете,

Спасать людей, везде, где они есть!

Если вдруг со здоровьем случилась беда,

Люди в белых халатах помогут всегда,

Мчатся с красным крестом по дорогам машины,

Для хороших врачей все больные едины,

Если пришла к вам неожиданно беда,

Кашель замучил, колено болит,

Или сердечный мотор барахлит,

Наши врачи вам помогут всегда.

Их участь – боли и страдания,

Жестокость смерти и болезнь.

Здоровья людям дарование,

Для них важней сейчас и здесь.

Готовы всем прийти на помощь,

Души частицу подаря.

И, несмотря на жизни скорость,

Сердца ваши всегда горят.

Главврач. Давайте познакомимся поближе с теми, кто работает в поликлинике.

Итак, мы заходим в поликлинику и первого, кого мы видим, это регистратор. Кто же такой регистратор? *(ответы детей)* Это очень нужный человек в поликлинике. Его кабинет называется регистратура. Он записывает всех больных на приём к врачу. Чтобы выбрать врача нужно обязательно знать кто что лечит.

Конкурс «Кто лечит»

Детям предлагаются карточки с названиями врачебных специальностей, которые написаны вразнобой с расшифровкой деятельности того или иного специалиста.

Задача: против каждого врача поставить соответствующее ему занятие.

Главврач. Прошу врачей выбрать себе специальность для сегодняшнего приема.

Далее следует конкурсная программа. В заключении главврач подводит итоги.

Главврач. Достойное это дело – приносить людям здоровье! Но человеку, чтобы не обращаться к врачам, надо заботиться о себе самому, нужно беречь свое здоровье. Помните: никто не заботится о тебе лучше, чем ты сам. Мы желаем вам, чтобы температура вашего тела всегда была 36,6. Будьте здоровы!

Вручает участникам и зрителям яблоки

Конкурсная программа

Конкурс «Терапевт».

Оборудование: ведро или глубокая миска и 3 мяча для пин-понга

Необходимо с расстояния 3 метров попасть пациенту тремя витаминками.

Каждое попадание - 1 очко.

Конкурс. «Окулист».

Оборудование: таблица

Участникам демонстрируется таблица. С одного края проставлены цифры, с другого - пустые клеточки. Они соединены запутанными линиями. Определи, какие цифры будут на другой стороне! Система оценок как в предыдущем конкурсе.

Конкурс «Хирург»

Оборудование: одноразовый шприц без иглы, 2 стакана

Задание: одноразовым шприцем сделать переливание жидкости из одного стакана в другой. Побеждает тот, кто сделает это быстрее и как можно меньше прольет воду.

Система оценок как в предыдущем конкурсе

Конкурс «Медсестра»

Оборудование: размотанные бинты

Задание: участникам необходимо смотать как можно быстрее и аккуратнее размотанный бинт.

Система оценок как в предыдущем конкурсе

Конкурс «Отоларинголог»

Разыгрывается игра «Испорченный телефон». Участникам необходимо передать фразы:

Крепок телом – богат душой.

Лук от семи недугов лечит.

Система оценок как в предыдущем конкурсе

Конкурс «Педиатр»

Конкурс проводится в форме игры «Крокодил». Участникам необходимо объяснить жестами пословицы

Держи голову в холоде, живот - в голоде, а ноги - в тепле

Здоровье дороже богатства.

Конкурс «Консилиум»

Оборудование: кроссворд

Задание: команде необходимо разгадать кроссворд

Кроссворд к конкурсу «Консилиум»

По горизонтали

2. Прибор для измерения температуры воздуха
6. На прогулке не забудь. Закрывать от ветра...
8. Ее сдают на анализы
9. Маленький, горький, луку брат
10. Верхняя одежда для холодной погоды
12. Прибор для измерения температуры тела
14. Отгибаем две дужки, Цепляем за ушки, На носу восседаем, Читать помогаем
16. Меня пьют, меня льют, всем нужна я, кто я такая
17. Не расстанусь в день холодный Я с твоею головой, - А бываю легкой, модной, Яркой, теплой и большой
19. Педиатра ты не бойся, Не волнуйся, успокойся, И конечно же не плачь - Это просто детский

По вертикали

1. В него попадает вся пища для переваривания
3. Главный орган умников
4. Любимое занятие гимнастов, футболистов, плавцов
5. Что делают шприцом
7. Медицинская фотография
10. Ее ставят, чтобы не заболеть
11. Травма, которую может получить человек при небрежном обращении с огнем
13. Орган слуха
15. Молочная еда из крупы, которую не любят некоторые дети
18. Бывает шоколадная и строительная, а бывает зубная

Психогимнастика в начальной школе.

То, что дети младшего школьного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции овладели сами учащиеся.

Целью этих методов является познание и изменение личности учащегося. Курс специальных занятий (этюдов, игр) направлен на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка: познавательной и эмоционально-личностной сферы.

Прежде всего такие занятия показаны детям с чрезмерной утомляемостью, а значит уместны в начальных классах. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, даёт возможность самовыражения.

Мимические и пантомимические этюды.

Этюды и игры на выражение отдельных качеств характера и эмоций.

Коррекция настроения.

Психомышечная тренировка.

Памятка добрых дел и добрых слов.

1. Старайся видеть в людях, прежде всего хорошее и доброе! От этого все окружающие становятся добрее и симпатичнее.
2. Будь добрым к людям!
3. Учись добру у добрых!
4. Не бойся предлагать свою помощь тем, кто в ней нуждается, помогай в первую очередь людям, попавшим в беду, слабым, больным.
5. Не причиняя зла, добрей становишься!

Обогрейте прекрасными словами свою душу и Матушку - Землю, создайте вокруг себя пространство любви, и Вы увидите Чудеса, сотворенные своими руками.

О! Человек – прекрасное творение!

Вглядишься в себя! И чаще повторяй:

Я есть человек! Я есть – Жизнь, Здоровье, Красота, Любовь, Юность, Мудрость, Совесть, Добро, Чистота, Лад, Гармония, Истина, Мастерство, Оптимизм, Радушие, Успех, Созидание, Щедрость, Преображение, чуткость, Романтика, Энтузиазм, Развитие, Естественность, Свет, Теплота, Цветение, Вечность, Дар, Гениальность, Уверенность, Благо, Простота, Ясность, Путь, Устремленность, Достоинство, Удадь, Радость, Смелость, Уникальность, Бодрость, Сознательность, Мысль, Слово, Действие, Активность, Интуиция, Сердечность, Верность, Твердость, Честность, Надежность, Счастье, Душевность, Ласка, Род, Единение, Знание, Умение, Быстрота, Восприятие, Легкость, Достижение, Удовлетворение, Веселье, Смех, Детство, Основа, Эволюция, Божественность, Быль, Состояние, Волшебство, Лучение, Открытость, Свобода, Целостность, Общительность, Аккуратность, Забота, Чувственность, Музыка, Образ, Вдохновение, Полет, Свежесть, Мир, Чудо, Творчество, Сила, Богатство, Порядок, Благодарность, обаяние, Песня, Звучание, Совершенство....

Дарите всем прекрасные слова!

Самомассаж тела

Вы готовы, глазки? (поглаживают веки глаз)

Да! (смотрят в «бинокль»)

Вы готовы, ушки?

Да! (прикладывают ладони к ушам, поглаживая их)

Вы готовы, ручки?

Да! (хлопают в ладоши)

Вы готовы, ножки?

Да! (поглаживают ноги, притопывают)

Вы готовы?

Да! (разводят руки в стороны и обнимают себя)

Тестирование личных свойств и качеств. «Яблоко»

На небольших листах бумаги просят нарисовать яблоко. Никаких дополнительных инструкций не даётся. Тест направлен на изучение степени удовлетворения.

Большие размеры яблока указывают на широту интересов.

Маленькое- на узость жизненного пространства испытуемого.

Яркое, крепкое, здоровое яблоко означает, что человек доволен существующим положением вещей, чувствует себя комфортно.

Бедное, хилое яблоко означает, что человек неудовлетворён чем-либо. Он не чувствует себя защищённым.

Исследование самооценки (В. Щур, С. Г. Якобсон)

Тестирование «Лесенка»

Нарисуйте три лесенки, каждая лесенка из пяти ступенек. Первая лесенка- лесенка здоровья, вторая лесенка –ума, а треть-счастья. А теперь определитесь, где будите стоять вы.

За одну ступеньку ребёнку ставится 1 балл. Подсчитываем. 14- 15 -самооценка завышена, 9-13-адекватная, 3-8 – занижена. В зависимости от уровня самооценки педагог работает с ребёнком, корректирует его поведение.

Графическая методика «Кактус»

Методика предназначена для работы с детьми старше 3 лет.

Тест используется для исследования эмоционально-личностной сферы ребенка.

При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием восьми «люшеровских» цветов, при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста

Люшера.

Инструкция:

«На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь».

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

Обработка данных.

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

1. пространственное положение
2. размер рисунка
3. характеристики линий
4. сила нажима на карандаш

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

1. характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.)
2. характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.)
3. характеристика иголок (размер, расположение, количество)

Интерпретация результатов:

По результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка.

Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.

Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.

Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.

Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.

Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.

Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.

Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.

Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.

Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.

Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

Обобщающее занятие-игра « Спешим на помощь Колобку».

Программные задачи:

Обобщать имеющиеся знания у детей о функции органов, уточнить с помощью опытов, для чего нужны те или иные органы, тренировать способность приобретать знания путём экспериментирования, формировать умение объяснять полученные данные.

Развивать разговорную речь, используя прилагательные, пополнять словарный запас словосочетаниями “орган слуха, орган зрения”, осязания, расширять кругозор.

Закреплять гигиенические навыки, умение бережного отношения к органам чувств.

Воспитывать любознательность, логическое мышление, сообразительность, умение внимательно слушать.

Методы и приёмы.

Беседа, самонаблюдение, экспериментирование, игра, логические рассуждения, ТРИЗ “хорошо, плохо”.

Ход занятий

1. Ресурсный круг

Придумано кем-то просто и мудро при встрече здороваться

-Доброе утро! (дети повторяют слова приветствия)

Доброе утро солнцу и птицам, доброе утро улыбчивым лицам!

И каждый становится добрым, доверчивым. Доброе утро длится до вечера.

2. Сообщение темы занятия

Сегодня мы с вами отправимся в путешествие и давайте возьмём с собой Колобка и познакомим его с органами чувств. А чтобы нам было весело, мы начнём путешествие необычно “ручейком”. (Дети встают ручейком и двигаются под музыку) Вот наш “Ручеёк” добежал до полянки. Давайте посмотримся – что вы видите? Нам помогают глаза – орган зрения.

Включается фонограмма

А что вы слышите? Чем слышите? Ухо – орган слуха. Чем может пахнуть весенняя поляна? Что поможет нам определить запах? Конечно нос – орган обоняния. А вот наш друг, Колобок не слышит и не видит этой красоты. Почему? У нас путешествие волшебное и я знаю, как ему помочь.

Прямо за этой поляной есть волшебная страна чувств. Мы сможем приобрести там органы чувств для нашего Колобка, но вы должны думать, правильно отвечать, решать небольшие проблемы.

Итак, в путь.

Первым на пути у нас посёлок Зоркий. Скажите хорошо или плохо когда человек не видит? Почему плохо?

Давайте поэкспериментируем, что могут наши глаза?

Дети определяют расстояние между сказочными героями. Определяют размер.

Посмотрим смогут ли определить форму? Как называется эта фигура?

Из волшебного мешочка достаются разные муляжи фруктов и овощей.

Вывод: Нам помог орган зрения- глаз

Мешочек. Достань из мешочка красное яблоко. А кто достанет зелёный помидор? Можно ли наощупь определить цвет? Я думаю, вы хорошо работали и жители посёлка Зоркий приготовили для Колобка орган зрения – глаза.

Расскажите Колобку, как нужно беречь глаза? А если человек плохо видит, ему прописывают очки. Как называется этот доктор? А ещё, чтобы не болели глаза, мы можем делать гимнастику для глаз./приложение/

Путешествуем дальше.

А вот и долина запахов. Какой орган мы здесь подключаем? Что может нос? Можно дышать ртом, но это неудобно и вредно для дыхания. Стенки внутри носа покрыты маленькими ресничками. Когда мы вдыхаем воздух, в нос попадают пылинки и прилипают к ресничкам, а когда выдыхаем пылинки вылетают наружу.

И ещё пока холодный воздух проходит по носу – он нагревается и попадает в организм тёплый.

Конечно нос нужен, чтобы чувствовать запахи. Если пахнет булочками, мы можем определить, где мы находимся? А если лекарством?

В долине Запахов жители вырастили волшебное дерево, где растут плоды с разными запахами. Если вы правильно определите запахи, жители подарят Колобку нос. Дети снимают плоды нюхают и определяют, что в них находится. Дарят нос. Расскажите как ухаживать за органом обоняния – носом?

Теперь отправимся в деревню Слухачей.

Как вы думаете какой орган хорошо развит у этих жителей. Орган слуха – уши. Закройте глаза. Что вы услышали? Чем мы слышим? Уши помогают нам слышать звуки сообщают, что происходит вокруг нас.

Дотроньтесь до своего уха, то что мы называем ушами – ушные раковины. Сами они не слышат, а усиливают звук, а самая чувствительная часть находится внутри. В конце прохода находится тоненькая плёночка. Называется перепонка. Звук ударяется о перепонку и мы его слышим. Чем больше уши, тем больше звуков попадает и мы лучше слышим.

3.Практическая работа

Прделаем такой опыт. (Фонограмма тихо).

1) Возьмём бумажную воронку и поставим её к уху.

2) Как можно усилить голос или звук? Сложить руку рупором или опять эту же воронку и произнести “мама”. Почему голос слышно лучше? Звук не рассеивается по всей площади.

3) Проведём ещё такой эксперимент, как звук доходит до нашего уха.

А) Возьмём расчёску, натянем – она загудела.

Б) Если капнуть из леечки в таз, то слышали “кап”.

В) Если ударить по металлофону, другой звук.

Звук может быть сильнее или слабее, но он должен бежать по чему-нибудь, по воздуху или воде.

4) 2 коробочки “телефон”. Как слышим? Звук голоса заставляет дрожать доньшко коробки, оно – дрожать нить. По нити, как по проводу бежит от 1 коробки к другой. Так мы и слышим. Вот сколько опытов мы проделали и конечно колобку жители подарят орган слуха - уши. И как обычно ребята расскажут, как беречь ухо.

Теперь нам предстоит пройти Море вкусов. Для чего человеку язык?

1) Помогает жевать (перемешивать пищу)

2) И конечно язык – орган вкуса. На языке расположены рецепторы, которые помогают определить разные предметы на вкус.

3) Берём палочку, макаем в жидкость. Определяем какая (сладкая, кислая, солёная, горькая). Вы хорошо прошли испытание и Колобку вручим орган вкуса - язык.

4. Итог занятия

Итак, ребята, мы убедились, как важны и что действительно являются помощниками наши органы чувств.

5. Игра (рефлексия)

Колобок очень доволен, он мне шепчет, что хочет в благодарность поиграть с вами. В игру “Какой орган узнает об этом?”

Яркий, красный-- глаза

Ароматный запах– нос

Сладкий, кислый - рот

Стучит , музыка -слух

Больно, горячо- кожа

Молодцы, ребята, вы хорошо закрепили какой орган за что отвечает.

Наше путешествие закончено

Занятие “ Какие бывают привычки ”

Цель: формировать у детей представление о том, что такое привычка, учить различать привычки хорошие и плохие, обосновывать: “почему?”; вызвать желание формировать у себя хорошие привычки, развивать связную речь.

Материал: игрушки: лисичка, петушок, мышка, кот, сова, ежик, медведь, зайчик, волк, корова, лягушка, свинья; макет теремка, коробка, 2 полосы бумаги шириной 8 -10 см, разделенный на квадраты.

Ход занятия.

1. Приветствие. Ресурсный круг.

Здравствуйте! Слово какое чудесное. Чутьочку доброе, чутьочку нежное

Здравствуйте! Скажем мы этому дню.

Здравствуйте! Скажем мы всем и всему.

Учитель “Дети, скажите мне, пожалуйста, что Вы делали сегодня утром, собираясь в школу? (умывались, чистили зубы, причесывались, одевались.) ”

Вы сами шли умываться, чистить зубы, или Вас мама заставляла это делать? (я сам, и я сама.)

Хорошо, значит у вас это уже вошло в привычку. А что же такое привычка? (Дети высказываются.)

-Привычка- это то, что мы делаем очень часто и уже не задумываемся о том, нужно это делать или нет. А вот сегодня мы как раз и подумаем, какие бывают привычки.

Какие же они могут быть? (Дети высказываются и выясняют, что привычки бывают хорошие и плохие.)

Игра

А сейчас мы и посмотрим, как Вы умеете их различать. Я предлагаю Вам поиграть в игру “Теремок”.(Учитель выставляет на стол макет теремка). Я буду доставать из коробки различные привычки, а если Вы хотите, чтобы они у Вас жили, то протяните руки им навстречу, а если нет, то не открывайте теремок.

Учитель достает игрушки и говорит от их лица, как они называются:

Я лисичка - умытое личико.

Я медведь, живу в лесу,
Палец свой всегда сосу.

А я Петушок-Петушочек,
Всегда ношу чистый носовой платочек.

А я зайчик - в носу ковыряйчик.

А я мышка-норушка,
Вещи на место кладушка.

А я волк- волчок
Отгрызу свой ноготок.

Я кот-котище,
Каждый день зубы чищу.

А я корова - обзову любого.

Я сова - говорю вежливые слова.

Я лягушка - мокрые глаза, это значит,
Что я по любому поводу плачу.

А я ежик молодой,
Мою руки перед едой.

Я свинья хрю-хрю,
Я везде сорю.

(Плохие привычки убирают обратно в коробку, хорошие в теремок.) Объясняют выбор.

- Молодцы, ребята, не надо дружить с плохими привычками, и повторять надо только хорошие.

Психогимнастика /имитация/

Сейчас мы поиграем; в игру “Повторяй за мной”. Водящий будет нам показывать хорошую привычку, а мы все за ним повторять. (Физкультминутка: имитируют движения умывания, мытья рук, причесывания, складывания вещей, чистку зубов.' Водящего меняют, в случае затруднения, воспитатель подсказывает)

А кто хочет рассказать нам о своей привычке, хорошей или плохой, и объяснит, почему он такой ее считает. (Заслушиваются ответы нескольких детей.)

Итог занятия

Ребята, а как Вы думаете, что нужно делать для того, чтобы победить вредную привычку (Дети высказываются: “Стараться так не делать, думать, что делаешь. Обращать внимание на свое поведение и т.п.”) Я предлагаю Вам, объявить неделю борьбы с вредными привычками. Вот на этих двух полосках я зарисовывала некоторые привычки и в течение недели, мы с Вами будем продолжать зарисовывать наши хорошие привычки красным цветом, а плохие - черным. Вы бы хотели, чтобы победили какие привычки? (“Хорошие”). Тогда следите за собой и старайтесь делать только хорошее. И они обязательно победят

Комплекс утренней гимнастики «В гостях у солнышка»

Вводная часть.

Учитель: Посмотрите, как светло и тепло в зале. Знаете почему? Очень просто, мы с вами в гостях у солнышка (проводится игра «Солнечный зайчик»). Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза – закрой их. Он побежал дальше по лицу – нежно погладь его ладонями: на лбу, носу, щеках, подбородке. Поглаживай аккуратно голову, шею, живот, руки, ноги, чтобы не спугнуть зайчика. Он забрался за шиворот – погладь его и там. Он не озорник – просто любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним. (Ходьба враспынную за солнечным зайчиком). Бег враспынную. Ходьба в колонне по одному (по 15 секунд). Построение в круг.

Основная часть

Улыбнись солнышку

И.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки на плечах. Правую ногу и правую руку вперёд, ладошка вверх, улыбнуться. Вернуться в и.п. То же самое другой рукой и ногой. Вернуться в исходное положение (три раза).

Указание. Будь внимателен, чётко выполняй задание: одновременно действуй правой рукой и правой ногой.

Играем с солнышком.

И.п. – сидя, ноги вогнуты в коленях, руками обхватить колени. Поворот на 360 градусов, пересыпая ногами. Вернуться в исходное положение (пять раз).

Указание. При повороте руками себе не помогать.

Играем с солнечными лучами.

И.п. – сидя, ноги вместе, руки опущены. Развести ноги в стороны, ладошками хлопнуть по коленям. Вернуться в и.п. (шесть раз).

Указание. Ноги в коленях не сгибать.

Отдыхаем на солнышке.

И.п. – лёжа па спине, ноги согнуты в коленях и прижаты к груди. Перекатиться на правый бок. Вернуться в и.п. Перекатиться на левый бок. Вернуться в и.п. (три раза в каждую сторону).

Ребятишкам радостно.

И.п. – ноги вместе, руки на поясе. Прыжки (десять раз) чередовать с ходьбой.

Указание. Прыгать высоко, легко.

Заключительная часть

Ходьба в колонне по одному (15 сек.). Подвижная игра «Солнышко и дождик» (по команде «Солнышко» дети бегают по залу, по команде «Дождик» – приседают).

Спокойная ходьба

Занятие « Делать добро спешим »

Цель: дать детям понятие о душевной красоте и душевном здоровье человека., о значении добра для гармонии и счастья., развивать способность помогать и сочувствовать людям.

Ресурсный круг/приветствие/

Учитель: Мы начинаем занятие с того, что пошлём друг другу добрые мысли.. нужно молча, только глазами выразить всем присутствующим здесь свои пожелания. А что вы хотите мысленно пожелать?

Дети: Здоровья, добра, послать привет, поздороваться, пожелать, чтобы больше было друзей.

Игра « Добрые мысли, добрые чувства »

Учитель. Я хочу попросить вас рассказать, что вы чувствовали, когда посылали друг другу добрые мысли. И добрые чувства.

Дети. Было весело, стало очень хорошо и уютно.

Игра « Ромашка »

Учитель. На нашей ромашке появился новый лепесток.

Ребёнок срывает его и читает пословицу. « В здоровом теле- здоровый дух». Как вы её понимаете?

Дети. Это пословица о том, что у человека есть тело и дух, то есть душа.. Когда болеет тело, более и душа.. Если душа болеет, то телу тоже плохо.

Пословицы

« Ласковое слово, что весенний день». « Добрый человек скорее дело делает, чем сердится». , Чем сердиться, лучше помириться».» Доброму- все друзья». « Сделай доброе дело, чтобы сердце пело». Выберем самую интересную пословицу. Почему?

«Глаза - главные помощники человека»

Цель: познакомить детей со строением глаза; расширить знания детей о правилах гигиены зрения; разучить гимнастику для глаз.

Ход урока

1. Оздоровительная минутка “Сотвори солнце в себе”.

В природе есть солнце. Оно всем светит и всех любит и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своем сердце маленькую звездочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несет любовь. Звездочка увеличилась. Направляем лучик, который несет мир. Звездочка опять увеличилась. Направляю лучик с добром, звездочка стала еще больше. Я направляю к звездочке лучики, которые несут здоровье, радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звездочка становится большой, как солнце.

Оно несет тепло всем – всем. (Руки в стороны перед собой.) Психогимнастика

2. Повторение.

- Какие советы вы получили от доктора Воды?

3. Беседа по теме.

- Как человек общается с окружающей средой? (С помощью зрения, слуха, обоняния, вкуса, осязания – 5 органов чувств.)

- Какие органы помогают нам воспринимать окружающий мир?

Для того чтобы быть здоровым, вы должны знать свое тело и любить его. Потому что никто не позаботится о вас лучше, чем вы сами.

- А о чем мы сегодня будем говорить, вы узнаете, если отгадаете загадку: “Два братца через дорогу живут, а друг друга не видят”. (Глаза).

- Как вы думаете, кто из животных самый зоркий?

- Хорошо известно, что самое острое зрение у орла. Он парит на большой высоте и из-за облаков высматривает добычу. Ночью лучше всех видит сова. Она легко отыщет мышь в темноте

Человек не такой зоркий, как орел. И в темноте он не видит, как сова. Но глаза являются главными помощниками человека.

- Почему? (Они помогают видеть все, что есть вокруг, различать и узнавать предметы, их цвет, форму, величину.

- Повернитесь и посмотрите в глаза друг друга. Какие красивые у нас глаза!

- Как говорят о глазах, чтобы передать их красоту? (Прекрасные, ясные, чистые, веселые и т. д.)

- Каким бывает цвет глаз?

- Какие по размеру бывают глаза?

- Как глаза расположены? (Рисунок - строение глаз.)

- Что можно увидеть в глазу, рассматривая его?

Цветное колечко. Это радужная оболочка или радужка. От нее зависит цвет наших глаз. Радужную оболочку покрывает прозрачная тонкая оболочка – роговица. В центре глаза мы видим черную точку. Она то расширяется, то сжимается. Это-зрачок. Он регулирует количество света. Лучи света проходят через зрачок и хрусталик и собираются на сетчатке глаза. Дальше по нервам сигналы передаются в мозг, и человек видит то, на что смотрит.

4. Заучивание слов.

Если хочешь быть здоров-

Позабудь про докторов.

5. Игровая физкультминутка под музыку.

Изображаем мельницу, боксёра, дровосека

6. Опыт (дети наблюдают).

Яркий свет-зрачок сужается, слабый - расширяется.

Ткани глаз очень нежные, поэтому глаза хорошо защищены.

- Как защищены наши глаза? (Веки, ресницы защищают их.)

- Что еще оберегает глаза?

Отгадайте загадку: “Под мостом – мостищем, под сободем – соболищем два соболька разыгрались” (Брови и глаза)

- Брови, ресницы и веки у нас не только для красоты. Они оберегают глаза от пыли, ветра и пота. Но чтобы сохранить глаза и зрение, этой защиты недостаточно.

7. Правила бережного отношения к зрению.

- Умываться по утрам.
- Смотреть телевизор не более 1 – 2 часов в день.
- Сидеть не ближе 3 м от телевизора.
- Не читать лежа.
- Не читать в транспорте.
- Оберегать глаза от попаданий в них инородных предметов.
- При чтении и письме свет должен освещать страницу слева.
- Расстояние от глаз до текста рекомендуется 30 – 35 см.
- Употреблять в пищу достаточное количество растительных продуктов (морковь, лук, петрушку, помидоры, сладкий красный перец).
- Делать гимнастику для глаз.

8. Оздоровительная минутка “Гимнастика для глаз”.

Если глаза устали, выполните такие упражнения:

- Зажмурьте глаза, а потом откройте их. Повторить 5 раз.
- Делайте круговые движения глазами: налево – вверх – направо – вниз – направо – вверх – налево – вниз. Повторить 10 раз.

- Вытяните вперед руку. Следите взглядом за ногтем пальца, медленно приближая его к носу, а потом медленно отодвиньте обратно. Повторить 5 раз.
- Посмотрите в окно вдаль 1 минуту.

9. Если вы носите очки.

- Не горюйте, со временем с помощью очков зрение может улучшиться.
- Берегите свои “ вторые” глаза.
- Храните их в футляре.
- Не кладите стеклами в низ.
- Регулярно мойте теплой водой с мылом.
- Снимайте во время занятий спортом.

10. Итог урока.

Игра “Полезно – вредно”.

Рассмотрите картинки. Если это для глаз полезно – хлопаем в ладоши, если это для глаз вредно – топаем ногами.

Читать лежа.

Смотреть на яркий свет.

Смотреть близко телевизор.

Оберегать глаз от ударов.

Промывать по утрам глаза.

Тереть глаза грязными руками.

Читать при хорошем свете

3.3. Календарно-тематическое планирование

Название объединения Юный медик группа 4- А класс

№	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Зачем ходить в школу?	1			тестирование	
2-3.	Откуда я родом?	2				
4	Прошлое: я до школы.	1				
5	Моё будущее.	1				
6	Настроение плохое и хорошее.	1			викторина	
7	Вредные привычки. Не грызи ногти.	1				
8	Общение.	1			КВН	
9-10	Итоговое занятие по теме.	2				
11	Почему мы бодем.	1				
12-13	Кто и как предохраняет нас от болезней.	2			Тестирование	
14	Кто нас лечит.	1				
15-16	Я прививок не боюсь, если надо уколюсь.	2				
17	Ещё раз о лекарствах.	1				
18-19	Итоговое занятие по теме.	2			Проект	
20-21	Как избежать отравлений.	2				
22-25	Безопасность на улице при любой погоде. Правила дорожного движения.	4				
26	Правила обращения с режущими, колющими предметами.	1			Проект	
27	Что надо знать об электрическом токе.	1				
28	Правила безопасности при обращении со спичками, газовыми приборами, петардами.	1				
29	Правила безопасного поведения на воде.	1				
30	Защита от насекомых.	1			Викторина	

31	Предосторожность при общении с животными.	1				
32	Первая помощь при травмах.	1				
33	Первая помощь при укусах собак, кошек, насекомых, змей.	1				
34	Игры.	1				
35-36	Обобщающий урок по теме. Праздничный концерт	2				
Итого за I полугодие		17				
Итого за II полугодие		19				
Итого за год		36				

