МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ

СУМСЬКОЇ ОБЛДЕРЖАДМІНІСТРАЦІЇ

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД СУМСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ –

ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ТА РОБОТИ З ТАЛАНОВИТОЮ МОЛОДДЮ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПОГОДЖЕНО  Протокол засідання вченої ради  Сумського обласного інституту  післядипломної педагогічної освіти  від 29.08.2022 № 7 |  | ЗАТВЕРДЖЕНО  Наказ Департаменту освіти і  науки Сумської обласної державної  адміністрації  від 05.09.2022 № 206-ОД |

Навчальна програма з позашкільної освіти

гуманітарно-оздоровчого напряму

**Абетка безпеки**

1 рік навчання

м. Суми, 2022

**Автор:**

Перетятько Кристина Борисівна – керівник гуртка комунального закладу   
Сумської обласної ради – обласного центру позашкільної освіти та   
роботи з талановитою молоддю.

**Рецензенти:**

Тихенко Лариса Володимирівна- кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики змісту освіти Сумського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти.

Сьома Світлана Олексіївна – методист комунального закладу   
Сумської обласної ради – обласного центру позашкільної освіти та   
роботи з талановитою молоддю, кандидат педагогічних наук.

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Формування відповідального ставлення до власного здоров’я, мотивації на здоровий спосіб життя є актуальними завданнями діяльності закладів позашкільної освіти. Зміст освітньої роботи в гуртках, інших творчих об’єднаннях передбачає впровадження педагогічнихтехнологій, що забезпечують не лише розвиток пізнавальної активності та творчих здібностей здобувачів освіти, а й формування в них здоров’язбережувальних компетентнстей – організації їхньої діяльності з дотримання компонентів здорового способу життя: режиму дня, раціонального харчування, рухової активності, чергування праці й відпочинку, загартування.

Навчальну програму «Абетка здоров’я» розроблено з урахуванням положень Законів України «Про освіту», «Про позашкільну освіту», Положення про позашкільний навчальний заклад. У програмі визначено вимоги, зміст, рівень, обсяг знань, умінь і навичок відповідно до Базового компоненту дошкільної освіти (нова редакція), затвердженого наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 22.05.2012. № 615.

Програма ґрунтується на принципах гуманізації, узгодження колективних та індивідуальних форм і методів роботи з дітьми, забезпечення умов для формування творчої особистості, інтеграції, системності, комплексності.

Навчальну програму «Абетка здоров’я» побудовано відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 22. 07. 2008 № 676. «Про типові навчальні плани для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи Міністерства освіти і науки України».

Особливістю програми є спрямованість на біологізацію її змісту, використання в роботі інтерактивних форм навчально-творчої взаємодії педагога і гуртківця, методів терапії піском, арт-терапії, психогімнастики.

Важливим психолого-педагогічним аспектом навчання дітей молодшого шкільного віку основам здорового способу життя є пріоритетність ігрових методів, саме тому програмою передбачено використання іграшки Здоров’ятка, що сприяє формуванню позитивної мотивації дітей до занять і ефективності освітнього процесу.

*Метою* програми є формування у гуртківців життєвих компетенцій засобами позашкільної STEAM-освіти.

Основні *завдання* програми полягають у формуванні у вихованців гуртка таких компетентностей:

* *пізнавальної:* формування уявлень про важливість здоров’я, основні його показники та способи зміцнення;
* *практичної*: володіння елементарними навичками особистої гігієни; правилами безпечної поведінки, орієнтація в основних емоціях і почуттях, запобігання захворюванням;
* *творчої*: формування творчої активності в процесі навчальної діяльності;
* *соціальної*: дотримання правил безпеки життєдіяльності.

Навчальна програма початкового рівня передбачає 1 рік навчання (36 год, 1 год на тиждень) та спрямована на дітей молодшого шкільного віку. Кількість дітей у гуртку – до 15 осіб.

Форми навчання: ігри, бесіди, робота з дидактичним матеріалом, вправи, фізкультхвилинки.

Програмою «Абетка здоров’я» передбачено змішану форму навчання, що поєднує очну й дистанційну освіту. У змісті розділів подано орієнтовний перелік освітніх інтернет-ресурсів й платформ для використання в освітньому процесі.

Контроль за рівнем сформованості відповідних вікових здоров’язбережувальних компетентностей гуртківців здійснюється в процесі безпосередньої взаємодії, під час виконання підсумкових завдань.

**Навчально-тематичний план,**

**початковий рівень**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Розділ, тема | Кількість годин | | |
| теоретичних | практичних | усього |
| 1. | Вступ | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 2. | Людина | 3 | 3 | 6 |
| 3. | Безпека життєдіяльності | 2 | 5 | 7 |
| 4. | Здоров’я людини | 2 | 4 | 6 |
| 5.  . | Надзвичайні ситуації. Алгоритм дій | 2 | 2 | 4 |
| 6.  .. | Гігієна. Загартування | 2 | 3 | 5 |
| 7. | Емоції та почуття | 2 | 4 | 6 |
| 8. | Підсумок | 0,5 | 0,5 | 1 |
|  | Разом | 14 | 22 | 36 |

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (1год)

Ознайомлення із завданнями гуртка. Правила поведінки під час занять. Знайомство зі Здоров’ятком. Виконання творчого завдання «Разом зі Здоров’ятком». Інформаційне повідомлення «Здоров’я – це важливо». Робота із Google-формою.

1. **Людина** (6 год)

*Теоретична частина.* Людина. Будова тіла (частини тіла та основні органи, їхні елементарні функціональні можливості). Статева належність. Етапи життєвого шляху людини (дитинство, юність, зрілість, старість).

*Практична частина.* Вправи на визначення частин тіла людини та їх функцій. Ігри для формування уявлень про етапи життєвого шляху людини. Слухання та обговорення пригод Здоров’ятка. Прислів’я та загадки про людину. Творча робота «Автопортрет «Ось який(а) Я!». Перегляд відео на Youtube.

1. **Безпека життєдіяльності** (7 год)

*Теоретична частина.* Безпечне, небезпечне. Правила безпечного перебування вдома, на вулиці, у природі. Поведінка з незнайомими людьми. Правила поведінки з незнайомими предметами. Алгоритм дій. Правила дорожнього руху. Служба допомоги (пожежна, медична, міліція).

*Практична частина.* Ігри та вправи для формування у вихованців умінь дотримання правил безпеки життєдіяльності. Дидактичні ігри «Безпечне і небезпечне», «Один удома», «Сам собі допоможи». Обговорення пригод Здоров’ятка. Робота на інтерактивній онлайн-дошці «Padlet».

1. **Здоров’я людини** (6 год)

*Теоретична частина.* Основні показники здоров’я людини. Здоровий і хворобливий стан організму. Вплив природних чинників на стан здоров’я людини. Зміцнення здоров’я, запобігання захворюванням. Режим дня. Загартування, раціональне харчування. Національні та сімейні оздоровлювальні традиції.

*Практична частина.* Прислів’я і загадки про здоров’я. Фізичні вправи. Дидактичні ігри: «Одягни Здоров’ятко на прогулянку», «Коли це буває», «Так чи ні». Поради Здоров’ятка «Будьмо здорові». «Планета здоров’я» (пісочна терапія), колективна робота «Квітка здоров’я» (колаж). Сімейне свято «Здорова родина – здорова Україна». Онлайн-челендж «Моя здорова родина».

1. **Надзвичайні ситуації. Алгоритм** (4 год)

*Теоретична частина.* Паніка. Небезпечні предмети. Повітряна загроза. Стихійні лиха.

*Практична частина.* Гра-тренування, розробка алгоритму дій при: «Виявлення небезпечного або незнайомого предмету», «Повітряна небезпека», «Я і натопв», «Я загубився», «Я один». Гра «Я супергерой», «Допоможи собі сам». Виконання дихальних вправ спрямованих на подолання стресу.

**6. Гігієна. Загартування (5 год)**

*Теоретична частина.* Гігієна, її значення. Особиста гігієна. Гігієна одягу. Гігієна харчування. Гігієна фізичної активності та спорту. Гігієна праці та відпочинку. Гігієна сну. Загартування. Види та способи загартування. Сон, його значення.

*Практична частина.* Робота у дослідній лабораторії «Natural Daily lab»: виконання дослідів «Паста для слона», «Виявлення пошкодження карієсом зубів», «Досліди з продуктами харчування», «Бактерії, що зникають». Пластилінова лабораторія: «Виготовлення макету зуба». Створення лепбуку «Пані Гігієна – усьому голова». Вправи на свіжому повітрі. Сонячні ванни. Вихід на невеликі дистанції «Стежина здоров’я», збір лікарських трав, спостереження у природі. Перегляд навчальних фільмів на Youtube каналі.

**7. Емоції та почуття** (6 год)

*Теоретична частина.*Основні емоції: радість, гнів, інтерес, здивування, страх, провина. Почуття. Добро і зло. Настрій людини і його прояви. Правила поведінки в колективі. Як стримувати негативні емоції.

*Практична частина.* Ігри та вправи для формування умінь розрізняти емоції, адекватно реагувати на них. Вправи з психогімнастики на передачу дітьми основних емоцій. Вправи для зменшення напруження з використанням терапії піском: «Посипаємо доріжки», «Відшукаємо чарівні камінчики». Колективна робота «Як ми святкували день сміху» (аплікація).

**8. Підсумок (1 год)**

Підсумкове заняття за участі батьків вихованців і педагогів закладу. Підсумкова зустріч під час онлайн-конференції в Zoom.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Вихованці повинні знати і розуміти:*

* назви частин тіла та основних органів;
* елементарні функціональні можливості органів людини;
* чинники збереження здоров’я;
* ознаки статевої належності;
* етапи життєвого шляху;
* основні показники здоров’я людини;
* вплив природних чинників на стан здоров’я людини;
* правила безпечного перебування вдома, на вулиці, в природі.

*Вихованці повинні вміти та застосовувати:*

* дотримуватися режиму дня та культури харчування;
* орієнтуватися в основних показниках власного здоров’я;
* дотримуватися правил безпеки життєдіяльності;
* адекватно реагувати на різні життєві ситуації.

*Після закінчення навчання в гуртку вихованці мають оволодіти такими компетентностями:*

* *пізнавальною*: оволодіння елементарними знаннями, пов’язаними зі здоров’ям, знати частини тіла та основні органи, їх елементарні функціональні можливості, чинники збереження здоров’я; ознаки статевої належності; етапи життєвого шляху, основні показники здоров’я людини; вплив природних чинників на стан здоров’я людини; правила безпечного перебування вдома, на вулиці, в природі;
* *практичною: о*володіння елементарними навичками особистої гігієни, дотримання режиму дня, правил безпечного перебування вдома, на вулиці, в природі; уміння встановлювати причинно-наслідкові та смислові зв’язки між подіями життя і своїми переживаннями, виразом обличчя, жестами, словами;
* *творчою:* виявлення інтересу до творчої діяльності; вміння знаходити необхідну інформацію, продукування оригінальних ідей, розглядання ситуації з різних боків, доведення розпочатої справи до кінця;
* *соціальною:* усвідомлення цінності власного здоров’я, здоров’я інших; адекватна поведінка в різних життєвих ситуаціях, усвідомлення своєї відповідальності за вчинене; виявлення позитивного ставлення до національних і сімейних оздоровлювальних традицій.

**ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА:**

1. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція), затверджений наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 22.05.2012 № 615 Дошкільне виховання. 2012. № 7. С. 4–19.
2. Булич Е.Г., Муравов І.В. Валеологія. Теоретичні основи валеології. К., 1997, 224 с.
3. Валеологія: Теоретичні основи валеології. К., 1997. С. 3-9.
4. Долинна О. Екологічні виклики сьогодення: збережемо субкультуру дитини. Дошкільне виховання. 2014. № 5. С.5-8
5. Денисенко Н.Ф. Освітній процес має бути здоров’язбережувальним Дошкільне виховання. 2007. № 7. С.8–10.
6. Дитина: Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. К.: Освіта, 1993. 272 с.
7. Закон України **«**Про освіту»: Закон України від 23 трав. 1991 р. № 1060-ХІІ із змінами і допов. Освіта в Україні. К., 2006. С. 8–40.
8. Закон України «Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства». К.: Дошкільне виховання, 2001. 56 с.
9. Концепція дошкільного виховання в Україні (проект). К.: Освіта, 1993.16 с.
10. Малятко: Програма виховання дітей дошкільного віку. К., 1999. 286 с.
11. Українське дошкілля: Програма виховання та навчання дітей у дошкільних закладах. Дитячий садок. 2000. Cічень. № 3 (51).
12. Українські прислів’я і приказки. К.: Дніпро, 1984. 390 с.
13. Хуторной С.К. Валеологія. Дошкільний курс. Чернівці, 1996. С. 7–12.
14. Юрочкіна С.О. Педагогічні засади валеологічного виховання дітей старшого дошкільного віку: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.01 «Теорія та історія педагогіки». К., 1997. 27 с.