

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ»

СОГЛАСОВАНО

Научно-методическим советом

ГАУ ДПО ИРО ОО

Протокол № 09 от 01.07.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАУ ДПО ИРО ОО

С.В. Крупина

Приказ № 294 от 02.07.2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ»

Направленность программы: социально-гуманитарная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок освоения программы: 1 год

Автор-составитель:

Красильников Сергей Михайлович,
педагог дополнительного образования
высшая квалификационная категория

Оренбург, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Актуальность программы	4
1.1.2.	Объем и сроки освоения программы	4
1.1.3.	Формы организации образовательного процесса	4
1.1.4.	Режим занятий	4
1.1.5.	Цель и задачи программы	5
1.1.6.	Планируемые результаты освоения программы	5
2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	7
2.1.	Календарный учебный график	7
2.2.	Условия формирования групп	7
2.3.	Материально-техническое обеспечение	7
2.4.	Учебный план	7
2.4.1.	Содержание учебного плана	7
2.5.	Рабочая программа	9
2.6.	Рабочая программа воспитания	11
2.6.1.	Календарный план воспитательной работы	12
2.7.	Формы контроля и аттестации	13
2.8.	Оценочные материалы	14
2.9.	Методические материалы	20

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки

качества дополнительного образования детей»);

- Письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

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

- Закон Оренбургской области от 06.09.2013 г. № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области»;

- Постановление Правительства Оренбургской области от 29.12.2018 № 921-пп «Об утверждении государственной программы Оренбургской области «Развитие системы образования Оренбургской области».

1.1.1. Актуальность программы

Актуальность программы «В здоровом теле – здоровый дух» обусловлена ее практической значимостью и определяется запросом на воспитание подрастающего поколения в духе казачьих традиций, патриотического отношения к Родине.

1.1.2. Объем и сроки освоения программы

Дополнительная общеразвивающая программа «В здоровом теле – здоровый дух» рассчитана на один год обучения – 68 часов.

1.1.3. Формы организации образовательного процесса

Форма обучения – очно-заочная.

1.1.4. Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа с перерывом 10 минут.

Еженедельная нагрузка на одного обучающегося составляет 2 часа.

1.1.5. Цель и задачи программы

Цель: формирование здорового и безопасного образа жизни обучающихся посредством занятий военно-казачьей подготовкой.

Задачи:

Воспитывающие:

- воспитывать ценностное отношение к своей Родине - России;
- формировать осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- формировать сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- воспитывать уважение к своему и другим народам;
- формировать первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Развивающие:

- развивать умение устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;
- развивать умение воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- развивать умение распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- развивать умение ответственно выполнять свою часть работы; оценивать свой вклад в общий результат.

Обучающие:

- формировать систему знаний о факторах, влияющих на здоровье человека;
- формировать навыки ведения здорового образа жизни;
- формировать навыки оказания первой помощи пострадавшему и самопомощи при неотложных состояниях.

1.1.6. Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты освоения данной программы отслеживаются по трём компонентам: предметный, метапредметный и личностный, что позволяет определить динамическую картину развития обучающегося.

Личностные

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет ценностное отношение к своей Родине - России;
- имеет осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;

- проявляет сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- проявляет уважение к своему и другим народам;
- имеет первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Метапредметные

В результате обучения по программе обучающийся:

- умеет устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;
- умеет распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; проявляет готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- умеет ответственно выполнять свою часть работы; оценивать свой вклад в общий результат.

Предметные

В результате обучения по программе обучающийся:

знает:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- алгоритм действий при оказании первой помощи пострадавшему;

умеет:

- демонстрировать навыки ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую помощь пострадавшему и самопомощь при неотложных состояниях.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Начало занятий – 4 октября.

Окончание занятий – 31 мая.

Праздничные неучебные дни: 4 ноября, 31 декабря, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 8 мая, 9 мая.

Каникулы: 1 июня-31 августа.

Срок проведения промежуточной аттестации – в период с 20 по 28 января.

Срок проведения итоговой аттестации – в период с 26 по 31 мая.

2.2. Условия формирования групп

Занятия по программе проводятся в разновозрастных группах. В группы принимаются обучающиеся в возрасте от 7 до 10 лет.

2.3. Материально-техническое обеспечение

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

1. Спортивный зал, оборудованная спортивная площадка, материал для оказания первой помощи (перевязочный, кровоостанавливающий материал, материал для шинирования и т.д.).

2. Оснащение кабинета: стулья, столы.

3. Техническое оборудование: компьютер, проектор, экран, доска.

2.4. Учебный план

Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля и аттестации
Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (опрос)
1. Здоровый образ жизни	32	14	18	Педагогическое наблюдение, беседа, творческая работа, практикум, конкурс, промежуточная аттестация (контрольное задание, викторина «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»)
2. Оказание первой помощи	32	12	20	Педагогическое наблюдение, беседа, практикум, решение ситуационных задач
Итоговое занятие	2	-	2	Итоговая аттестация (презентация портфолио)
ИТОГО:	68	29	39	

2.4.1. Содержание учебного плана

Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час): организационные вопросы. Инструктаж по вопросам комплексной безопасности (антитеррористической и противопожарной направленностей, о порядке действий населения при звучании сигнала «Воздушная тревога», о правилах поведения вблизи водоемов,

железнодорожного полотна, автодороги, в местах массового пребывания).
Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на занятиях.

Практика (1 час): входная диагностика (опрос).

РАЗДЕЛ 1. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (30 ЧАСОВ)

Тема 1.1. Факторы, влияющие на здоровье человека (6 часов)

Теория (2 часа): биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека.

Практика (4 часа): конкурс рисунков «Быть здоровым – здорово!».
Практикум «Способы укрепления здоровья».

Тема 1.2. Здоровый образ жизни (26 часов)

Теория (12 часов): режим питания. Гигиена. Режим дня. Роль физических упражнений в жизни человека. Закаливание. Полезные привычки.

Практика (14 часов): практикум «Комплекс упражнений для гимнастики»; творческая работа «Здоровый образ жизни»: сон». Творческая работа «Здоровый образ жизни: питание». Практикум «Здоровый образ жизни: физическая активность». Конкурс рисунков «В здоровом теле – здоровый дух». Практикум «Я – за здоровый образ жизни!». Промежуточная аттестация (контрольное задание, викторина «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»).

РАЗДЕЛ 2. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (32 ЧАСА)

Тема 2.1. Алгоритм оказания первой помощи (6 часов)

Теория (4 часа): алгоритм действий в неотложных ситуациях. Первичный осмотр пострадавшего и оценка его состояния.

Практика (2 часа): решение ситуационных задач «Первичный осмотр пострадавшего и оценка его состояния».

Тема 2.2. Состав аптечки (4 часа)

Теория (2 часа): состав аптечки.

Практика (2 часа): практикум «Основные медицинские и подручные средства оказания первой помощи пострадавшим».

Тема 2.3. Транспортировка пострадавших (8 часов)

Теория (4 часа): способы транспортировки пострадавшего. Изготовление мягких носилок, волокуш.

Практика (4 часа): практикум «Транспортировка пострадавших с использованием подручных средств». Практикум «Транспортировка пострадавших с использованием носилок».

Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему (14 часов)

Теория (2 часа): мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшему.

Практика (12 часов): практикум «Первая помощь при ушибах». Практикум «Первая помощь при кровотечениях». Практикум «Первая помощь при переломах». Практикум «Первая помощь при ожогах». Практикум «Первая помощь при обморожениях». Практикум «Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути».

Итоговое занятие (2 часа)

Практика (2 часа): подведение итогов за год. Итоговая аттестация (презентация портфолио).

2.5. Рабочая программа

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Наименование дополнительной общеразвивающей программы, к которой составлена рабочая программа	Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы «В здоровом теле – здоровый дух» (1 год, 68 часов, автор-составитель: Красильников С.М., педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории)
Форма обучения	Очно-заочная
Место реализации	Программа реализуется на базе МБОУ «Караванная казачья СОШ» Оренбургского района на основе сетевого договора
Перечень значимых мероприятий муниципального, регионального, всероссийского уровня, международного уровня, где обучающиеся смогут продемонстрировать результаты освоения программы	- Культурно-массовые, спортивные мероприятия казачьей направленности.

Тематический план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов по программе	Форма проведения занятия	Планируемые результаты
				Обучающийся будет:
1.	Вводное занятие	2	Комбинированное занятие	- знать правила техники безопасности
Раздел 1. «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»		32		Обучающийся будет:
2.	Тема 1.1. Факторы, влияющие на здоровье человека	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о биологических, социально-экономических, экологических, психологических факторах, влияющих на здоровье человека

3.	Тема 1.1. Факторы, влияющие на здоровье человека	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в конкурсе рисунков «Быть здоровым – здорово!»
4.	Тема 1.1. Факторы, влияющие на здоровье человека	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Способы укрепления здоровья»
5.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о режиме питания
6.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о гигиене тела
7.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о режиме дня
8.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о роли физических упражнений в жизни человека
9.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о закаливании организма
10.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о полезных привычках
11.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Комплекс упражнений для гимнастики»
12.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- уметь выполнять творческую работу «Здоровый образ жизни: сон»
13.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- уметь выполнять творческую работу «Здоровый образ жизни: питание»
14.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Здоровый образ жизни: физическая активность»
15.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в конкурсе рисунков «В здоровом теле – здоровый дух»
16.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Я – за здоровый образ жизни!»
17.	Тема 1.2. Здоровый образ жизни	2	Практическое занятие	- уметь предъявлять результаты в ходе промежуточной аттестации
Раздел 2. «ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»		32		Обучающийся будет:
18.	Тема 2.1. Алгоритм оказания первой помощи	2	Теоретическое занятие	- иметь представление об алгоритме действий в неотложных ситуациях
19.	Тема 2.1. Алгоритм оказания первой помощи	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о первичном осмотре пострадавшего и оценке его состояния
20.	Тема 2.1. Алгоритм оказания первой помощи	2	Практическое занятие	- уметь решать ситуационные задачи «Первичный осмотр пострадавшего и оценка его состояния»
21.	Тема 2.2. Состав аптечки	2	Теоретическое занятие	иметь представление о состав аптечки
22.	Тема 2.2. Состав аптечки	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Основные медицинские и подручные средства оказания первой помощи пострадавшим»
23.	Тема 2.3. Транспортировка пострадавших	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о способах транспортировки пострадавшего

24.	Тема 2.3. Транспортировка пострадавших	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о способах изготовления мягких носилок, волокуш
25.	Тема 2.3. Транспортировка пострадавших	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Транспортировка пострадавших с использованием подручных средств»
26.	Тема 2.3. Транспортировка пострадавших	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Транспортировка пострадавших с использованием носилок»
27.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Теоретическое занятие	- иметь представление о мероприятиях по оказанию первой помощи пострадавшему
28.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Первая помощь при ушибах»
29.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Первая помощь при кровотечениях»
30.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Первая помощь при переломах»
31.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Первая помощь при ожогах»
32.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Первая помощь при обморожениях»
33.	Тема 2.4. Первая помощь пострадавшему	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в практикуме «Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути»
				Обучающийся будет:
34.	Итоговое занятие	2	Практическое занятие	- уметь оценивать результаты своей деятельности
Всего часов:		68		

2.6. Рабочая программа воспитания

1. Цель воспитания – создание условий для формирования у обучающихся социально значимых, этнокультурных и личностных качеств казачества: уважительное отношение к старшим, личное достоинство, дисциплинированность, трудолюбие, порядочность, сплоченность, самоорганизация, ответственность.

Особенности организуемого воспитательного процесса: залогом успешной воспитательной деятельности с обучающимися является сотрудничество педагога дополнительного образования со школой, на базе которой занимаются ребята. Традиционная казачья семья оказывает значительное влияние на процесс развития ребенка, следовательно, вовлечь родителей в качестве активных участников педагогического процесса – важная и ответственная психолого-педагогическая задача. Решение этой задачи представляется конструктивным при условии таких форм совместной деятельности педагогов с родителями, как: документальное изучение семей обучающихся; психолого-педагогическое просвещение родителей;

обеспечение участия родителей в подготовке и проведении культурно-массовых мероприятий, индивидуальная работа с родителями; информирование родителей о ходе и результатах обучения, воспитания и развития обучающихся.

Взаимодействие с семьей строится на основе непосредственного активного соучастия педагога и родителей в образовательно-воспитательном процессе. Родители присутствуют на некоторых занятиях, участвуют вместе с детьми в праздниках, выездных занятиях. Для родителей в течение года проводятся встречи-показы умений и навыков обучающихся.

2. Виды, формы и содержание деятельности

Работа с коллективом обучающихся:

– разъяснительная работа о необходимости знания и понимания места и роли казачества в судьбе Отечества, его вклада в возрождение православной культуры как исторической основы российской государственности и казачьей ментальности;

– воспитание патриотизма, духовно-нравственных качеств и гражданской позиции казачат посредством изучения и непосредственное участие в мероприятиях, отражающих героические традиции народов России, историю нашего государства и казачества как его составляющей.

Работа с родителями:

– организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, индивидуальные консультации);

– содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года, приглашение на показательные выступления, соревнования и т.д.).

3. Планируемые результаты и формы их демонстрации

Результат воспитания – сформированность у обучающихся социально-значимых, этнокультурных и личностных качеств казачества: уважительное отношение к старшим, личное достоинство, дисциплинированность, трудолюбие, порядочность, сплоченность, самоорганизация, ответственность.

2.6.1. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Планируемый результат
1	Гражданское и патриотическое	1. День народного единства	Ноябрь	Воспитание патриотизма
		2. Мероприятия, посвященные возрождению казачества	Декабрь	
		3. Урок мужества (встреча с ветеранами ВОВ, вооруженных сил, участниками военных конфликтов)	Февраль	

		4. Патриотические акции	В течение года	
		5. День Победы	Май	
2	Духовно – нравственное	1. Беседа со священнослужителями	1 раз в четверть	Воспитание духовности и веротерпимости
3	Ценности научного познания	1. Мероприятие, посвященное изучению казачьих заповедей	Октябрь	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности учреждения и творческого объединения. Привлечение внимания обучающихся к казачьей проблематике
		2. Мероприятие, посвященное Дню Матери-казачки	Ноябрь	
		3. Мероприятие, посвященное изучению казачьих традиций	Март	
4	Физкультурно-спортивные	1. Организация участия в традиционных казачьих мероприятиях соревновательного характера	В течение года	Формирование соревновательного духа и мотивации к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни

2.7. Формы контроля и аттестации

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной и текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

Входная диагностика (входной контроль) проводится с целью выявления первоначального уровня знаний, умений и возможностей обучающихся.

Форма:

- опрос.

Текущий контроль осуществляется на занятиях для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- беседа;
- творческая работа;
- практикум;
- конкурс;
- решение ситуационных задач;

Промежуточная аттестация проводится с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- контрольное задание (викторина).

Итоговая аттестация проводится с целью оценки уровня и качества освоения обучающимися программы (всего периода обучения по программе).

Форма:

- презентация портфолио.

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются:

для текущего контроля:

– материалы творческих работ;

для промежуточной и итоговой аттестации:

– протоколы аттестации.

2.8. Оценочные материалы

Входная диагностика (входной контроль)

Форма: опрос.

Описание, требования к выполнению: входной контроль проводится в форме опроса и направлен на определение уровня знаний о здоровом образе жизни.

Опрос проводится фронтально. Включает 5 вопросов:

1. Проводишь ли ты процедуру закаливания по утрам?

- а) да
- б) нет
- с) иногда

2. Делаешь ли ты утром зарядку?

- а) да
- б) нет
- с) иногда

3. Занимаешься ли ты спортом?

- а) да
- б) нет
- с) иногда

4. Придерживаешься ли ты распорядка дня?

- а) да
- б) нет
- с) иногда

4. Питаешься ли ты полезными продуктами?

- а) да
- б) нет
- с) иногда

Каждый ответ «а» оценивается 1 баллом.

Критерии оценивания:

высокий уровень – 5 баллов;

средний уровень – 3-4 балла;

низкий уровень – 0-2 балла.

Текущий контроль

Текущий контроль проводится с целью объективной оценки качества освоения программы, а также стимулирования работы обучающихся, мониторинга результатов и подготовки к промежуточной аттестации. Текущий контроль осуществляется в ходе выполнения практических работ. Во время практических работ педагог осуществляет наблюдение за правильностью выполнения обучающимися инструкций, а также отслеживает активность обучающихся в выполнении заданий. В ходе занятий текущий контроль фактического усвоения материала позволяет оценить уровень практических умений и навыков.

Промежуточная аттестация

Форма: контрольное задание.

Описание, требования к выполнению: обучающимся необходимо выполнить контрольное задание, ответить на вопросы викторины «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»)

1. Что такое здоровый образ жизни? (правильный ответ – ритм жизни, который направлен на сохранение здоровья)
2. Как называется распределение времени на сон, еду и активность? (правильный ответ – режим дня)
3. Можно ли закаливаться дома? (правильный ответ – да, холодный душ, обтирание)
4. Как можно закаливаться на природе? (правильный ответ – водные процедуры, солнечные ванны)
5. Какие виды физических нагрузок развивают мышцы ног? (правильный ответ – приседания, бег, велосипедный спорт, ходьба)
6. Какие виды физических нагрузок развивают мышцы рук? (правильный ответ – отжимания, подтягивания, гантели, гири)
7. Зачем нужно мыть руки с мылом? (правильный ответ – для того, чтобы смыть грязь и бактерии)
8. Можно ли пользоваться одним полотенцем на двоих? (правильный ответ – нет, оно должно быть индивидуальным)
9. Можно ли использовать одну зубную щетку на всю семью? (правильный ответ – нет)
10. Сколько людей могут пользоваться одной расческой? (правильный ответ – один)
11. Откуда человеческий организм получает энергию? (правильный ответ – из пищевых продуктов)
12. Можно ли летом запастись витаминами на год вперед? (правильный ответ – нет)
13. Назовите основные названия приемов пищи? (правильный ответ – завтрак, обед, полдник, ужин)
14. Сколько литров воды в день нужно пить взрослому человеку? (правильный ответ – 1,5-2 литра)

15. Какие есть полезные незаменимые вещества для организма человека? (правильный ответ – витамины, минералы, микроэлементы)

Каждый правильный ответ оценивается 1 баллом.

Критерии оценивания:

высокий уровень – 15 баллов;

средний уровень – 10-14 баллов;

низкий уровень – 9 баллов и менее.

Итоговая аттестация

Форма: презентация портфолио.

Описание, требования к выполнению: обучающиеся презентуют свои достижения в виде портфолио, выполненного по следующей структуре:

РЕЗЮМЕ	
Ф.И. обучающегося	
Фото	
Место учебы	
Наименование творческого объединения	
Ф.И.О. руководителя	
ДОСТИЖЕНИЯ	
Перечень наградных документов, с указанием результативности, по участию в мероприятиях различных уровней	
Ксерокопии дипломов, грамот, сертификатов, благодарственных писем и др. (приложения)	

Критерии оценивания:

<i>Уровень</i>	<i>Показатель</i>
Высокий	Участие и результативность в мероприятиях, в том числе, всероссийского уровня
Средний	Участие и результативность в мероприятиях, в том числе, областного уровня
Низкий	Участие и результативность в мероприятиях, в том числе, муниципального уровня

Диагностические материалы

Оценка уровня достижения результатов по программе обеспечивается комплексом согласованных между собой оценочных средств.

Оценка уровня освоения программы осуществляется по следующим показателям:

- личностное развитие;
- метапредметные умения и навыки;
- предметные результаты: теоретическая и практическая подготовка детей.

По каждому из показателей выделены критерии и определены уровни результативности: высокий, средний, низкий. Они занесены в таблицу ниже.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Предметные результаты			
1. Теоретическая подготовка: 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем ½ объема знаний)	Опрос https://childage.ru/obuchenie-i-obrazovanie/nachalnaya-shkola/viktorina-na-temu-zdorovyy-obraz-zhizni-s-otvetami.html
		- средний уровень (овладел более ½ объема знаний)	
		- высокий уровень (освоил практически весь объем знаний данной программы)	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования	- низкий уровень (избегает употреблять спец. термины)	
		- средний уровень (сочетает специальную терминологию с бытовой)	
		- высокий уровень (термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	
2. Практическая подготовка: 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	Наблюдение Творческая работа
		- средний уровень (овладел более ½ объема освоенных умений и навыков);	
		- высокий уровень (овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)	
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании	- низкий уровень (испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием)	
		- средний уровень (работает с помощью педагога)	
		- высокий уровень (работает самостоятельно)	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- низкий (начальный - элементарный, выполняет лишь простейшие практические задания)	
		- средний (репродуктивный - задания выполняет на основе образца)	
		- высокий (творческий - выполняет практические задания с элементами творчества)	

Метапредметные результаты			
3. Метапредметные умения и навыки: 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать спец. литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	- низкий (испытывает серьезные затруднения, нуждается в помощи и контроле педагога)	Наблюдение
		- средний (работает с литературой с помощью педагога и родителей)	
		- высокий (работает самостоятельно)	
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	
		- низкий	
		-средний	
3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (рефераты, исследования, проекты)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	
		- низкий	
		-средний	
3.2. Учебно - коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи подготовленной информации	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	
		- низкий	
		-средний	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Самостоятельная подготовка и уборка рабочего места	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
3.3.2. Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Соответствие реальных навыков соблюдения ТБ программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения ТБ);	
		- средний уровень (овладел более 1/2 объема освоенных навыков)	
		- высокий уровень (освоил практически весь объем навыков)	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	- низкий уровень - средний уровень - высокий уровень	

Личностные результаты			
4. Личностное развитие 4.1. Организационно-волевые качества: Терпение, воля, самоконтроль	Способность выдерживать нагрузки, преодолевать трудности. Умение контролировать свои поступки	- низкий (терпения хватает меньше чем на ½ занятия, волевые усилия побуждаются извне, требуется постоянный контроль извне)	Наблюдение Методика изучения мотивов участия обучающихся в деятельности Л. Байбородова https://multiurok.ru/files/mietodika-izucheniia-motivov-uchastiia-shkol-niko.html?ysclid=m38iu62uhw617028123
		- средний (терпения хватает больше чем на ½ занятия, периодически контролирует себя сам)	
		- высокий (терпения хватает на все занятие, контролирует себя всегда сам)	
4.2. Ориентационные качества: 4.2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- низкий уровень (не умеет оценивать свои способности в достижении поставленных целей и задач, преувеличивает или занижает их)	
		- средний уровень (умеет оценивать свои способности, но знает свои слабые стороны и стремится к самосовершенствованию, саморазвитию)	
		- высокий уровень (адекватно оценивает свои способности и достижения)	
4.2.2. Мотивация, интерес к занятиям в ТО	Осознанное участие детей в освоении программы	- низкий уровень (интерес продиктован извне)	
		- средний уровень (интерес периодически поддерживается самим)	
		- высокий уровень (интерес постоянно поддерживается самостоятельно)	
4.3. Поведенческие качества: 4.3.1. Конфликтность	Отношение детей к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия	- низкий уровень (периодически провоцирует конфликты)	
		- средний уровень (в конфликтах не участвует, старается их избегать)	
		- высокий уровень (пытается самостоятельно уладить конфликты)	
4.3.2. Тип сотрудничества (отношение детей к общим делам д/о)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	- низкий уровень (избегает участия в общих делах)	
		- средний уровень (участвует при побуждении извне)	
		- высокий уровень (инициативен в общих делах)	

2.9. Методические материалы

Список основной литературы

1. Егорова, Е.Ю. Основы здорового образа жизни, рациональное питание: учеб. пособие. Иваново: [б. и.], 2019. – 186 с.

Список дополнительной литературы

1. Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие / Г.П. Артюнина. – Москва: Мир: Академический проект, 2009. – 766 с.
2. Валеев, Ф.Г. ЗОЖ. Здоровый образ жизни. Казань: Идел-Пресс, 2017. 218 с.
3. Назарова, Е.Н. Основы здорового образа жизни: учебник / Е. Н. Назарова. – Москва: Академия, 2013. – 254 с.
4. Чернова, Л.Л. Курить - не круто! // Нарконет. – 2018. – № 3. – С. 34-36.
5. Шилов, А. ЗОЖигай вместе с нами! // Наша молодежь. 2016. № 18. С. 48–49

Список цифровых ресурсов

1. Центр гигиены [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kazachestvo.ru/?ysclid=m10nhhes8k268634702> - (Дата обращения: 17.06.2024).
2. Центр профилактики РФ [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://центр-профилактики.рф/projects/здоровый-образ-жизни-путь-к-крепком> /- (Дата обращения: 17.06.2024).