



Департамент по социальным вопросам  
администрации города Ишима

Организация дополнительного образования  
«Муниципальное автономное учреждение  
«Центр дополнительного образования детей города Ишима»

Программа согласована и  
рекомендована  
педагогическим советом  
ОДО МАУ ЦДОДГИ  
Протокол № 2 от 31.05.2023 г.

Утверждаю:  
Директор ОДО МАУ ЦДОДГИ

\_\_\_\_\_ Н.А. Башкирева

31.05.2023

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ПРО Организм»

**Направленность:** естественнонаучная

**Объём обучения:** 72 часа

**Срок реализации:** 1 год

**Возрастная категория:** 6-10 лет

Автор-составитель:

**Меркушева Татьяна Валерьевна**

педагог дополнительного образования

г. Ишим  
2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовой и документальной основой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей естественнонаучной направленности «ПРО Организм» являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждённая распоряжением правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Положение об единых требованиях к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам ОДО МАУ ЦДОДГИ.

Здоровьесбережение обучающихся является одной из самых важных задач в образовании, которую ставит перед собой Концепция развития дополнительного образования детей. Отсюда возникает потребность в создании дополнительных образовательных программ естественнонаучной направленности для формирования знаний о строении и работе своего организма, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, знание негативных факторов риска здоровья.

**Актуальность программы** обусловлена ее востребованностью среди обучающихся старшего дошкольного и младшего школьного возраста, что особенно важно для сохранения их здоровья.

Программа призвана научить ответственно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих людей на основе знаний о строении и особенностях работы человеческого организма, организовывать свою учебную деятельность в соответствии с принципами здорового образа жизни; противостоять негативному влиянию природной и социальной среды на собственное здоровье; владеть элементарными приемами физической и психологической самозащиты в стрессовых ситуациях; оказывать первую доврачебную медицинскую помощь себе и окружающим при несчастных случаях; правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях, соблюдать гигиенические требования. Занятия по программе развивают наблюдательность, навыки исследовательской работы и правильной постановки экспериментов, умение сравнивать, анализировать, классифицировать, обобщать, делать выводы, способствует развитию мышления и творческой активности обучающихся.

**Новизна** данной образовательной программы заключается в содержании

большого числа практических и лабораторных работ, которые позволят закрепить полученные знания, сформировать практические навыки определения ряда показателей и выявления особенностей работы организма. Обучение по данной программе создает благоприятные условия для интеллектуального и духовного воспитания личности ребенка, развития познавательной активности и творческой самореализации.

**Цель программы:** формирования представлений о здоровом образе жизни младших школьников посредством получения знаний об организме человека, о работе органов и систем органов, о факторах, влияющих на здоровье.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформировать систему знаний об организме человека, о работе органов и систем органов, о факторах, влияющих на здоровье;
- изучить методики оказания помощи себе и другим;
- проводить самонаблюдение, самодиагностику, закаливание организма, точечный массаж, аутогенную тренировку;

**Развивающие:**

- развивать умение сравнивать, анализировать, классифицировать, обобщать, делать выводы;
- формировать навыки исследовательской работы: правильной постановки экспериментов и ведения дневника наблюдения, статистической обработки данных;
- развивать умение работать с методиками, рекомендациями по оказанию помощи себе и окружающим;
- развивать творческие способности школьников и их лидерские качества путем вовлечения в игровую ситуацию и практическую деятельность;
- формировать навыки организации самостоятельной работы.

**Воспитательные:**

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- воспитывать бережное отношение к окружающему миру, связывая здоровье с экологией;
- воспитывать уважительные отношения, толерантность между членами коллектива посредством совместной деятельности.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что она составлена с учетом требований современной психологии и педагогики, корректировалась с учетом интересов, пожеланий и возрастных особенностей обучающихся. При составлении учебного плана предусмотрено постепенное усложнение заданий, по принципу «от простого к сложному». Большое количество часов отводится для практической работы. Программа содержит познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (тренинг, оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.) необходимыми для развития практических навыков ребенка. Формирование знаний об организме и здоровом образе жизни проводится преимущественно в игре или творческой деятельности, главным образом, через подражание, практические действия, озарение и другие формы продуктивного поведения (валеологически обоснованное физическое и психическое саморазвитие).

ДООП «ПРО Организм» включает в себя не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. На занятиях дети не только развивают гигиенические навыки, но и навыки общения с другими детьми, сопереживание, желание оказать помощь и т.п.

**Язык обучения:** русский язык.

**Форма обучения:** очная.

**Форма реализации:** с применением дистанционных технологий и/или электронного обучения.

Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме. К обучающимся применяется личностный подход: к тем, кто выполняет работу быстрее и лучше, предъявляются повышенные требования, а тем детям, которые не справляются с работой, оказывается помощь.

Обучение в коллективе построено на сочетании теоретических и практических занятий, принцип построения занятий - от простого и доступного к более сложному и необычному.

#### **Адресат программы.**

Возраст детей, участвующих в реализации программы 6 – 10 лет. В этом периоде развития учащиеся обладают способностью активно усваивать разнообразную информацию посредством игровой и практической деятельности, у них активно происходит процесс мышления и имеется интерес к собственному организму.

Для детей младшего школьного возраста характерна быстрая утомляемость, потеря интереса при неудаче, ориентация на «ближнюю» перспективу, несформированное произвольное внимание. Поэтому, при выборе заданий для практической деятельности, предпочтение отдается таким, которые могут быть выполнены за одно учебное занятие.

#### **Условия реализации программы**

Особенности группы	Объем программы, часов	Кратность занятий в неделю	Продолжительность, часов	Возраст обучающихся	Наполняемость группы
Дети без ОВЗ	72	1	2*40	6-8	10-12
Дети без ОВЗ	72	1	2*45	8-10	10-12

Набор детей свободный, группы детей разновозрастные. Принимаются все желающие заниматься в объединении, что помогает стимулировать младших к активным действиям, а старшим ребятам дается возможность передать уже накопленные знания и практические навыки.

Для организации дистанционного обучения могут использоваться видеоуроки, видеозаписи, аудиозаписи, мастер-классы, подготовленные педагогом по темам занятий. Организация общения с детьми и родителями будет осуществляться в группе «ВКонтакте» («Расти здоровым» <https://vk.com/club128749128>), а также с помощью приложения-мессенджера Viber.

<b>Форма обучения/ Структурный компонент</b>	Очная	Очная с использованием дистанционных технологий
<b>Объем и сроки</b>	Программа рассчитана на 72 часа	Программа рассчитана на 72 часа
<b>Комплектование групп</b>	Программа реализуется в группах обучающихся 10-12 человек разного возраста. Состав группы постоянный в течение учебного года	Занятия организуются индивидуально в свободном режиме
<b>Режим занятий</b>	Согласно расписанию учебных занятий	Согласно расписанию учебных занятий
<b>Особенности организации</b>	Образовательный процесс организуется в урочной форме	Образовательный процесс организуется в форме видеоуроков (мастер-классов),

<b>образовательного процесса</b>		презентаций, викторин, логических заданий, которые педагог отправляет обучающимся в группе «ВКонтакте»
<b>Организация физкультминуток, двигательной активности</b>	Во время занятий предусмотрено проведение физкультминуток. Между академическими часами одного занятия проводится перерыв 10 минут	Между академическими часами одного занятия родителям нужно организовать для ребёнка перерыв 10 минут, помочь выполнить физминутку, обсудить прошедшее занятие
<b>Характеристика контингента</b>	Обучающиеся без ОВЗ; дети 6-10 лет	Обучающиеся без ОВЗ; дети 6-10 лет
<b>Текущий контроль</b>	Наблюдение за работой обучающихся, опрос, самоконтроль, самодиагностика, проектная деятельность, игра-соревнование	Беседа с обучающимися и родителями, фотоотчёт (анализ фото с выполненным заданием), самоконтроль, онлайн консультирование, проектная деятельность, самодиагностика
<b>Итоговый контроль</b>	Итоговое тестирование, викторины, проектная деятельность, игра-соревнование	Самодиагностика, тестирование с проверкой педагогом, задания с ответом в виде файла, проектная деятельность, соревнование, фотоотчёт (анализ фото с выполненным заданием), видеоотчет
<b>Условия применения формы обучения</b>	Программа реализуется только в очной форме обучения	Дистанционные технологии при реализации программы применяются в исключительных случаях, когда обучающиеся не могут посетить занятия в учебном заведении (карантин, отмена занятий в случае активированных дней и т.д.)

### **Краткое содержание программы.**

При проведении занятий используется игровой методологический подход, при котором игра принимается не как средство коммуникации, а как одна из наиболее эффективных форм передачи и усвоения информации. Каждое занятие курса является комплексным – на нем используется до 8-10 различных видов учебно-воспитательной деятельности. Разнообразие видов деятельности (кукольные спектакли, психологические тесты, подвижные и интеллектуальные игры и т.д.) делает занятия привлекательными для детей, чередование этих видов деятельности позволяет постоянно удерживать внимание детей и дает возможность учащимся усвоить большой объем информации.

Программа предусматривает использование элементов педагогических технологий: программированного, проблемного и личностно-ориентированного обучения. При составлении образовательной программы учитывались возрастные и психологические особенности обучающихся.

**Сроки реализации программы.** Срок реализации программы – 1 год. В объединении занимаются дети от 6 до 10 лет. Состав учебных групп – постоянный в течение учебного года, набор детей – свободный. Количество обучающихся в группах от 10 до 12 человек. Занятия носят практический характер. Программой предусмотрено входное, промежуточное и итоговое тестирование для контроля освоенных учащимися предметных умений и навыков.

### **Планируемые результаты.**

По окончании обучения по программе, обучающиеся должны достигнуть следующие

результаты

**Обучающиеся должны знать:**

- общие сведения о строении организма человека;
- работу органов и систем органов;
- основные заболевания, их причины;
- последствия неправильного образа жизни;
- методики проведения аутогенной тренировки, гимнастики, массажа, закаливания;
- способы предупреждения инфекционных вирусных заболеваний;
- значение соблюдения правил здорового образа жизни для человека

**Обучающиеся должны уметь:**

- рационально организовывать свою учебную и внеурочную деятельность в соответствии с принципами ЗОЖ;
- противостоять негативному влиянию природной и социальной среды на собственное здоровье;
- владеть элементарными приемами самозащиты;
- оказывать первую доврачебную помощь себе и окружающим, при ожоге, обморожении, обмороке, солнечном, тепловом ударе, кровотечении и т.д.;
- правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях;
- проводить самодиагностику состояния организма и отдельных систем органов;
- проводить наблюдения, фиксировать результаты опытов; выступать с результатами исследований перед аудиторией.

**Обучающиеся должны иметь представление:**

- о видах, факторах и компонентах здоровья;
- о связи строения и работы органов;
- о влиянии вредных привычек на внутренние органы.

**Обучающиеся смогут решать задачи:**

- применять на практике полученные знания и умения;
- адаптироваться в условиях современной жизни;
- самостоятельно находить решения жизненных ситуаций.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля/ аттестации	
		Общ.	Теор.	Практ.	очная	Очная с использованием дистанционных технологий
1	Что такое здоровье?	6	3	3	беседа, самодиагностика, анкета	беседа с обучающимися и родителями самодиагностика анкета
2	Кто и как предохраняет нас от болезней.	8	4	4	тест	тестирование с проверкой педагогом
3	Что у меня внутри?	24	10	14	Викторина, тест, самодиагностика	задания с ответом в виде файла, тестирование с проверкой педагогом, самодиагностика
4	Питание и здоровье организма	4	1	3	проектная деятельность	проектная деятельность
5	Движение и здоровье организма	4	1	3	игра	фотоотчет
6	Правила безопасного поведения.	20	8	12	тест	тестирование с проверкой педагогом
7	Как закаляться.	4	1	3	проектная деятельность	проектная деятельность
8	Итоговое занятие.	2	1	1	Игра-путешествие, тест	тестирование с проверкой педагогом
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>29</b>	<b>43</b>		

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Наименование группы/ год обучения	Срок учебного года (продолжительность обучения)	Форма обучения/ контроля	Кол-во занятий в неделю, продолж. одного занятия (мин.)	Кол-во ак. часов в неделю	Всего ак. часов в год
Группа 1 1 год обучения	с 1 сентября по 31 мая (36 уч. недель)	Очная форма обучения/ контроля с использованием дистанционных технологий	1 занятие в неделю по 2 часа (40*2)	2	72
Группа 2 1 год обучения	с 1 сентября по 31 мая (36 уч. недель)	Очная форма обучения/ контроля с использованием дистанционных технологий	1 занятие в неделю по 2 часа (45*2)	2	72

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

#### 1. Что такое здоровье? (6 часов).

Теория: Понятие здоровья. Определение здоровья. Компоненты здоровья: соматическое, физическое, психическое, нравственное. Факторы здоровья Портрет здорового человека. Признаки болезни: высокая температура, озноб, больное горло, головная боль, насморк, потеря аппетита, тошнота и рвота, раздражительность. Причины болезней.

Практическая часть: пр.р. «Я и мое здоровье», пр.р. «Оценка состояния физического здоровья», пр.р. «Что влияет на наше здоровье», зарисовка портрета здорового человека, пр.р. «Хорошо-плохо», анкета, игра с мячом «Признаки здоровья», пр.р. «Составь пословицу», пр.р. «Составь пару», пр.р., пр.р. «Определение роста», пр.р. «Определение веса», пр.р. «Определение артериального давления и ЧСС». самомассаж ладоней, самодиагностика. «Дневник здоровья».

Текущий контроль: беседа, самодиагностика, анкета.

#### 2. Кто и как предохраняет нас от болезней (8 часов).

Теория: Как организм защищает сам себя. Здоровый образ жизни. Элементы ЗОЖ. Здоровье и состояние окружающей среды. Медицина: официальная и народная. Сон. Гигиена сна. Значение сна для снятия стресса. Питание. Музыка и здоровье. Вредные привычки и здоровье. Движение. Гиподинамия. Закаливание. Как родители и учителя охраняют здоровье и жизнь детей, воспитывают у них потребность расти здоровыми. Какие есть лечебные заведения. Какие есть врачи, и какие болезни они лечат. Защитные функции организма и как их укрепить. Детские болезни. Опасные инфекционные заболевания. Переносчики инфекции. Вакцины и их введение в организм. Реакции организма на прививки.

Практическая часть: игра «Друзья иммунитета», пр.р. «Гимнастика для позвоночника», тест, пр.р. «Определение иммунитета по ногтям, волосам и коже», пр.р. «Найди пару», пр.р. «Узнай по описанию», конкурс рисунков «Профессия врача», пр.р. «Пути передачи инфекции», пр.р. «Болезни с грязных рук», пр.р. «Узнай по запаху», пр.р. «Волшебные точки (самомассаж для профилактики и лечения гриппа)», инсценировка «Действие прививки», ребусы, кроссворд.



Текущий контроль: тест.

### **3. Что у меня внутри? (24 часа).**

Теория: Общее представление о строении своего организма. Понятие об внутренних и наружных органах. Системы органов, для чего они нужны. Какой орган самый главный? Строение и функции нервной системы. Гигиена умственного труда. Друзья и враги мозга. Органы чувств. Для чего глаза человеку. Строение глаза. Друзья и враги глаз. Ухо - орган слуха. Как устроено ухо человека. Как беречь уши.

Для чего мы дышим Легкие и дыхательная система. Газообмен. Респираторные заболевания, их профилактика. Воздействие курения на дыхательную систему. Как устроено сердце. Стресс - главный враг сердца. Кровеносная система. Что такое кровь? Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Скелет. Строение скелета. Зачем нужны кости. Как человек движется. Правильная осанка. Растяжение мышц и связок. Переломы костей. Как укреплять свои кости и мышцы. Физические упражнения. Пища и питательные вещества. Устройство пищеварительной системы. Для чего нужны зубы. Как устроен зуб человека. Болезни зубов. Что бывает при потере зуба. Чем и как надо питаться, чтобы зубы оставались здоровыми. Как чистить зубы. Что такое здоровая пища. Как помочь желудку?

Строение и функции кожи. От чего защищает кожа. Как устроена кожа человека. Травмы и заболевания кожи: ожоги, сыпь, воспаления, грибковые заболевания, клещи. Как следует поступать при травмах и заболеваниях кожи. Правила ухода за кожей. Витамины для кожи. Гигиена кожи.

Практическая часть: пр.р. «Как я устроен», пр.р. «Найди по описанию», пр.р. «Как я думаю», тест, творческая работа «Мой организм - мой дом», пр.р. «Как мы дышим», дыхательная гимнастика, пр.р. «Определение здоровья по дыхательной пробе», пр.р. «Строение сердца», пр.р. «Определение пульса», комплекс упражнений для кардионагрузки, пр.р. «Определение артериального давления», пр.р. «Остановка кровотечения», пр.р. «Проба Купера», пр.р. «Свойство зрачка», «Устройство глаз», психогимнастика, игра «Волшебный мешочек», гимнастика для глаз, пр.р. «Защита глаза», «Найди пару», комплекс упражнений для глаз, подвижная игра «Собери шишки» пр.р. «Зачем нам звуки», пр.р. «Определение остроты слуха», пр.р. самомассаж ушей, пр.р. «Узнай меня», игра «Угадай, чей голосок», игра «Волшебный мешочек», кроссворд, пр.р. «Зубной налет», пр.р. «Зубная эмаль», пр.р. «Правила чистки зубов», пр.р. «Спрятанный сахар», пр.р. «Собери пословицу, пр.р. «Дегустатор», пр.р. «Дорисуй улыбку», психогимнастика, зарисовка по сказкам, пр.р. «Молочный аукцион», пр.р. «Прочность костей», пр.р. «Зачем нам скелет», пр.р. «Где у нас мышцы», пр.р. «Мышцы сгибатели и разгибатели», пр.р. «Волосы и ногти – наша защита», пр.р. «Определение состояния здоровья по коже», пр.р. «Определение состояния здоровья по ногтям и волосам».

Текущий контроль: викторина, тест, самодиагностика.

### **4. Питание и здоровье организма (4 часа).**

Теория: Зачем мы питаемся. Какие продукты наиболее полезны растущему организму. От чего зависит количество потребляемой пищи. Понятие о рациональном питании. Вкусная и здоровая пища. Пищевые продукты и питательные вещества. Гигиена питания. «Опасные продукты». Обмен веществ. Витамины. Нормы питания. Диета. Голодание. Консерванты. Вес человека. Ожирение. Раздельное питание.

Практическая часть: пр.р. «Сорока-ворона кашу варила», игра «Овощехранилище», аукцион «Полезная пища», пр.р. «Расщепление углеводов», пр.р. «Свари обед», пр.р. «Дегустатор», игра «Волшебный мешочек», игра «Заколдованные овощи», тест.

Текущий контроль: проектная деятельность.

### **5. Движение и здоровье организма (4 часа).**

Теория: Зачем человек движется. Гиподинамия. Спорт, игры, физкультура. Правильная осанка. Причины нарушения осанки. Виды осанки. Упражнения для формирования правильной осанки. Как укреплять свои кости и мышцы.

Практическая часть: пр.р. «Определение гибкости», пр.р. «Определение осанки»,

пр.р. «Определение плоскостопия», комплекс упражнений для осанки, подвижные игры.

Текущий контроль: игра.

### **6. Правила безопасного поведения (18 часов).**

Теория: Беспорядок в доме (в комнате) - причина многих травм. Не бегай по мокрому полу. Не прикасайся мокрыми руками к электрическим приборам и проводам. Горькие и «вкусные» лекарства. Где хранить лекарства. Антибиотики. Реакции организма на прием лекарств. Аллергия на лекарства. Признаки отравления. Кишечные расстройства. Срок годности продуктов питания. Почему необходимо тщательно пережевывать пищу? Первая помощь при отравлении щелочными и кислотными ядами. Первая помощь при отравлениях недоброкачественной пищей. Первая помощь при отравлениях угарным газом и дымом. Правила дорожного движения. Сквозняки. Мокрые (переохлажденные) ноги. Как избежать простуды. Как вести себя на улице в гололед. Пожарная безопасность. Что такое электрический ток. Не купайся в реке, озере, море во время грозы. Не высовывайся в открытые окна. Не прыгай с большой высоты. Не ходи по высоким и узким карнизам. Не бегай в темноте. Не бегай с острыми предметами в руках. Как следует обращаться с острыми, режущими и колющими предметами. Переломы и вывихи костей, растяжения и разрывы связок. Что испытывает человек при травмах. Чем опасны домашние (или одичавшие) животные. Животные как переносчики болезней. Укусы животных. Правила обращения с животными. Опасны ли укусы насекомых. Как и чем следует обрабатывать место укуса насекомых. Укусы змей. Ядовитые и неядовитые змеи. Первая помощь при укусе ядовитой змеи. Что следует предпринять, если укусит собака, укусит или оцарапает кошка.

Практическая часть: конкурс рисунков по пожарной безопасности, игра-пантомима «Домашние опасности», пр.р. «Собери аптечку», пр.р. «Определи лекарственное растение», исследовательская работа «Зеленая аптека», пр.р. «Оказание первой помощи при отравлении лекарствами», пр.р. «Оказание первой помощи при пищевом отравлении», пр.р. «Первая помощь при отравлениях угарным газом и дымом», пр.р. «Первая помощь при отравлении щелочными и кислотными ядами», пр.р. «Чем опасна улица», пр.р. «Первая помощь при ударе электрическим током». инсценировка «Виды травм», пр.р. «Как остановить кровоизлияние от ушиба и не дать образоваться шишке», пр.р. «Как остановить кровотечение из носа», пр.р. «Первая помощь при порезах и ссадинах», пр.р. «Первая помощь при переломах костей, травмах суставов и связок», пр.р. «Шины и способы их наложения», пр.р. «Перевозка (транспортировка) человека с переломом руки или ноги», викторина, пр.р. «Оказание первой помощи при укусах животных», пр.р. «Первая помощь при укусе змеи».

Текущий контроль: тест.

### **7. Как закаляться (4 часа).**

Теория: Почему мы простужаемся. Простейшие способы закаливания: обтирания и обливания, полоскание холодной водой носоглотки.

Практическая часть: пр.р. «Одень Машу, Сашу», игра пантомима «Вода для здоровья», пр.р. «Правила закаливания», кроссворд, проект «Закаливание».

Текущий контроль: проектная деятельность.

### **8. Итоговое занятие (2 часа).**

Подведение итогов обучения в виде игры «Путешествие в страну «Здоровый организм»», проведение итогового контроля в виде тестирование, награждение наиболее активных обучающихся грамотами и дипломами.

## **ФОРМЫ КОНТРОЛЯ**

### **Этапы педагогического контроля:**

- Диагностика стартовых возможностей (начало учебного года)
- Текущий, тематический контроль (в течение года).

При дистанционной форме обучения: задания с ответом в виде файла, анализ фото с выполненным заданием, самодиагностика, тестирование с проверкой педагогом, проектная деятельность, анкетирование,

- Итоговый контроль (в конце года).

При дистанционной форме обучения: тестирование с проверкой педагогом.

В начале учебного года проводится беседа и анкетирование, при помощи которой выявляется исходный уровень подготовки ребёнка, определяются уровень сложности обучения.

### Педагогическая диагностика

Название	Сроки	Задачи	Формы оценки ожидаемого результата
Начальная	сентябрь	- выявить исходный уровень подготовки детей	Тест, беседа, самодиагностика, анкета
Текущая	по итогам темы	- выявить степень усвоения детьми учебного материала; - выявить уровень развития способностей	Наблюдение, опрос, тест, викторина, самодиагностика, проектная деятельность. (Приложение 1) <u>При дистанционной форме обучения:</u> задания с ответом в виде файла, анализ фото с выполненным заданием, самодиагностика, тестирование с проверкой педагогом, проектная деятельность, анкетирование
Итоговая	май	- диагностика усвоения детьми образовательной программы за год; - выявить уровень развития способностей ориентации обучающихся на дальнейшее развитие и обучение	Итоговое тестирование, игра. <u>При дистанционной форме обучения:</u> тестирование с проверкой педагогом.

### Оценочные материалы:

#### Диагностика стартовых возможностей Анкета

1. Что такое здоровый образ жизни?
2. Перечисли внутренние органы человека.
3. Назови полезные продукты питания.
4. Что вредит твоему организму?
5. Опиши, что нужно делать при ушибе.
6. Чему ты хочешь научиться на занятиях?

#### Текущий, тематический контроль Тест «Ваш образ жизни»

Виды физической активности	Оценка в баллах		
	Регулярно	Не регул	Не делаю
1. Утренняя гимнастика	10	7	0
2. Путь в школу и из школы пешком	10	6	0
3. Физкультура в школе	10	5	0
4. Физкультура в свободное время	30	10	0
5. Турпоходы	15	7	0
6. Закаливание	5	3	0
7. Участие в спортивных соревнованиях	10	5	0
8. Выполнение физической работы дома	5	3	0

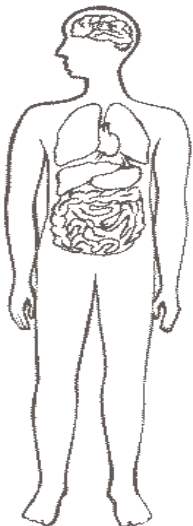
Сумма:			
--------	--	--	--

Из полученной суммы вычитаются штрафные очки: за курение – 10б., за употребление спиртных напитков – 10б., за нарушение намеченного режима дня – 5б., за несоблюдение режима питания – 5б.

Результат: Если вы набрали 60 и более баллов – то оценка отлично, 59 - 45 баллов – хорошо, 44 -25 баллов - удовлетворительно, менее 25 баллов – неудовлетворительно.

### Итоговый контроль Итоговый тест по ДООП «ПРО Организм».

1. Что такое иммунитет?
  - а) орган;
  - б) защитные силы организма;
  - в) название болезни;
  - г) название клеток крови.
2. Перечисли в правильном порядке органы пищеварения: желудок, пищевод, рот, двенадцатиперстная кишка, прямая кишка, толстая кишка, тонкая кишка.
3. Подпиши названия органов на схеме.



4. Укажи правильную последовательность действий при травме.
  - а) вызвать скорую помощь,
  - б) обработать рану йодом,
  - в) обработать ранку перекисью водорода,
  - г) перебинтовать рану,
  - д) позвать на помощь взрослых,
  - е) заклеить рану лейкопластырем.
5. Выбери из списка (подчеркни) инфекционные заболевания: Ангина, ожог, перелом, грипп, простуда, аппендицит, лишай, чесотка, туберкулез, порез, ветрянка, дизентерия, краснуха, ушиб, кариес, близорукость.
6. Каким путем грипп не передается:
  - а) по воздуху,
  - б) через одежду,
  - в) с грязной водой,
  - г) с домашними животными.
7. Как называются красные кровяные клетки:
  - а) эритроциты,
  - б) нейроны,
  - в) лейкоциты,
  - г) тромбоциты.
8. Название нижней части сердца:
  - а) желудок,

- б) предсердие,
  - в) клапан,
  - г) желудочек
9. В каком отделе пищеварительной системы происходит высасывание питательных веществ:
- а) печень,
  - б) желудок,
  - в) тонкий кишечник,
  - г) толстый кишечник.
10. Главное средство профилактики инфекционных заболеваний:
- а) есть лук и чеснок;
  - б) закаливание;
  - в) мытье рук,
  - г) прививка.
11. Источником белков для нашего организма являются:
- а) фрукты и овощи,
  - б) мясо и рыба,
  - в) орехи и семечки,
12. Перечисли компоненты здорового образа жизни.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание программы, предполагают наличие:

- учебного кабинета;
- комплектов иллюстраций по темам «Пищеварительная система», «Кровеносная система», «Органы чувств», «Скелет»;
- измерительных приборов и оборудования: сантиметровая лента, весы, аппарат для измерения артериального давления, фонендоскопа, секундомера;
- гербария лекарственных растений;
- муляжей фруктов и овощей;
- микроскопов;
- необходимого дидактического и раздаточного материала;
- компьютера (ноутбука);
- выход в Интернет.

Рабочее место обучающегося при освоении программы с использованием дистанционных технологий должно быть организовано дома и соответствовать необходимым нормативам и требованиям, быть оборудовано компьютером, имеющим доступ к сети Интернет, колонками, рабочей поверхностью, необходимыми инструментами.

### Методическое обеспечение программы

**Средства** реализации программы: учебно-тематические планы; методическое обеспечение программы; дидактические и раздаточные материалы; наглядные пособия; гербарии, натуральные объекты, коллекции.

№ п/п	Раздел, тема	Обеспечение программы методическими видами продукции	Рекомендации по проведению практических работ	Дидактический и лекционный материал
1.	Что такое	Разработка занятия.	Данные практических и	Фонендоскоп,

	здоровье?	Инструкция по ТБ. Анкета для входящего контроля Методические разработки тестов и анкет для определения уровня знаний учащихся для входящего контроля Буквы для слова «Здоровье»	лабораторных работ «Я и мое здоровье», «Оценка состояния физического здоровья», «Что влияет на наше здоровье» оформляются в виде «Дневника здоровья»	секундомер, аппарат для измерения давления, ростомер, весы, карточки с заданиями
2.	Кто и как предохраняет нас от болезней.	Методические материалы для оценки иммунитета, работоспособности, гербарий лекарственных растений Карточки с заданиями, кроссвордами, раскрасками, вопросы для викторины, тест	Записывать результаты проведенных опытов и формулировать выводы, использовать натуральные природные объекты	Факторы здоровья, данные статистики, медицинские инструменты, мультимедиа, презентации, данные статистики о гриппе
3.	Что у меня внутри?	Методические материалы для проведения антропометрии, карточки с кроссвордами, ребусами, тестами	Использовать простейшие контрольно-измерительные приборы (ростомер, сантиметровая лента, весы, секундомер и т.д.) и методики	Карточки с заданиями, анкеты, наглядные пособия, видео и презентации о строении и работе различных органов и их систем
4	Питание и здоровье организма.	Методические материалы для определения калорийности продуктов, содержания витаминов в продуктах, ребусы, филворды	Использовать натуральные природные объекты	Таблицы для определения калорийности, натуральные овощи и фрукты, коллекции круп, презентации, карточки с заданиями
5.	Движение и здоровье организма.	Методические материалы по определению осанки, гибкости позвоночника, координации движений, кроссворды	Записывать результаты проведенных опытов и формулировать выводы, использовать натуральные природные объекты	Карточки с заданиями, сантиметровая лента, мячи, скакалки
6.	Правила безопасного поведения.	Методические материалы по оказанию первой помощи при травмах, отравлениях, укусах, вопросы викторины, загадки, филворд	Использовать натуральные природные объекты.	Раздаточный материал Эластичные бинты, перекись, вата, жгут, зеленка, йод. Презентации по противопожарной безопасности
7.	Как закаляться?	Методические разработки по закаливанию, загадки, ребусы, кроссворд	Использовать проектную деятельность	Карточки с заданиями, информация о разных системах закаливания
8	Итоговое занятие	Разработки итоговых занятий, тест для итоговой аттестации	Итоговое занятие проводить в виде игры-путешествия по станциям	Карточки с заданиями, тест

### Рабочая программа на 2023-2024 учебный год

**Цель программы:** формирования представлений о здоровом образе жизни младших школьников посредством получения знаний об организме человека, о работе органов и систем органов, о факторах, влияющих на здоровье.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформировать систему знаний об организме человека, о работе органов и систем органов, о факторах, влияющих на здоровье;
- изучить методики оказания помощи себе и другим;
- проводить самонаблюдение, самодиагностику, закаливание организма, точечный массаж, аутогенную тренировку.

#### **Развивающие:**

- развивать умение сравнивать, анализировать, классифицировать, обобщать, делать выводы;
- формировать навыки исследовательской работы: правильной постановки экспериментов и ведения дневника наблюдения, статистической обработки данных;
- развивать умение работать с методиками, рекомендациями по оказанию помощи себе и окружающим;
- развивать творческие способности школьников и их лидерские качества путем вовлечения в игровую ситуацию и практическую деятельность;
- формировать навыки организации самостоятельной работы.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- воспитывать бережное отношение к окружающему миру, связывая здоровье с экологией;
- воспитывать уважительные отношения, толерантность между членами коллектива посредством совместной деятельности.

#### **Планируемые результаты.**

##### **Обучающиеся должны знать:**

- общие сведения о строении организма человека;
- работу органов и систем органов;
- основные заболевания, их причины;
- последствия неправильного образа жизни;
- методики проведения аутогенной тренировки, гимнастики, массажа, закаливания;
- способы предупреждения инфекционных вирусных заболеваний;
- значение соблюдения правил здорового образа жизни для человека

##### **Обучающиеся должны уметь:**

- рационально организовывать свою учебную и внеурочную деятельность в соответствии с принципами ЗОЖ;
- противостоять негативному влиянию природной и социальной среды на собственное здоровье;
- владеть элементарными приемами самозащиты;
- оказывать первую доврачебную помощь себе и окружающим, при ожоге, обморожении, обмороке, солнечном, тепловом ударе, кровотечении и т.д.;
- правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях;
- проводить самодиагностику состояния организма и отдельных систем органов;
- проводить наблюдения, фиксировать результаты опытов; выступать с результатами исследований перед аудиторией.

#### **Учебно-тематический план занятий на 2023-2024 учебный год**

Тема	часы	Содержание	Практическая работа	Форма контроля/аттестации	
				Очная	Очная с применением дистанционных технологий
Что такое здоровье?	6	Понятие здоровья. Определение	пр.р. «Я и мое здоровье», пр.р.	Анкета беседа,	Анкета беседа с

		<p>здоровья. Компоненты здоровья: соматическое, физическое, психическое, нравственное. Факторы здоровья Портрет здорового человека. Признаки болезни: высокая температура, озноб, больное горло, головная боль, насморк, потеря аппетита, тошнота и рвота, раздражительность. Причины болезней.</p>	<p>«Оценка состояния физического здоровья», пр.р. «Что влияет на наше здоровье», зарисовка портрета здорового человека, пр.р. «Хорошо-плохо», анкета, игра с мячом «Признаки здоровья», пр.р. «Составь пословицу», пр.р. «Составь пару», пр.р., пр.р. «Определение роста», пр.р. «Определение веса», пр.р. «Определение артериального давления и ЧСС». самомассаж ладоней, самодиагностика. «Дневник здоровья».</p>	самодиагностика	обучающимися и родителями самодиагностика
Кто и как предохраняет нас от болезней	8	<p>Как организм защищает сам себя. Здоровый образ жизни. Элементы ЗОЖ. Здоровье и состояние окружающей среды. Медицина: официальная и народная. Сон. Гигиена сна. Значение сна для снятия стресса. Питание. Музыка и здоровье. Вредные привычки и здоровье. Движение. Гиподинамия. Закаливание. Как родители и учителя охраняют здоровье и жизнь детей, воспитывают у них потребность расти здоровыми. Какие есть лечебные заведения. Какие есть врачи, и какие болезни они лечат.</p>	<p>Пр.р. «Гимнастика для позвоночника», пр.р. Определение иммунитета по ногтям, волосам и коже», пр.р. «Найди пару», пр.р. «Узнай по описанию», конкурс рисунков «Профессия врача», пр.р. «Пути передачи инфекции», пр.р. «Болезни с грязных рук», пр.р. «Узнай по запаху», пр.р. «Волшебные точки (самомассаж для профилактики и лечения гриппа)»,</p>	Тест	Тестирование с проверкой педагогом



		<p>Защитные функции организма и как их укрепить. Детские болезни. Опасные инфекционные заболевания. Переносчики инфекции. Вакцины и их введение в организм. Реакции организма на прививки.</p>			
<p>Что у меня внутри?</p>	24	<p>Общее представление о строении своего организма. Понятие об внутренних и наружных органах. Системы органов, для чего они нужны. Какой орган самый главный? Строение и функции нервной системы. Гигиена умственного труда. Друзья и враги мозга. Органы чувств. Для чего глаза человеку. Строение глаза. Друзья и враги глаз. Ухо-орган слуха. Как устроено ухо человека. Как беречь уши.</p> <p>Для чего мы дышим Легкие и дыхательная система. Газообмен. Респираторные заболевания, их профилактика. Воздействие курения на дыхательную систему. Как устроено сердце. Стресс - главный враг сердца. Кровеносная система. Что такое кровь? Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Скелет. Строение скелета. Зачем нужны кости. Как человек движется. Правильная осанка.</p>	<p>Пр.р. «Как я устроен», пр.р. «Найди по описанию», пр.р. «Как я думаю», тест, творческая работа «Мой организм - мой дом», пр.р. «Как мы дышим», дыхательная гимнастика, пр.р. «Определение здоровья по дыхательной пробе», пр.р. «Строение сердца», пр.р. «Определение пульса», комплекс упражнений для кардионагрузки, пр.р. «Определение артериального давления», пр.р. «Остановка кровотечения», пр.р. «Проба Купера», пр.р. «Свойство зрачка», «Устройство глаз», психогимнастика, игра «Волшебный мешочек», гимнастика для глаз, пр.р. «Защита глаза», «Найди пару», комплекс упражнений для глаз, подвижная игра «Собери шишки» пр.р.</p>	<p>Викторина, тест, самодиагностика</p>	<p>Задания с ответом в виде файла, тестирование с проверкой педагогом, самодиагностика</p>

		<p>Растяжение мышц и связок. Переломы костей. Как укреплять свои кости и мышцы. Физические упражнения. Пища и питательные вещества. Устройство пищеварительной системы. Для чего нужны зубы. Как устроен зуб человека. Болезни зубов. Что бывает при потере зуба. Чем и как надо питаться, чтобы зубы оставались здоровыми. Как чистить зубы. Что такое здоровая пища. Как помочь желудку?</p> <p>Строение и функции кожи. От чего защищает кожа. Как устроена кожа человека. Травмы и заболевания кожи: ожоги, сыпь, воспаления, грибковые заболевания, клещи. Как следует поступать при травмах и заболеваниях кожи. Правила ухода за кожей. Витамины для кожи. Гигиена кожи.</p>	<p>«Зачем нам звуки», пр.р. «Определение остроты слуха», пр.р. самомассаж ушей, пр.р. «Узнай меня», игра «Угадай, чей голосок», игра «Волшебный мешочек», кроссворд, пр.р. «Зубной налет», пр.р. «Зубная эмаль», пр.р. «Правила чистки зубов», пр.р. «Спрятанный сахар», пр.р. «Собери пословицу, пр.р. «Дегустатор», пр.р. «Дорисуй улыбку», психогимнастика, зарисовка по сказкам, пр.р. «Молочный аукцион», пр.р. «Прочность костей», пр.р. «Зачем нам скелет», пр.р. «Где у нас мышцы», пр.р. «Мышцы сгибатели и разгибатели», пр.р. «Волосы и ногти – наша защита», пр.р. Определение состояния здоровья по коже», пр.р. Определение состояния здоровья по ногтям и волосам».</p>		
Питание и здоровье организма	4	<p>Зачем мы питаемся. Какие продукты наиболее полезны растущему организму. От чего зависит количество потребляемой пищи. Понятие о</p>	<p>Пр.р. «Сорока-ворона кашу варила», пр.р. Расщепление углеводов», пр.р. «Свари обед», пр.р. Дегустатор», игра «Волшебный</p>	Проектная деятельность	Проектная деятельность

		<p>рациональном питании. Вкусная и здоровая пища. Пищевые продукты и питательные вещества.</p> <p>Гигиена питания. «Опасные продукты». Обмен веществ. Витамины. Нормы питания. Диета. Голодание.</p> <p>Консерванты. Вес человека. Ожирение. Раздельное питание.</p>	<p>мешочек», игра «Заколдованные овощи»</p>		
<p>Движение и здоровье организма</p>	4	<p>Зачем человек движется.</p> <p>Гиподинамия. Спорт, игры, физкультура. Правильная осанка. Причины нарушения осанки. Виды осанки. Упражнения для формирования правильной осанки. Как укреплять свои кости и мышцы.</p>	<p>Пр.р. «Определение гибкости», пр.р. «Определение осанки», пр.р. «Определение плоскостопия», комплекс упражнений для осанки, подвижные игры.</p>	Игра	Фотоотчет
<p>Правила безопасного поведения</p>	20	<p>Беспорядок в доме (в комнате) - причина многих травм. Не бегай по мокрому полу. Не прикасайся мокрыми руками к электрическим приборам и проводам. Горькие и «вкусные» лекарства. Где хранить лекарства. Антибиотики. Реакции организма на прием лекарств. Аллергия на лекарства. Признаки отравления. Кишечные расстройства. Срок годности продуктов питания. Почему необходимо тщательно пережевывать пищу? Первая помощь при отравлении щелочными и кислотными ядами. Первая помощь при отравлениях недоброкачественно</p>	<p>Пр.р. «Собери аптечку», пр.р. «Определи лекарственное растение», исследовательская работа «Зеленая аптека», пр.р. «Оказание первой помощи при отравлении лекарствами», пр.р. «Оказание первой помощи при пищевом отравлении», пр.р. «Первая помощь при отравлениях угарным газом и дымом», пр.р. «Первая помощь при отравлении щелочными и кислотными ядами», пр.р. «Чем опасна улица», пр.р. «Первая помощь при ударе электрическим</p>	Тест	Тестирование с проверкой педагогом

		<p>й пищей. Первая помощь при отравлениях угарным газом и дымом. Правила дорожного движения. Сквозняки. Мокрые (переохлажденные) ноги. Как избежать простуды. Как вести себя на улице в гололед. Пожарная безопасность. Что такое электрический ток. Не купайся в реке, озере, море во время грозы. Не высовывайся в открытые окна. Не прыгай с большой высоты. Не ходи по высоким и узким карнизам. Не бегай в темноте. Не бегай с острыми предметами в руках. Как следует обращаться с острыми, режущими и колющими предметами. Переломы и вывихи костей, растяжения и разрывы связок. Что испытывает человек при травмах. Чем опасны домашние (или одичавшие) животные. Животные как переносчики болезней. Укусы животных. Правила обращения с животными. Опасны ли укусы насекомых. Как и чем следует обрабатывать место укуса насекомых. Укусы змей. Ядовитые и неядовитые змеи. Первая помощь при укусе ядовитой змеи. Что следует предпринять, если укусит собака, укусит или оцарапает кошка.</p>	<p>током». инсценировка «Виды травм», пр.р. «Как остановить кровоизлияние от ушиба и не дать образоваться шишке», пр.р. «Как остановить кровотечение из носа», пр.р. «Первая помощь при порезах и ссадинах», пр.р. «Первая помощь при переломах костей, травмах суставов и связок», пр.р. «Шины и способы их наложения», пр.р. «Перевозка (транспортировка) человека с переломом руки или ноги», викторина, пр.р. «Оказание первой помощи при укусах животных», пр.р. «Первая помощь при укусе змеи»</p>		
Как	4	Почему мы	Пр.р. «Одень	Проектная	Проектная

закаляться		простужаемся. Простейшие способы закаливания: обтирания и обливания, полоскание холодной водой носоглотки.	Машу, Сашу», игра пантомима «Вода для здоровья», пр.р. «Правила закаливания», кроссворд	деятельность	деятельность
Итоговое занятие.	2	подведение итогов обучения в виде игры «Путешествие в страну «Здоровый организм»», проведение итогового контроля в виде тестирования,		Игра-путешествие, тест	Тестирование с проверкой педагогом
<b>Итого</b>	<b>72</b>				

### **Материально-техническое обеспечение и требования техники безопасности в процессе реализации программы**

В процессе реализации программы используется оборудование для обучающихся в возрасте от 6-10 лет. Оборудование удовлетворяет основным требованиям техники безопасности и СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

<b>№п/п</b>	<b>Средства обучения</b>	<b>В наличии</b>
1	Наборы круп	6
2	Комплект муляжей овощей и фруктов	1
3	Напольные весы	1
4	Гербарий лекарственных растений	12
5	Рулетка или сантиметровая лента	3
6	Часы с секундомером.	1
7	Комплекты иллюстраций по темам «Питание», «Режим дня», «Зрение», «Скелет»	1
8	Фонендоскоп.	2
9	Аппарат для измерения артериального давления.	1
10	Резиновые мячи	4
11	Микроскопы	2
12	Карточки с логическими заданиями для каждого занятия	12
13	Компьютер, компьютерная программа «Power point», проектор	1
14	Принтер	1
15	Выход в Интернет	1

Общий *инструктаж по технике безопасности* обучающихся проводит ответственный за группу педагог не реже двух раз в год – в сентябре (вводный) и в январе (повторный). Данный инструктаж также проводится для обучающихся, пропустивших инструктаж по уважительной причине, - в день выхода на занятия; для обучающихся, поступивших в течение учебного года, – в первый день их занятий. Этот инструктаж включает в себя: информацию о режиме занятий, правилах поведения обучающихся во время занятий, во время перерывов в помещениях, на территории учреждения, инструктаж по пожарной безопасности, по электробезопасности, правила поведения в случае возникновения чрезвычайной ситуации, по правилам дорожно-транспортной безопасности и т.д.

Кроме этого в процессе реализации программы проводятся *целевые инструктажи* непосредственно перед каждым видом деятельности. Требования техники безопасности в процессе реализации программы «ПРО Организм» приведены в приложении 2.

### Кадровое обеспечение программы

Программу может реализовать педагог дополнительного образования 1 или высшей квалификационной категории, имеющий высокий уровень знаний и умений по биологии.

### Информационное обеспечение программы

1. Официальный сайт Инфоурок – курсы, тесты, видеолекции, материалы <https://infourok.ru/>
2. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <https://urok.1sept.ru/>
3. Сайт для учителей и воспитателей - Образовательный портал «Продленка» <https://www.prodlenka.org/>
4. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс» <http://www.openclass.ru/>
5. Сообщество взаимопомощи учителей «Педсовет» <http://pedsovet.su/>
6. [www.edu.ru/](http://www.edu.ru/) - "Российское образование" Федеральный портал.
7. [www.school.edu.ru/](http://www.school.edu.ru/) - "Российский общеобразовательный портал".
8. [www.school-collection.edu.ru/](http://www.school-collection.edu.ru/) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
9. [www.it-n.ru/](http://www.it-n.ru/) "Сеть творческих учителей"

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Для усиления воспитательного эффекта, формирования ценностей и развития личностных качеств обучающихся в рамках образовательной программы проводятся мероприятия профилактического, профориентационного, досугового характера, а также конкурсы художественной направленности.

Воспитательная работа осуществляется с Планом работы ОДО МАУ ЦДОДГИ на учебный год по следующим направлениям:

- Патриотическое и гражданское воспитание. Цель: воспитывать у детей гражданственность как интегрированного качества личности, заключающего в себе внутреннюю свободу и уважение к государственной власти, чувство собственного достоинства и дисциплинированность, культуру межнационального общения
- Воспитание культуры поведения. Цель: привитие культурных привычек поведения в общественных местах, профилактика детского дорожно-транспортного травматизма и т.д.
- Трудовое воспитание. Цель: привитие любви к труду и уважения к людям труда, формирование в процессе работы, учебы трудовых навыков и умений
- Работа с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации. Цель: способствовать адаптации детей к жизни в социуме, вовлечении в творческую среду детей, входящих в группу риска.
- Работа с одаренными детьми. Цель: целевое комплексное развитие специальных способностей одаренных детей.
- Воспитание здорового образа жизни. Цель: создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

### Календарный план воспитательной работы

Месяц	Мероприятия, организуемые для обучающихся и их родителей	Конкурсные мероприятия, соревнования различного уровня, воспитательные мероприятия
Сентябрь	- Организационное собрание в объединении. Знакомство детей с Правилами внутреннего	Беседа «Правила поведения на занятиях», игры на знакомство. Викторины «Веселый светофор», КВН «Азбука

	распорядка для обучающихся ОДО МАУ ЦДОДГИ. - Месячник дорожной безопасности	пешехода», «Своя игра» «Правила дорожного движения», беседа с инспектором ГИБДД, беседа «Безопасный велосипед», конкурсы рисунков по правилам дорожной безопасности.
Октябрь	- Мероприятия, беседы по формированию здорового образа жизни, профилактике вирусных инфекций, курения, алкоголизма и употребления ПАВ	Для ознакомления обучающихся с принципами здорового образа жизни проводятся беседа «Я выбираю здоровье», игра-путешествие «Страна здоровья», беседа «Что такое вредные привычки?», конкурс листовок и рисунков на тему ЗОЖ
Ноябрь	- Мероприятия, посвящённые Международному Дню толерантности.  - Мероприятия, посвящённые Дню Матери	Беседа «4 ноября – День согласия и примирения», «Что такое толерантность?»  Игровая программа «Мама – солнышко моё», конкурс рисунков «Моя мама», изготовление открыток и поделок в подарок мамам.
Декабрь	- Беседа «Государственные символы РФ: герб, флаг, гимн»  - Беседа «Мир равных возможностей», приуроченная ко Дню инвалида  - Новогодние мероприятия.  - Беседы по профилактике пожароопасных ситуаций в новогодние праздники и дорожно-транспортного травматизма в зимний период.	Показ презентации об истории возникновения и значении государственных символов  Рассказ о том, почему нужно помогать больным и слабым, кто такие инвалиды, показ презентаций и видеороликов, встреча со спортсменами – параолимпийцами. Игровая программа «Новогодний серпантин», изготовление новогодних елок, новогодних игрушек и елочных украшений на городской конкурс «Новогодняя елочка» и конкурс елочных украшений, так же для украшения ОДО МАУ ЦДОДГИ, участие в конкурсе рисунков «Символ года». Беседа «Основные меры по предупреждению пожароопасных ситуаций дома», «Спички детям не игрушка» по предупреждению пожаров по вине детей, «Признаки отравления угарным газом и меры профилактики отравления угарным газом». Беседа о правилах поведения на улице в гололед.
Январь	- Беседа «Все профессии нужны, все профессии важны»	Презентация, рассказ о разных профессиях, конкурс рисунков «Моя будущая профессия»
Февраль	Праздники февраля.	Игровая программа «Защитники отечества» с подвижными и занимательными заданиями, изготовление открыток к 23 февраля.
Март	- Беседа «Информационная безопасность»  - Беседа по профилактике экстремизма и радикализма в молодёжной среде.	Беседа знакомит с основными правилами общения в интернете, знакомит с правилами этикета. Беседа знакомит с понятиями «экстремизм» и «радикализм», с административной и уголовной ответственностью для несовершеннолетних за участие в несанкционированных протестных акциях и оказания сопротивления сотрудникам правоохранительных органов.
Апрель	Игра «День Земли»	Игра - квест, на разных станциях обучающие выполняют занимательные задания экологической и природоохранной тематики.
Май	- Мероприятия ко Дню победы	Конкурс песен военных лет, изготовление открыток для ветеранов, викторина «Великой Победе посвящается», просмотр военных

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Беседа «Детский телефон доверия»</li> <li>- Беседа «День отказа от курения»</li> <li>- Экскурсии по тропе «Туристёнок»</li> </ul>	<p>фильмов. Профилактика жестокого обращения с детьми, телефон доверия.</p> <p>Профилактика вредных привычек, чем можно заменить курение, просмотр видеофильма о вреде курения. Развитие ловкости и двигательной активности, соревнование по прохождению тропы на время, награждение победителей.</p>
Июнь-август	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Экскурсии «Зеленая аптека», «Лекарства с грядки», «Откуда берутся витамины».</li> <li>- мероприятие «День здоровья».</li> <li>- Квест «Страна Здоровья»</li> <li>- проведение бесед по профилактике вредных привычек и основных компонентах ЗОЖ.</li> <li>- проведения конкурса рисунков «Я выбираю здоровье!»</li> </ul>	<p>Знакомство с дикими и культурными представителями лекарственных растений, овощных растений учебно-опытного участка ОДО МАУ ЦДОДГИ, сбор овощей и лекарственных растений.</p> <p>Во время работы летнего оздоровительного лагеря проводятся разнообразные мероприятия, направленные на сохранение и развитие здоровья.</p>
В течение года	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проведение физминуток. Использование офтальмотренажёров.</li> <li>- Экскурсии по живому уголку и учебно-опытному участку ОДО МАУ ЦДОДГИ</li> </ul>	<p>Разнообразные физкультминутки и комплексы упражнений для глаз, осанки, снятия усталости. Экскурсии проводятся для ознакомления с животным и растительным миром родного края и снятия нервно-психического напряжения и стресса, сбора лекарственных растений и овощей.</p>



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Антропова М.В. Образование и здоровье школьников. Методические рекомендации для работников системы образования. М., 1988.
2. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М., изд. Центр «Вентана-граф». 2010.
3. Бабенкова Е.А. Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие. АСТ. Астрель. М., 2003.
4. Безруких М.М. Как помочь ребенку с ослабленным здоровьем преодолеть школьные трудности. М., 1994.
5. Брызгунов П. Беседы о здоровье школьников. М., Просвещение, 1992.
6. Васильева А. Самодиагностика. СПб., Невский пр., 2003.
7. Вернон. У Фостер. Новый старт. Пер с англ. Источник жизни. Заокский, 2000.
8. Гаркуша, Н.С. Современное понимание феномена «культуры здоровья» /Н.С. Гаркуша: ежемес. теорет. и науч. -метод. жур. // Среднее профессиональное образование. - 2006. - № 11. - С. 59-61.
9. Зайцев А.Г. Зайцев Г.К.Твое здоровье. Укрепление организма. Изд. Детство – пресс.-СПБ., 2002.
10. Захаров А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М., 2005.
11. Ковалько В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М., 2007 г. – / Мастерская учителя.
12. Кузнецов М.А. Рузников А.С. Сказания о лекарственных растениях.- М., Высшая школа 1992.
13. Коробкина В. У опасной черты. –М., Мысль, 1992.
14. Кокаева И. Ю. Растить ученика здоровым // Нач. шк., №7, 2003.
15. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В. Н. Кардашенко. – М., Просвещение, 1986.
16. Латохина Л. И. Творим здоровье для души и тела. – СПб., 1997.
17. Молодежникова Л.М. Рождественская О.С. Сотник В.Ф. Лесная косметика.- М., Экология, 1992.
18. Нетрадиционная медицина. Пер. с англ. Н. Лихачевой. -М., Терра – книжный клуб, 1998.
19. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007.
20. Потапчук А.А. Осанка и физическое здоровье детей. Санкт-Петербург, 2001.
21. Приходько Л.Б. Уроки для будущего. -Тюмень. 2001 г. изд. Вектор – бук.
22. Римский А, С. Римская практическая психология в тестах или как научиться понимать себя и других. М., 2002.
23. Ротенберг Д. Расту здоровым. М.:Физкультура и спорт, 1993.
24. Сад и огород. Советы садоводам любителям Ижевск, Алфавит, 1993.
25. Сапин М.Р. Анатомия человека. В 3 т. «Джангар» 1998.
26. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М., 2003.
27. Справочник– лечебник по народной и нетрадиционной медицине. Тула, Ариэль, 1993.
28. Синяков Алексей. Правильное питание – залог здоровья. М., эскимо – пресс, 2000.
29. Степанов Н. Познакомьтесь с собой. Психологические тесты. Эксмо-пресс 2000.
30. Сергеев Ф. Я познаю мир. Дет. Энциклопедия «Тайны человека» М., 000 издат. 2000.
31. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология и школьная гигиена. М. Медицина. 1992.
32. Чумаков Б.Н. Валеология Пед. об-во России М., 2000.
33. Шапошников А. 1000+1 совет семейного психотерапевта АСТ Олимп. 1999.
34. Щелчкова Л. А. Наша программа здоровье // Нач. шк., №10, 2000.
35. Эффективные методы фитотерапии НПП Сибэнергия 1991.
36. Я иду на урок биологии: Библиотека 1 сентября ред. Н.Г. Иванова Изд. 1 сент. 2000.
37. Яременко Л.Я. В.Б. Тарнисс Строителю о первой медицинской помощи. Строй издат., 1991.

**Примерная тематика проектных и исследовательских работ**

1. Мой режим дня.
2. Дневник здоровья.
3. Влияние физических упражнений на развитие осанки.
4. Влияние шума на здоровье.
5. Влияние компьютера на здоровье глаз.
6. Охрана зрения.
7. Зачем нужна гигиена.
8. Сегодняшние заботы медицины.
9. Зеленая аптека.
10. Все ли полезно, что в рот полезло.
11. Полезное меню.
12. Содержание витаминов во фруктах и овощах.
13. Польза и вред продуктов (сахара, соли, шоколада и т.л.)
14. Закаливание.
15. Развитие умственной работоспособности.
16. Вредные привычки.

**ИНСТРУКЦИИ  
по технике безопасности и охране труда**

**ИНСТРУКЦИЯ № 3  
по пожарной безопасности  
для обучающихся ОДО МАУ ЦДОДГИ  
ИОТ – 003 – 19**

*Для детей младшего школьного возраста*

1. Нельзя трогать спички и играть с ними.
2. Опасно играть с игрушками и сушить одежду около печи.
3. Недопустимо без разрешения взрослых включать эл. приборы и газовую плиту.
4. Нельзя разводить костры и играть около них.
5. Если увидел пожар, необходимо сообщить об этом родителям или другим взрослым.

*Для детей среднего и старшего школьного возраста*

1. Следите, чтобы со спичками не играли маленькие дети, убирайте их в недоступные для малышей места.
2. Не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные упаковки.
3. Не оставляйте электронагревательные приборы без присмотра. Не позволяйте малышам самостоятельно включать телевизор. Уходя из дома, отключайте электроприборы от сети.
4. Помните, что опасна не только бочка с бензином, но и пустая бочка из-под него или другой легковоспламеняющейся жидкости; зажженная спичка может привести к тяжелым ожогам и травмам.
5. Не разжигайте печь или костер с помощью легковоспламеняющейся жидкости (бензин, солярка).
6. Не оставляйте не затушенных костров.
7. Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух и сухую траву.
8. При обнаружении пожара сообщите взрослым и вызовите пожарных.

Инструкцию составил  
ответственный за пожарную безопасность \_\_\_\_\_ В.А. Мамонтов

**ИНСТРУКЦИЯ № 10  
по правилам поведения и действиям сотрудников ОДО МАУ ЦДОДГИ  
при угрозе или осуществлении террористического акта  
ИОТ-010-19**

При получении сообщения об угрозе террористического акта в зданиях ОДО МАУ ЦДОДГИ или при обнаружении в помещениях или на территории учреждения предмета, напоминающего взрывное устройство, необходимо:

1. Не подходить к предмету близко.
2. Организовать оповещение о возникшей опасности всех помещений здания.
3. Организовать охрану подозрительного предмета.
4. Не подпускать людей, не позволять им трогать, перемещать, прикасаться к подозрительному предмету.

5. Сообщить в милицию по телефону 02 или в Управление по делам ГО и ЧС (специалисту по делам ГО и ЧС территории), Департамент по социальным вопросам (**при сообщении не используйте мобильные телефоны**).

6. Организовать вывод людей из опасного места.

#### **Признаки, указывающие на наличие взрывного устройства**

1. Наличие на обнаруженном предмете проводов, веревок, изолянты.

2. Подозрительные звуки, щелчки, тиканье часов, издаваемые предметом.

3. От предмета исходит характерный запах миндаля или другой необычный запах.

#### **Если произошел взрыв:**

- не поддавайтесь панике;
- выходите, выводите людей с чрезвычайной осторожностью;
- не трогайте повреждённые конструкции и провода;
- для освещения не пользуйтесь открытым огнём;
- при задымлении защитите органы дыхания влажной тканью;
- по возможности помогите пострадавшим;
- окажите первую медицинскую помощь.

#### **Если Вас завалило обломками стен:**

- дышите глубоко и ровно, стуком и голосом привлекайте внимание людей;
- если вы находитесь глубоко под завалом, перемещайте влево - вправо любой металлический предмет для обнаружения вас металлоискателем;
- если пространство вокруг вас свободно, не зажигайте спички, свечи, берегите кислород;
- если есть возможность, укрепите потолок от обрушения с помощью подручных предметов и дожидайтесь помощи.

Управление по делам ГО и ЧС г. Ишима

### **ИНСТРУКЦИЯ № 14 по правилам дорожного движения ИОТ-014-19**

#### ***1. Правила следования организованных групп детей по улицам и дорогам:***

1.1. Дети должны следовать по правой стороне тротуара или пешеходной дорожки.

1.2. Если тротуар или пешеходная дорожка отсутствует, разрешается вести детей по левой обочине навстречу движения транспортных средств и только в светлое время суток.

1.3. Дети сопровождаются двумя взрослыми. Один взрослый идёт впереди колонны, второй — позади.

1.4. Каждый сопровождаемый должен иметь красный флажок.

1.5. Переходить улицу и дорогу группами детей разрешается только на перекрестках и в местах перехода. Руководитель группы поднятием флажка предупреждает водителей транспорта о переходе группы детей.

1.6. В случае смены сигнала светофора до окончания пересечения детьми проезжей части сопровождающие остаются на ней с детьми до разрешающих сигналов светофора.

#### ***2. Правила, необходимые при переходе улицы:***

2.1. Переходить улицу только в установленных местах на перекрестках и пешеходных переходах. Самое главное — обеспечить себе хороший обзор дороги справа и слева, а там где обзор плохой (стоят машины, деревья и прочие помехи), необходимо отойти подальше от преград, мешающих осмотреть дорогу.

2.2. Прежде, чем перейти дорогу, надо остановиться, посмотреть в обе стороны и, убедившись в безопасности, переходить дорогу под прямым углом, постоянно контролируя ситуацию. Лучше рассчитать путь так, чтобы перейти дорогу, не останавливаясь на середине, но, если попал в такую ситуацию, то лучше оставаться на

середине дороги и не делать шаг ни вперед, ни назад, чтобы водитель решил, как вас объехать.

2.3. Переходить дорогу только на зеленый сигнал светофора.

2.4. Переходя через пешеходный переход, надо помнить: зебра не дает пешеходу право перебегать дорогу, как вздумается. Надо сначала остановиться, убедиться, что транспорт пропускает тебя, дойти до середины дороги, придерживаясь правой стороны, убедиться, что встречный транспорт остановился, быстро завершить путь.

2.5. Переходя дорогу на перекрестке, надо быть предельно внимательным — на зеленый сигнал светофора разрешается поворот транспорта с главной дороги.

2.6. Дорожный знак «дети» не дает право пешеходу переходить улицу, где установлен этот знак, он только информирует водителей о возможности появления детей в районе детских учреждений.

### **3. Как обойти автобус или другое транспортное средство:**

3.1. Подождать пока автобус или другое транспортное средство отъедет на безопасное расстояние или переходить в другом месте, где дорога хорошо просматривается обе стороны.

### **4. Часто задаваемые вопросы**

#### **Как вести себя во дворе?**

- Выходя из подъезда, из школы надо быть внимательным. Играть подальше от дороги, там, где нет машин.

#### **Где пешеходу запрещено переходить дорогу?**

- В местах с плохим обзором проезжей части: перед мостом, крутым поворотом, в местах, где установлены запрещающие знаки для пешеходов.

#### **Что пешеходу поможет правильно ориентироваться в сложной обстановке дорожного движения?**

- Светофоры, дорожная разметка и дорожные знаки.

#### **Что самое опасное на дороге?**

- Стоящая машина - за ней может быть не видна другая, которая едет.

#### **Что обозначают сигналы светофора для пешехода?**

- Красный «движение запрещено»;

- Желтый «Внимание, движение еще запрещено»;

- Зеленый «движение разрешено, если машины остановились».

**Ребята, не подражайте пешеходам, нарушающим правила дорожного движения!**

Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_ Т.А. Амбарцумова

## **ИНСТРУКЦИЯ № 15 по правилам дорожного движения «Особенности дорожного движения и поведение детей в зимний период». ИОТ-015-14**

### **I. Вступительное слово:**

#### Какие опасности подстерегают зимой?

Их много. Но самое главное — это образование колеи и сужение дороги из-за неубранного обычно снега у края проезжей части, а также значительное снижение сцепных качеств колеса с дорогой. Вероятность оказаться в аварии зимой в 3-4 раза выше, чем летом. Снежный накат или гололед — серьезное препятствие для транспорта, повышается вероятность «юза» и, самое главное, непредсказуемо увеличивается тормозной путь.

## **II. Основные правила.**

- 2.1. При движении по зимней дороге должна быть умеренная скорость осторожность в выполнении маневров, соблюдение безопасных боковых интервалов с другими транспортными средствами, отказ от резких торможений.
- 2.2. Основное правило для пешеходов в условиях гололеда – осторожность и еще раз осторожность, нельзя спешить при переходе улицы.
- 2.3. Передвижение пешехода в темное время суток запрещается по обочинам дорог, переход в слабо и в неосвещенных участках дороги, т.к. создается опасность наезда на пешехода.
- 2.4. Нельзя пешеходу находиться на бордюре, краю остановочной площадки, т.к. нога может соскользнуть на проезжую часть, и можно попасть под колеса движущемуся транспорту.

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_ Т.А. Амбарцумова

### **ИНСТРУКЦИЯ № 49 по охране труда и технике безопасности при работе с бумагой ИОТ-049-19**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К самостоятельной работе с бумагой допускаются лица в возрасте не моложе 16 лет, прошедшие соответствующую подготовку, инструктаж по охране труда. К работе с бумагой под руководством педагога допускаются обучающиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. Обучающиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий.

1.3. При работе с бумагой возможно травмирование рук при неаккуратном обращении с ножницами.

1.4. При работе с бумагой должна использоваться спецодежда.

1.5. В помещении для работы с бумагой должна быть медицинская аптечка.

1.6. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. В помещении для работы с бумагой должен быть огнетушитель.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу, который сообщает об этом администрации учреждения

1.8. В процессе работы соблюдать правила ношения спецодежды, содержать в чистоте рабочее место.

1.9. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

#### **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Надеть спецодежду.

2.2. Подготовить рабочее место к работе, убрать все лишнее.

#### **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. Ножницы хранить в определенном месте, класть их сомкнутыми острыми концами от себя, передавать друг другу только в закрытом виде ручками вперед.

- 3.2. Не наклоняться близко к ножницам.
- 3.3. Не держать пальцы рук около линии резания.
- 3.4. Не оставлять ножницы в раскрытом виде.
- 3.5. Не держать ножницы концами вверх.
- 3.6. Не резать ножницами на ходу.
- 3.7. При прокалывании отверстий применять шило, его рабочая часть должна быть прочно закреплена в ручке.
- 3.8. Необходимо работать шилом на дощечке или фанере.
- 3.9. Надрезая плотную бумагу или картон, держать нож правой рукой только за ручку и без сильного напряжения.
- 3.10. Пальцы левой руки, придерживая линейку, не должны выступать со стороны линии надреза.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

#### **5. Требования безопасности по окончании работы**

- 5.1. Проверить наличие рабочего инструмента и привести в порядок рабочее место.
- 5.2. Провести влажную уборку помещения и его проветривание.
- 5.3. Снять спецодежду и тщательно вымыть руки с мылом.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 64 по охране труда при проведении экскурсий по биологии ИОТ-064-19**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К участию в экскурсиях по биологии допускаются обучающиеся с 6-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении экскурсии по биологии возможно воздействие на обучающихся следующих опасных и вредных факторов:

- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;
- укусы ядовитыми животными и пресмыкающимися (змеи, паукообразные, многоногие и пр.);
- заражение инфекционными болезнями при укусе их переносчиками (грызуны, клещи, насекомые и пр.);
- отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из открытых непроверенных водоемов.

1.3. При проведении экскурсии по биологии обязательно иметь аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.4. Обучающиеся обязаны во время экскурсии по биологии соблюдать правила пожарной безопасности, не разводить костры и не пользоваться открытым огнем в лесу.

1.5. При проведении экскурсии по биологии группу обучающихся должны сопровождать двое взрослых.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить руководителю экскурсии, которому оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить администрации учреждения.

1.7. Во время экскурсии по биологии обучающиеся должны соблюдать правила поведения, не нарушать установленный порядок проведения экскурсии, соблюдать правила личной гигиены.

1.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования безопасности перед проведением экскурсии**

2.1. Перед проведением экскурсии по биологии ее руководитель обязан тщательно обследовать тот участок местности, куда будут выведены обучающиеся, выбирая места, где отсутствуют опасности для детей, а таким безопасные маршруты передвижения.

2.2. Ознакомиться по плакатам с местными ядовитыми и опасными животными, пресмыкающимися, насекомыми, растениями, плодами и грибами.

2.3. Надеть соответствующую сезону и погоде одежду и обувь. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или чулки. Чтобы избежать натирания ног обувь должна быть подобрана по размеру.

2.4. Убедиться в наличии аптечки и ее укомплектованности необходимыми медикаментами и перевязочными средствами.

## **3. Требования безопасности во время экскурсии**

3.1. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком во избежание травм и укусов пресмыкающимися и насекомыми.

3.2. При изучении флоры и фауны водоема избегать глубоких мест, не входить в воду. Для ознакомления с живыми объектами водоема использовать сачки на длинных ручках. Использование лодок или мостков не разрешается.

3.3. Во избежание лесных пожаров и ожогов не разводить костры.

3.4. Запрещается использовать ядовитые вещества (хлороформ, серный эфир и др.) для заморивания насекомых.

3.5. Во избежание отравлений не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы.

3.6. Во избежание укусов и травм не трогать руками ядовитых и опасных пресмыкающихся, животных, насекомых, растений и грибов, а также колючих кустарников и растений.

3.7. Не выкапывать растения из грунта незащищенными руками, им пользоваться для этой цели лопатки, рыхлители и др.

3.8. Во избежание заражения желудочно-кишечными болезнями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, для этого использовать воду из фляжки, которую необходимо брать с собой.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

## **5. Требования безопасности по окончании экскурсии**

5.1. Проверить по списку наличие всех обучающихся.

5.2. Сдать руководителю экскурсии инвентарь и собранные образцы.

5.3. Тщательно вымыть руки с мылом.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 65 по охране труда при проведении лабораторных**



## **и практических работ по биологии ИОТ-065-19**

### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К проведению лабораторных и практических работ по биологии допускаются обучающиеся с 6-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Обучающиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При проведении лабораторных и практических работ по биологии возможно воздействие на обучающихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

- химические ожоги при работе с химреактивами;
- термические ожоги при неаккуратном пользовании спиртовками;
- порезы и уколы рук при небрежном обращении с лабораторной посудой, режущим и колющим инструментом.

1.4. Кабинет биологии должен быть укомплектован медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств в соответствии с Приложением 5 Правил для оказания первой помощи при травмах.

1.5. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет биологии должен быть оснащен первичными средствами пожаротушения: огнетушителями химическим пенным и углекислотным, ящиком с песком.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу, который сообщает администрации учреждения. При неисправности оборудования, приспособлений и инструмента прекратить работу и сообщить об этом педагогу.

1.7. В процессе работы обучающиеся должны соблюдать порядок проведения лабораторных и практических работ, правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

### **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Внимательно изучить содержание и порядок выполнения работы, также безопасные приемы ее выполнения.

2.2. Подготовить к работе рабочее место, убрать посторонние предметы.

2.3. Проверить исправность оборудования, инструмента, целостности лабораторной посуды.

### **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. Точно выполнять все указания педагога при проведении работы, без его разрешения не выполнять самостоятельно никаких работ.

3.2. При использовании режущих и колющих инструментов (скальпы лей, ножниц, препаровальных игл и др.) брать их только за ручки, не направлять их заостренные части на себя и на своих товарищей, класть их на рабочее место заостренными концами от себя.

3.3. При работе со спиртовкой беречь одежду и волосы от воспламенения, не зажигать одну спиртовку от другой, не извлекать из горячей спиртовки горелку с фитилем, не задувать пламя спиртовки ртом, а гасить его, накрывая специальным колпачком.

3.4. При нагревании жидкости в пробирке или колбе использовать специальные держатели (штативы), отверстие пробирки или горлышко колбы не направлять на себя и на своих товарищей, не наклоняться над сосудами и не заглядывать в них.

3.5. Соблюдать осторожность при обращении с лабораторной посудой и приборами из стекла, не бросать, не ронять и не ударять их.

3.6. Изготавливая препараты для рассматривания их под микроскопом, осторожно брать покровное стекло большим и указательным пальцами за края и аккуратно опускать на предметное стекло, чтобы оно свободно легло на препарат.

3.7. При использовании растворов кислот и щелочей, наливать их только в посуду из стекла, не допускать попадания их на кожу, глаза и одежду.

3.8. При работе с твердыми химреактивами не брать их незащищенными руками, ни в коем случае не пробовать на вкус, набирать для опыта специальными ложечками (не металлическими).

3.9. Во избежание отравлений и аллергических реакций, не нюхать растения и грибы, не пробовать их на вкус.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При разливе легковоспламеняющихся жидкостей или органических веществ немедленно погасить открытый огонь спиртовки и сообщить об этом педагогу, не убирать самостоятельно разлитые вещества.

4.2. В случае, если разбилась лабораторная посуда или приборы из стекла, не собирать их осколки незащищенными руками, а использовать для этой цели щетку и совок.

4.3. При получении травмы сообщить об этом педагогу, которому оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Привести в порядок рабочее место, сдать педагогу оборудование, приборы, инструменты, препараты, химреактивы.

5.2. Отработанные водные растворы реактивов не сливать в канализацию, а в закрывающийся стеклянный сосуд вместимостью не менее 3 л с крышкой для их последующего уничтожения.

5.3. Проветрить помещение кабинета и тщательно вымыть руки с мылом.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 66 по охране труда при работе в кабинете биологии ИОТ-066-19**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К работе в кабинете биологии допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Лица, допущенные к работе в кабинете биологии, должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе в кабинете биологии возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:

- химические ожоги при попадании на кожу или в глаза растворов кислот, щелочей и других едких веществ;
- термические ожоги при неаккуратном пользовании спиртовками;
- порезы рук при небрежном обращении с лабораторной посудой, режущим и колющим инструментом;
- отравления ядовитыми растениями и ядовитыми веществами грибов.

1.4. Кабинет биологии должен быть укомплектован медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств в соответствии с Приложением 5 Правил для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При работе в кабинете биологии соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет биологии должен быть оснащен первичными средствами пожаротушения: огнетушителем пенным и углекислотным, ящиком с песком.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации учреждения. При неисправности оборудования, приспособлений и инструмента прекратить работу и сообщить администрации учреждения.

1.7. В процессе работы соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Подготовить к работе необходимое оборудование, инструменты, препараты, проверить их исправность, целостность лабораторной посуды и приборов из стекла.

2.2. Тщательно проветрить помещение кабинета биологии.

## **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. Пребывание учащихся в помещении кабинета биологии и в лаборантской допускается только в присутствии учителя (преподавателя) биологии.

3.2. Обеспечить безопасное состояние рабочих мест для учащихся, приборов, оборудования, инструментов, хранение химреактивов.

3.3. Стеклопосуда, колющие и режущие инструменты, химреактивы должны храниться в лаборантской в закрывающихся на замки шкафах с глухими створками без стекол.

3.4. В кабинете на видном месте должны быть вывешены инструкции по охране труда для учащихся при выполнении лабораторных и практических работ, при работе на учебно-опытном участке и при проведении экскурсий по биологии.

3.5. В кабинете не должно быть растений, содержащих ядовитые вещества (олеандр, молочай и др.), а также колючих растений.

3.6. Запрещается иметь и использовать в работе электронагревательные приборы с открытой спиралью.

3.7. При работе с лабораторной посудой, приборами из стекла соблюдать осторожность, не нажимать сильно пальцами на хрупкие стенки пробирок, колб. Брать предметные и покровные стекла за края легко во избежание порезов пальцев.

3.8. При работе с твердыми химреактивами набирать их из баночек специальными пластмассовыми или фарфоровыми ложечками, не допускать попадания растворов кислот и щелочей на кожу, в глаза и на одежду.

3.9. Не сливать отработанные растворы химреактивов в канализацию. Использовать для их сбора стеклянную тару с крышкой вместимостью не менее 3 л.

3.10. Не мыть лабораторную посуду с мылом, так как она становится скользкой и ее легко уронить и разбить.

3.11. Запрещается использование в кабинете инсектицидов для борьбы с насекомыми-вредителями комнатных растений.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При разливе легковоспламеняющейся жидкости и ее воспламенении эвакуировать учащихся из кабинета биологии, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.2. В случае, если разбилась лабораторная посуда или приборы из стекла, не собирать их осколки незащищенными руками, а использовать для этой цели щетку и совок.

4.3. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему и сообщить администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Привести в порядок рабочее место, убрать в лаборантскую в шкафы оборудование, приборы, инструменты, препараты, химреактивы.

5.2. Отработанные водные растворы реактивов слить в закрывающийся стеклянный сосуд вместимостью не менее 3 л. с крышкой для их последующего уничтожения.

5.3. Проветрить помещение и тщательно вымыть руки с мылом.

