

Муниципальное автономное общеобразовательного
учреждение г. Хабаровска «Средняя школа № 40» имени
Маршала Советского Союза Жукова Георгия
Константиновича

Программа принята
педагогическим советом
школы
протокол № от .09.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «СШ № 40» Г. К. Жукова
М.Д.Сунозов



ПРОГРАММА

кружка «36,6»

в пришкольном оздоровительном лагере

«ОСТРОВ удивительных открытий»

(краткосрочная)

(срок реализации 2024-2025)

Выполнила:

заместитель директора по ВР

Овчинникова Л.В.

учитель начальных классов

Сухарева Л.Б.

Хабаровск 2024

Содержание

Пояснительная записка

Цели и задачи работы кружка «36,6»

Формы и методы работы кружка «36,6»

Планируемые результаты работы кружка «36,6»

Список использованной литературы и источников

Приложение № 1-1 смена лето 2025.

Приложение № 2- 2 смена лето 2025

Пояснительная записка

Здоровье детей – будущее страны!

В период детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. Основная направленность программы «36,6» - сохранение и укрепление здоровья детей.

Исследования, проведенные НИИ гигиены и охраны здоровья детей, научным центром здоровья детей, академией медицинских наук, показывают, что состояние здоровья детей России за последнее время резко ухудшилось, а число здоровых дошкольников составляет всего около 10%. Поэтому сохранение и укрепление здоровья школьников – одна из актуальнейших проблем нашего времени.

На состояние здоровья наших детей оказывает существенное влияние неблагоприятные социальные факторы, экологические, климатические условия, а именно:

- наследственность;
- неблагоприятная экологическая обстановка;
- электронно-лучевое и «метало -звук», облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, постоянно звучащая громкая музыка) ;
- образ жизни (который оказывает наибольшее влияние на состояние здоровья) .

Программа кружка рассчитана для детей начальной школы (6-9 лет), основной целью которой является формирование у школьников представлений о здоровье, здоровом образе жизни, умений и навыков здорового образа жизни и установок на заботу о своем здоровье.

Основными средствами обучения детей является игра, наблюдение, беседы, экспериментирование, развлечения, практическая деятельность.

Занятия с детьми проходят в детском оздоровительном лагере, 2 раза в неделю, продолжительность до 30 минут.

Актуальность программы.

Пропаганда здорового и безопасного образа жизни среди подрастающего поколения в настоящее время выходит на первый план. Любовь к физическим занятиям, оздоровительным процедурам, закаливанию, безопасному поведению должна прививаться ребенку с детства, именно поэтому педагог должен тщательно анализировать свою работу, придумывать новые способы мотивации детей к занятиям, которые будут вызывать у школьников чувства радости и интерес к ведению здорового образа жизни и физической активности. При этом занятия, праздники и детские развлечения, которым посвящена работа кружка «36,6», не должны вызывать у детей негативных эмоций и усталости. А знания, полученные на занятиях и в непосредственной образовательной деятельности, должны откладываться в памяти ребенка.

Цель. Приобщать к здоровому образу жизни, заботе о своем здоровье, правильного питания и укрепление организма.

Задачи.

1. Дать детям достаточно ясное представление об опасностях и вредных факторах в чрезвычайных ситуациях, подстерегающих ребенка в современном мире.
2. Научить детей правильно оценивать опасность и избегать ее, используя сюжеты и действия героев художественной литературы.
3. Помочь детям в игровой форме развивать навыки по защите жизни и здоровья, уходу за своим организмом. Сформировать у ребенка навыки разумного поведения, научить адекватно вести себя в опасных ситуациях дома и на улице, в городском транспорте, при общении с незнакомыми людьми, взаимодействии с пожароопасными и другими предметами, животными и ядовитыми растениями.
4. Способствовать становлению основ экологической культуры;
5. Обучить детей основам социального поведения, научить высказывать свое мнение, открыто выражать свои мысли. Пропагандировать уважительного отношения к себе и окружающим.

Формы работы.

Кружок «36,6» имеет следующие формы работы:

- занятия;
- досуги;
- развлечения;
- игры;
- праздники, индивидуально проводимые с детьми, и совместные с участием родителей.

Методы работы.

Наглядный метод

Словесные методы

Практические методы

Дидактические игры

Пальчиковая гимнастика

Подвижные и малоподвижные игры

Познавательные игры

Музыкальное сопровождение

Дыхательная гимнастика

Игры на развитие слухового внимания

Игровые упражнения для профилактики нарушения зрения

Условия реализации программы и ресурсное обеспечение.

Реализация программы кружка предполагает наличие группы , спортивного зала и кружковых помещений.

Ресурсное обеспечение программы.

Технические средства обучения (аудиотехника, музыкальные диски для проведения разминки, подвижных игр, релаксации, ИКТ);

наглядный материал;

-информационное обеспечение (библиотека книг с играми и упражнениями по оздоровлению детей);

-спортивное оборудование и инвентарь.

Критерии педагогической оценки.

Понимает, что именно может быть опасно в общении с другими людьми, знает правило общения с незнакомыми людьми.

Знает действия при возникновении опасностей.

Знает правила экологического поведения в природе, понимает, что в природе все взаимосвязано, «человек – друг природы».

Имеет элементарные представления о строении человеческого организма, знает какие функции, выполняют органы слуха, дыхания, обоняния, кровообращения.

Знает правила пожарной безопасности.

Обучен, правилам правильного питания, знает о пользе витаминов.

Знает об опасностях, которые могут встретить на дороге. Понимает об опасности травматизма.

Понимает ценность своего здоровья, знает как его сохранить и укрепить. Обладает техниками самомассажа.

Осознает, что здоровье человека зависит от хорошего настроения, хороших отношений между людьми, позитивных мыслей. Знает правила общения с окружающими.

Ожидаемые результаты, после работы кружка «36,6».

Появление у детей интереса к собственному здоровью.

Стремление детей укрепить свое здоровье, используя приобретенные знания и умения.

Освоение навыков здоровьесохраняющего поведения.

Владение элементарными знаниями о строении функциях организма человека.

Повышение уровня адаптации к современным условиям жизни, овладение навыками самооздоровления.

Совместное оформление ребенком, педагогом, родителями выставок, фотовыставок.

Снижение уровня заболеваемости.

Повышение уровня физической подготовленности.

Сформировать осознанную потребность в ведении здорового образа жизни.

Благотворное влияние на развитие речи, расширение кругозора, физических и нравственных качеств, сохранение и укрепление здоровья.

Литература:

Алябьева Е.А. Психогимнастика .-М.,2003.

Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии.,2008.

Галанов А.С. Игры, которые лечат.-М.,2009.

Доскин В.А. Растем здоровыми.-М.,2003.

Кузнецова М.Н. Оздоровление школьников часть 2-М.,2008.

Останко Л.В. Оздоровительная гимнастика для детей с ограниченными возможностями здоровья.-СПз.,2010.

Останко Л.В. Развивающая гимнастика для дошкольников.-СПб.,2006.

Потапчук А.А. Гимнастика и массаж для малышей 3-7 лет.-СПб.,2009.

Проценко Т.А. Оздоровляющие игры для детей младшего школьного возраста. - М.,2009.

Приложение №1

План работы кружка «36,6»

1 смена; лето 2025

(вторник, четверг)

№пп	Тема	Задачи	Дата
1.	Открытие кружка «Здоровячок» «Добрые и верные друзья здоровья»	1. Каких друзей нашего здоровья ты знаешь? Расскажи о них. 2. Какие водные процедуры ты делаешь по утрам? 3. Делаешь ли ты ежедневно утреннюю зарядку? Чем она полезна? 4. Почему грязнули и неряхи часто болеют? 5. Соблюдаешь ли ты режим дня? Чем он тебе помогает? 6. Что дарит нам движение? 7. Какие подвижные игры тебе нравятся? 8. Почему полезно ходить на прогулку в лес или парк?	03.06.2025
2.	«Режим дня - друг нашего здоровья» «На зарядку – становись!»	Сформировать представление о режиме дня, умения отличать поведение способствующее укреплению здоровья, от поведения, вредного для здоровья. Убедить в необходимости соблюдать режим дня для сохранения здоровья. Учить соотносить разные части суток с собственной деятельностью Уточнить, какую пользу приносит утренняя зарядка	05.06.2025
3.	Закаливание	Уделить особое внимание закаливанию организма. Учить детей вести здоровый образ жизни. Закреплять знания детей для чего ежедневно нужно делать зарядку,	10.06.2025

		умываться прохладной водой, соблюдать чистоту тела и режим дня.	
4.	«Не боимся мы дождей и, конечно, хмурых дней»	<p>Уделить особое внимание закаливанию организма.</p> <p>Учить детей вести здоровый образ жизни.</p> <p>Закрепить знания для чего ежедневно нужно делать зарядку,</p> <p>умываться прохладной водой, соблюдать чистоту и режим дня</p>	17.06.2025
5.	«Сделай компьютер своим другом»	<p>1. Ознакомить детей с вредными последствиями компьютерных игр, донести представление о компьютере.</p> <p>2. Способствовать становлению интереса детей к правильному использованию компьютера;</p> <p>3. Дать представления о человеке, об особенностях здоровья и условиях его сохранения;</p> <p>4. развивать умения видеть положительные и негативные стороны в работе с компьютером;</p> <p>5. Развивать навыки участия в дискуссии;</p> <p>6. Воспитывать желание разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья;</p>	19.06.2025
6.	Беседа с детьми о правилах безопасности.	<p>Вспомнить правила пожарной безопасности.</p> <p>Закрепить знания о причинах возникновения пожара и правилах поведения при его возникновении.</p> <p>Воспитывать в детях уверенность в своих силах и умение ориентироваться в проблемных ситуациях.</p> <p>Развивать осмотрительность и осторожность.</p>	24.06.2025

Программа кружка в детском оздоровительном лагере «**36,6**»
при МАОУ «СШ № 40» им. Г.К. Жукова (срок реализации 2024/25)

Приложение № 2

План работы кружка «36,6»

2 смена; лето 2025

(вторник, четверг)

№пп	Тема	Задачи	Дата
1.	Чистота-залог здоровья!	Цель: формирование культурно- гигиенических навыков у детей. Задачи: <ul style="list-style-type: none">• Расширить знания детей о культурно-гигиенических навыках;• Дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья;• Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью;• Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически, за чистотой ногтей, умение самостоятельно чистить зубы.	01.07.2025
2.	Опасные и вредные насекомые для здоровья	Дать знание о правилах поведения при встрече с разными насекомыми.	03.07.2025
3.	Влажная уборка	Дать детям знания о значимости проведения влажной уборки дома.	08.07.2025
4.	Полезные и вредные привычки Игры «Полезные и вредные привычки»	Учить детей отличать вредные и полезные привычки. Формировать сознательный отказ от вредных привычек. Закреплять умение объяснять смысл поговорок. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.	10.07.2025

		Углубить знания детей о полезных и вредных привычках; воспитывать отрицательное отношение к вредным привычкам, желание вести здоровый образ жизни.	
5.	Беседы с детьми: «Как правильно вести себя за столом», «Правила здорового питания»	<p>1. Сформировать представление о правилах поведения за столом во время еды, необходимости соблюдения этих правил, как проявление уровня культуры человека.</p> <p>2. Расширить представление детей о предметах сервировки стола (столовых приборах и столовой посуде), правилах сервировки праздничного стола.</p> <p>3. Обогащать словарный запас через разъяснение лексического значения слов.</p> <p>4. Формировать коммуникативные умения через групповую работу.</p> <p>5. Развивать навыки итогового контроля через проведение проверки результатов самостоятельной работы.</p> <p>6. Развитие мыслительных операций (анализ, синтез, сравнение, обобщение) через разрешение проблемной ситуации.</p> <p>7. Развивать познавательную мотивацию детей через использование частично-поискового метода.</p>	15.07.2025
6.	«Магазин полезных продуктов» «Вежливый магазин»	<p>Развивать навыки здорового питания. Воспитывать умение правильно выбирать продукты для здорового питания.</p> <p>Развивать навыки здорового питания. Воспитывать у детей умение различать признаки и качества предмета, развивать наблюдательность.</p>	17.07.2025
7.	«Лето красное - для здоровья время прекрасное!»	<p>Познакомить детей с разнообразием закалывающих процедур летом и их значением для здоровья человека.</p> <p>Воспитывать интерес к окружающему миру.</p> <p>Развивать навыки - умение внимательно слушать и правильно выполнять задания, воспитывать</p>	17.07.2025 (резерв)

		усидчивость и терпеливость.	
--	--	-----------------------------	--