

Ростовская область, Куйбышевский район, х. Крюково

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Крюковская средняя общеобразовательная школа

Согласовано

Принята на заседании

Утверждаю:

Заместитель директора по ВР

Педагогического совета

Директор МБОУ Крюковской

Исмаилова Т.В._____

СОШ
Молчанова Г.А. _____

Протокол МО
№ 1 от 26.08.2021г

.

Протокол № 1 от 27.08.2021г.

" 30" августа 2021г.
приказ № 181- ОД от 28.08.2021г.

Дополнительная общеобразовательная общеобразовательная
программа естественно-научной направленности
" ЗОЖ "

Возраст обучающихся: 13-16 лет

Срок реализации:
3 года

Автор-составитель:
Исмаилова Татьяна Васильевна, педагог
дополнительного образования

2021г

1.Пояснительная записка

Программа разработана на основе приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

В данный момент **актуальность** и общенациональный характер проблемы здоровья граждан России очевидны. Образ жизни человека определяется его здоровьем.

Современное общество и высокие темпы его развития предъявляют все новые, более обширные требования к человеку и его здоровью. В ряду приоритетных ценностей человека здоровью отводится первостепенное значение.

Сохранение здоровья подрастающего поколения является самой насущной проблемой государства. Школа - идеальный центр для воспитания культуры здоровья и формирования здорового образа жизни учащихся. Культура здоровья, являющаяся составной частью базовой культуры, призвана развивать осознанное отношение школьников к своему здоровью как главной жизненной ценности, и представляет собой систему познавательного, творческого и поведенческого элементов.

Любая культура начинается со знаний. Поэтому школьники должны быть вооружены целой системой представлений о гигиене тела, питания, режима дня и т. д., а также о сущности здорового образа жизни.

Творческий элемент предусматривает развитие полученных знаний в ходе активной самореализации личности в процессе творческой деятельности.

Поведенческий элемент предусматривает формирование устойчивых положительных привычек и применение поведенческих стереотипов здорового образа жизни школьников.

Формирование культуры здоровья – это активный процесс воспитания и самореализации учеников. Программа «ЗОЖ» представляет собой совокупность знаний о здоровье, умений и навыков здорового образа жизни, составленных согласно принципу природосообразности.

Сохранение физического, психического и нравственного здоровья, в соответствии с заявленными государственными приоритетами, является одной из главных задач любого образовательного учреждения.

Новизна Программы кружка «ЗОЖ» состоит в том, что она направлена на сохранение здоровья учащихся, предотвращение вредных привычек, на организацию безопасности жизнедеятельности школьников, в основном носит практический характер, что позволяет формировать потребность здорового образа жизни и культуры здоровья учащихся.

Цель:

- 1.Развитие у обучающихся бережного отношения к своему здоровью, через формирование основных принципов здорового образа жизни.
- 2.Приобретение опыта разнообразной деятельности, познания и самопознания.

Задачи:

1. Сформировать представление о позитивных факторах , влияющих на здоровье
2. Сформировать навыки осознанного выбора обучающимися поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье
3. Научить выполнять правила личной гигиены и развивать готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье
4. Сформировать представление о рациональном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продукта
5. Сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы, отдыха, двигательной активности, научить школьника составлять, анализировать и контролировать свой режим дня.
6. Дать представление с учетом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т.п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков, их пагубном влиянии на здоровье.
7. Сформировать навыки противостояния негативному влиянию сверстников и взрослых (научиться говорить «нет»)
8. Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения
9. Сформировать представление б основных компонентах культуры и здоровья и здорового образа жизни.

Условия реализации программы

Для реализации программа сформирована группа учащихся 8- 11 класса.

Программа рассчитана на один год обучения, один час в неделю, всего 36 часов в год. Режим работы: среда 16 00 – 16 40

Форма и методы работы:

- групповая работа;
- экскурсии;
- беседы, викторины;
- коллективные творческие дела;
- поездки, походы;
- трудовые дела.
- анкетирование
- проектная деятельность
- спортивные соревнования

- встречи
 - конкурсы
 - игровые программы
-

Для более эффективной внеклассной работы в этом направлении можно использовать самые различные формы работы с учащимися:

-проведение занятия в виде урока

-беседы:

«Что такое гигиена», «Культура питания: самые полезные продукты», « Твой режим дня», «Физкультура и спорт», «Закаливание», «Берегите осанку», «Визит к стоматологу», «Начинаем утреннюю гимнастику», «Гигиена одежды», «Берегите зрение», «Лекарственные растения», «Овощи и фрукты- витаминные продукты», «Зубы и наше здоровье»

-акции:

1. «Нет сигарете!» (Международная неделя отказа от курения- с 18 ноября или Всемирный день борьбы с курением – 31 мая);
2. «Мир без наркотиков»;
3. «Мы за здоровый образ жизни»;
4. «Бегом от болезней!»;
5. «Эстафета здоровья».

-творческие конкурсы:

- Конкурс плакатов, пропагандирующих здоровый образ жизни;

- Конкурс рисунков: « Если хочешь быть здоров!», «Я и спорт» и т. д.;

-Фотоконкурсы;

- Спортивные игры и соревнования;

- Дискуссии, «круглые столы»;

-День здоровья (7 апреля – Всемирный день здоровья, 27 сентября - Всемирный день туризма).

1. просмотр фильмов, отражающих разнообразные жизненные ситуации
2. встречи с людьми, преодолевшими свои вредные привычки
3. встречи с людьми спецслужб (пожарными, медиками, сотрудниками милиции)
4. классные часы на нравственные темы
5. тематические викторины, устные журналы
6. выставки рисунков, акции в защиту природы от вредных привычек человек

Прогнозируемый результат:

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

Ожидаемые результаты:

- повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;
- повышение уровня профилактической работы;
- формирование отношения детей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- введение оптимального режима труда и отдыха детей.

2 Содержание программы:

1год обучения

1.Введение (1ч)

Раскрыть понятие “здоровье”, культура здорового образа жизни, влияние наследственности, экология, качество медицинского обслуживания и вредных привычек на организм.

2.Здоровый образ жизни (5ч)

Раскрыть понятие “ здорового образа жизни”,его составляющих ,раскрыть значение культуры здорового образа жизни для сохранения твоего здоровья и здоровья окружающих людей, опасность вредных привычек для твоего организма и организма близких тебе людей.

3.Закаливание и его значение в укреплении здоровья (3ч)

Формировать представление о процессе закаливания, значении принципов постепенности и систематичности в закаливающих процедурах, познакомиться закаливающими факторами и результатами их воздействия на организм и здоровья человека.

4. Рациональное питание.(6ч)

Раскрыть значение питания в жизнедеятельности организма, сформировать представление о гигиене питания, о необходимости правильной обработки пищи, как необходимое условие не только сохранения витаминов и других полезных веществ, но защита организма от паразитических червей, научиться составлять меню с учетом требований рационального питания и правильного распределения кол-ва пищи в течение дня.

6. Движение – это жизнь.(7ч)

Показать значимость двигательной активности в формировании систем органов и развития выносливости, повышение работоспособности, научить составлять комплекс упражнений, наиболее приемлемых для данного возраста. Рассмотреть влияние различных видов спорта на здоровье человека.

6. Виды травм и первая медицинская помощь.(5ч)

Раскрыть понятие первой доврачебной помощи, познакомить с наиболее часто встречающимися видами травм и способами оказания помощи, раскрыть значимость своевременных мероприятий в процессе выздоровления.

7. Профилактика заболеваний – необходимое условие сохранения здоровья. (2ч)

Сформировать представление о профилактике и её значение в сохранении здоровья и защите организма от инфекций, познакомить с основными путями распространения гриппа и желудочно-кишечных заболеваний и мерами предупреждения этих распространенных заболеваний.

8. Чистота – залог здоровья.(3ч)

Познакомить со значимостью чистоты тела и жилища, как необходимыми условиями сохранения здоровья, раскрыть сущность понятия “экология жилища”.

9. Живые организмы и их влияние на здоровье.(3ч)

Познакомить с наиболее часто встречающимися организмами, которые могут быть опасными для человека из-за своей ядовитости, а также растениями, которые могут быть полезными для человека, поскольку обладают лечебным действием.

10. Резерв (1ч)

3. Календарно-тематическое планирование

1-й год обучения

№ п/п	Дата	Раздел	Тема занятия	Количество часов		
				всего	теория	практика
1.	02.09.	Введение	Что такое здоровье от чего оно зависит. Факторы, влияющие на здоровье	1	1	-
2	09.09.	Здоровый образ	Что такое здоровый образ	1	-	1

		жизни	жизни?(мониторинг)			
3	16.09.		Вредные привычки ,Причины их формирования	1	-	1
4	23.09.		Курение и его вредное влияние на организм.	1	-	1
5	30.09.		Алкоголь не только разрушает твоё здоровье , но и твою жизнь.	1	-	1
6	07.10.		Акция “Скажи наркотикам – НЕТ”	1	-	1
7	14.10.	Закаливание и его значение в укреплении здоровья	Понятие закаливания и его роль. Закаливание воздухом.	1	1	-
8	21.10.		Закаливание водой и солнцем .	1	1	-
9	11.11.		Значение систематичности и последовательности в закаливающих процедурах.	1	1	-
10	18.11.		Понятие рационального питания и его значение .	1		1
11	25.11.	Рациональное питание	Режим питания.	1	-	1
12	02.12.		Составляем свое меню с учётом всех принципов рационального питания	1	-	1
13	09.12.		Правильное приготовление пищи.	1	-	1
14	16.12.		Гельминтоз – как результат не соблюдения гигиенических правил.	1	1	-
15	23.12		Кулинарные посиделки.	1	-	1
16	13.01.		Роль физических упражнений.	1	1	-
17	20.01.	Движение – это жизнь	Утренняя зарядка. Разработка системы упражнений	1	-	1
18	27.01.		Систематичность и последовательность –главные принципы в спорте.	1	-	1
19	03.02.		Физический труд не роскошь, а необходимое условие развития организма	1	-	1

20	10.02.		Составление правильного режима дня с учетом принципа “сочетай труд и отдых”.	1	-	1
21	17.02.		Туризм развивает твоё тело	1	-	1
22	24.02.		Правила поведения в природе.	1	-	1
23	03.03.		Что такое первая доврачебная помощь, её роль	1	1	-
24	10.03.		Ушибы, ожоги: твои действия.	1	-	1
25	17.03.		Первая помощь при тепловом и солнечной ударах, обморожении.	1	-	1
26	31.03.		Виды кровотечений и первая помощь при них.	1	-	1
27	07.04.	Профилактика заболеваний – необходимое условие сохранения здоровья	Понятие профилактики. Грипп и его профилактика. Коронавирус его профилактика.	1	1	-
28	14.04		Желудочно-кишечные заболевания, их предупреждение	1	1	-
29	21.04.	Чистота – залог здоровья	Соблюдай чистоту жилища	1	-	1
30	28.04.		Гигиена одежды и обуви	1	-	1
31	05.05.		В чистом теле – здоровый дух	1	1	-
32	12.05.	Живые организмы и их влияние на здоровье	Ядовитые грибы, растения, животные	1	-	1
33	19.05.		Лекарственные растения и их применение	1	-	1
34.	26.05.		Фито аптека	1	1	-

2й- год обучения

№ п/п	Тема	Характеристика видов деятельности учащихся	УУД	Дата
I. Самопознание.				
1.	Введение. Предмет, задачи и перспективы программы «ЗОЖ».		Коммуникативные.	01.09

2	Знание своего тела.	Формирует представление о физиологической норме.	Личностные.	08.09.
3	Особенности функционирования различных систем органов человека.			15.09.
4	<i>Практическая работа.</i> Тест на силу.			22.09. .
5	Самопознание через ощущение, чувство и образ.	Принимает различия между людьми, уважает особенности их поведения.	Познавательные.	29.09
6	Биологические основы поведения.		Личностные	06.10.
7	Половые различия в поведении людей.			13.10
II. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний.				
8.	Правила личной гигиены.			20.10
9.	Болезни кожи, связанные с нарушением правил гигиены.	Имеет потребность сохранять своё тело и одежду в чистоте. Посещает стоматолога с целью профилактического осмотра не реже 1 раза в год.	Личностные. Личностные.	27.10.
10.	Правила подбора косметических средств для ухода за кожей лица, рук, волосами.			16.11

11.	Питание и здоровье зубов.			23.11
12.	Профилактика инфекционных заболеваний.			30.11.
13.	Механизмы защиты организма.	Своевременно определяет субъективные признаки переутомления.	Регулятивные.	01.12.
14.	Иммунитет.		Личностные.	08.12
15.	«Активные» и «пассивные» способы повышения иммунитета.			15.12
16-17	Туберкулётз, его проявления. Профилактика туберкулёза..			22.12 29.12
III. Питание и здоровье.				
18	Питание – основа жизни.			12. 01.
19.	Энергетическая ценность продуктов питания.	Понимает о правильном и полноценном питании. Важнейшие компоненты пищи. Значение белков, жиров, углеводов, минеральных веществ в питании.	Познавательные.	19.01.
20.	<i>Практическая работа. Подбор продуктов для меню школьника</i>			26.01.

21.	Значение овощей и фруктов в рационе человека.			02.02.
22.	Гигиена питания.			09.02.
23.	Значение режима питания в сохранении здоровья.	Дает самооценку суточного рациона и коррекцию питания в соответствии с потребностями организма.	Личностные.	16.02.
24.	<i>Практическая работа.</i> Составление индивидуального меню на сутки с учётом физиологической нормы в потреблении питательных веществ.			02.03
IV. Основы личной безопасности и профилактика травматизма.				
25.	Поведение в экстремальных ситуациях.			09.03.
26.	Поведение в незнакомой природной среде.	Умеет прогнозировать травмоопасные ситуации и избегать их.	Коммуникативные. Личностные.	16.03.
27.	Поведение при аварийных ситуациях в жилище (пожар, затопление, разрушение).			23.03.
28.	Поведение при угрозе террористического акта			06.04.
V. Пропаганда здорового образа жизни.				
29.	Последствия употребления психоактивных веществ			13.04.

30.	(ПАВ). Возможные трудности и пути выздоровления курильщика, наркомана, алкоголика.	Имеет широкий арсенал средств для решения конфликтных ситуаций, проведения свободного времени.	Коммуникативные. Познавательные.	20.04.
31.	Отказ от употребления ПАВ на разных этапах.	Формулирует правила соблюдения ЗОЖ для профилактики вредных привычек, записывают правила.	Личностные.	27.04.
32	История спорта, ЗОЖ.	Дни Здоровья в школе.	Коммуникативные.	04.05
33	Физическая культура и спорт.		Личностные.	11.05.
34.	Обобщение.	Презентации творческих работ учащихся.	Коммуникативные.	18.05.
35.	« Мое здоровье – мое богатство».		Познавательные. Личностные.	25.05

3-й год обучения

№ п/п	Тема	Характеристика видов деятельности учащихся	УУД	
I. Самопознание.				
1.	Введение. Предмет, задачи и перспективы программы « Мы за здоровый образ жизни». Знание своего тела. Саморегуляция систем органов человека. <i>Практическая работа.</i>	Умеет различать отклонения от собственной	Коммуникативные. Личностные.	

	Тесты на выносливость.	физиологической нормы.		
2.	Самопознание через ощущение, чувство и образ. Взаимосвязь физического и психологического здоровья.	Понимает природу переживаний в периоды кризисов взросления. Избегает рискованных для здоровья форм поведения.	Познавательные. Личностные	
П. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний.				
3.	Правила личной гигиены. Правила личной гигиены подростков. Выбор гигиенических средств ухода за телом при различных функциональных состояниях и в различных климатических условиях. Профилактические осмотры у стоматолога.	Соблюдает правила ухода за своей кожей. Посещает стоматолога с целью профилактического осмотра не реже 1 раза в год.	Личностные. Личностные	
4.	Профилактика инфекционных заболеваний. Эпидемии. Поведение при подозрении на инфекционное заболевание и во время болезни. Ответственность за распространение инфекций. Инфекции, передаваемые половым путём.	Владеет информацией об ИППП. Должен быть убежден, что вести правильный образ жизни – более предпочтительно.	Регулятивные. Личностные	
III. Питание и здоровье.				

5.	Питание – основа жизни. Традиции национальной кухни. Диеты. Лечебное голодание. Пост и здоровье.	Умеет организовывать рациональное питание в семье с учетом индивидуальных особенностей и финансовых возможностей различных членов семьи.	Познавательные. Коммуникативные.	
6.	Гигиена питания. Питание во время экзаменов, в походах. <i>Практическая работа.</i> Интерпретация данных этикетки продуктов. Умение оценить соотношение цены и качества при покупке продуктов питания. Правила поведения в местах общественного пользования.	Умеет обеспечить адекватное физиологическим потребностям и индивидуальным особенностям питание.	Личностные.	
IV. Основы личной безопасности и профилактика травматизма.				
7.	Поведение в экстремальных ситуациях. Поведение в экстремальных ситуациях аварийного и криминального характера. Травматизм при конфликтах. Поведение в ситуациях горя и печали	Владеет приёмами конструктивного решения конфликтных ситуаций	Коммуникативные. Личностные.	
V. Пропаганда здорового образа жизни.				
8.	Последствия употребления психоактивных веществ			

	<p>(ПАВ). Социальные, психологические, физиологические последствия употребления ПАВ. Юридическая и личная ответственность за распространение и употребление ПАВ.</p>	<p>Владеет навыками поддержания общения без прибегания к суррогатным формам общения</p>	<p>Коммуникативные.</p>	
9.	<p>История спорта, ЗОЖ. Физическая культура и спорт.</p>	<p>Дни Здоровья в школе.</p>	<p>Коммуникативные. Личностные.</p>	
10.	<p>Обобщение. « Мое здоровье – мое богатство».</p>	<p>Презентации творческих работ учащихся.</p>	<p>Коммуникативные. Познавательные. Личностные.</p>	

4 Планируемый результат освоения программы

Предметные результаты:

Учащиеся

- 1.Смогут раскрывать содержание понятий здоровья, здоровый образ жизни, рациональное питание.
- 2.Проводить аргументацию зависимости здоровья человека от состояния окружающей среды; необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, нарушения осанки, зрения, слуха, стрессов, инфекционных и простудных заболеваний;
- 3.Знать и аргументировать основные правила поведения в природе; основные принципы здорового образа жизни ,рациональной организации труда и отдыха;
- 4.Влияние факторов риска на здоровье человека;
- 5.Описывать и использовать приёмы оказания первой помощи;
- 6.Смогут прогнозировать воздействие негативных факторов на организм;
- 7.Приводить примеры негативных факторов, влияющих на здоровье;
- 8.Смогут аргументировать в отношении поступков других людей, наносящих вред своему здоровью.

9. Смогут обеспечивать уход за телом и жилищем ;
10. Смогут взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
11. Смогут находить необходимую информацию на различных видах носителей ;
12. Смогут презентовать результаты собственной деятельности;

Метапредметные результаты:

1. Способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми
2. Умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье
3. Способность рационально организовывать физическую и интеллектуальную деятельность
4. Умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья.
5. Формирование умения позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Личностные результаты:

1. Формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека
2. Развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью.
3. Формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Планируемые результаты реализации программы ориентированы на достижение всех трех уровней воспитательных результатов.

Результаты первого уровня (осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения).

Школьники приобретут знания об основных вопросах гигиены, особенностях влияния вредных привычек на здоровье, особенностях воздействия двигательной активности на организм человека, основах рационального питания, о “полезных” и “вредных” продуктах, о значении режима питания, способах сохранения и укрепление здоровья, о значении физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

Ученик научится:

Учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

Строить речевые высказывания в устной форме;

Адекватно воспринимать оценку учителя;

Осуществлять поиск и выделять конкретную информацию с помощью учителя;

Устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.

Результаты второго уровня (социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром)

Ученик научится:

Составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
Выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
Различать “полезные” и “вредные” продукты;
Использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
Определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
Заботиться о своем здоровье.

Результаты третьего уровня (приобретение опыта самостоятельного социального действия, опыт волонтерской деятельности; опыт организации совместной деятельности с другими детьми и работы в группе.)

Ученик научится:

Применять коммуникативные и презентационные навыки;
Использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
Оказывать первую медицинскую помощь
Включаться в творческую деятельность под руководством учителя;
Строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
Задавать вопросы, для организации собственной деятельности.

В результате изучения программы учащиеся должны знать:

1. Понятие здоровья, видов здоровья, факторов, влияющих на состояние здоровья; определение здорового образа жизни.
2. Правила питания.
3. Понятие гигиены и культуры питания.
4. Последствия хронической интоксикации организма от воздействия алкоголя, никотина и наркотиков на организм человека.
5. Группы витаминов и их влияние на здоровье человека.
6. Правила хранение овощей и фруктов.
7. Знать виды пищевых добавок и их воздействие на здоровье человека.

Должны уметь:

1. Проводить наблюдения, исследования и эксперименты.
2. Представлять результаты в виде рефератов и презентаций.
3. Участвовать в дискуссиях по проблемам программы, публично защищать свою творческую работу.
4. Использовать полученные знания и навыки в практической деятельности.
5. Работать с Интернет- ресурсами.

5.Организационно - педагогические условия реализации программы

материально- технические

1. Кабинет биологии (макеты, плакаты, таблицы, схемы, модели, муляжи)
- 2.Компьютер, проектор, видеоплеер, экран, фотоаппарат

учебно - методические

Дополнительная литература:

- 1.Сборник программ. Исследовательская и проектная деятельность. Социальная деятельность. Профессиональная ориентация. Здоровый и безопасный образ жизни. Основная школа / [С.В. Третьякова]. – М. : Просвещение, 2013. – 96с. – (Работаем по стандартам). – ISBN 978-5-09-02839-0
2. Внеклассическая деятельность. Формирование культуры здоровья. 5-8 классы. Москва «Просвещение» 2013г.
3. Г. А. Воронина, Т.В.Иванова, Г.С.Калинова. Биология. Планируемые результаты. Система заданий 5-9 класса. Москва «Просвещение» 2013г.

Основные принципы реализации программы – научная обоснованность , доступность, учет возрастных особенностей школьников, практическая целесообразность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность.

7. Оценка качества освоения программы

Формы аттестации:

- 1.Наблюдение
 - 2.Тестирование
 - 3.Беседа
 - 4.Проектная деятельность, участие в НОУ
- Теоретические и практические занятия способствуют развитию устной коммуникативной и речевой компетенции учащихся, умениям:
- вести устный диалог на заданную тему;
 - участвовать в обсуждении исследуемого объекта или собранного материала;
 - участвовать в работе конференций, чтений.

8.Методическое обеспечение

Список литературы

Литература для учащихся:

1. В.И. Малов «Детская энциклопедия «Я познаю мир. Спорт»» ООО Фирма «Издательство АСТ» 1999год
2. Иллюстрированная Мировая История «Греки» Москва «Росмэн» 1994год
3. Школьная энциклопедия «Древний мир» Смоленск «Русич» 2003год
4. «Здоровье народа - богатство страны» Москва «Советская Россия» 1989год
- 5 Г.П. Малахов «Основы здоровья» Ростов «Феникс» 2003год
6. Т.В. Козлова, Т.А. Рябухина «Физкультура для всей семьи» Москва «Физкультура и спорт» 1988год
- 7.А.Д. Степанов, Д.А. Изуткин «Критерии здорового образа жизни и предпосылки его формирования « Советское здравоохранение. 1981год
8. С.В. Понедельник «Формирование здорового образа жизни семьи в системе школьного образования» Ростов-на -Дону, 1994год

Литература для педагога:

1. “Руководство для среднего медицинского персонала школ”, Москва, издательство “Медицина” 1991г.
2. “Справочник практического врача”, Москва, издательский дом “Рипол классик” 2009г.
3. Справочник фельдшера, Москва, “Эксмо пресс” 2002г.
4. Расти здоровым; Москва Физкультура и спорт 1993г.
5. Ю.П. Лисицын, И.В. Полунина «Здоровый образ жизни ребенка» Москва 1984 год
6. Профилактика и лечение гриппа” Р.И. Карпухин, Ленинград, Медицина, Ленинградское отделение 1991г.

- 7.Л.А. Лещинский «Берегите здоровье» Москва «Физкультура и спорт» 1995год
- 8.Г.И.Куценко, Ю.В Новиков «Книга о здоровом образе жизни» – Санкт Петербург 1997год
9. «Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы.» Кишинев 1991год.
- 10.Шишкова Т.Л. Твое питание и здоровье. Школьный справочник.М.:1996.
- 11.Хрипкова А.Г., Хрипкова Д.В. Гигиена и здоровье.
- 12.Кондрашенко В.Н. и др. Гигиена детей и подростков. – М.: Медицина, 1988.
- 13.Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека.
- 14.Интернет – сайт. <http://med-lib.ru> - Большая медицинская энциклопедия.