

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Суетовская основная школа
Ярцевского района Смоленской области

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 4 от 06.05.2024

Утверждена приказом
директора школы № 43 от
06.05.2024



**Программа внеурочной деятельности естественно-научной
направленности
«Азбука здоровья»**

Автор-составитель:
Тишина Наталья Михайловна,
учитель начальных классов

д. Суетово, 2024 г.

Пояснительная записка

Направленность программы: естественнонаучная

Актуальность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука здоровья» актуальна, поскольку в настоящее время в условиях нарастающих экологических и социальных проблем во всем мире неоспоримым является факт негативного влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека и, особенно детей. Поэтому начинать формировать правильное и грамотное отношение к здоровью нужно с раннего детства, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

В данной программе предусмотрено развитие представлений о том, что человек и природа едины, и оказывают друг на друга постоянное воздействие. Ухудшая экологическое состояние окружающей среды разными способами, человек ухудшает условия своей жизни, а значит и свое здоровье. И, наоборот, заботясь об экологическом и социальном благополучии среды жизни, человек оздоравливает себя и свое окружение.

Образовательно-оздоровительный эффект программы состоит в развитии у ребенка способностей регулировать взаимосвязи с окружающей средой через особые формы познавательной, игровой, творческой, практической, исследовательской и иной деятельности в природе и социуме.

Адресат программы:

Программа рассчитана для обучающихся 2 групп (1 группа 7-8 лет, 2 группа- 8-9 лет). Программа доступна для детей, проявивших выдающиеся способности (одаренные), детей с ограниченными возможностями здоровья, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, детей проживающих в сельской местности, на труднодоступных и отдаленных территориях.

Срок освоения программы: 1 год.

Объем программы: 68 часов.

Режим занятий: 2 часа в неделю.

Учебные группы: 2 группы до 8 учащихся в каждой.

Форма организации образовательного процесса: очная.

Условия реализации программы:

- помещение для занятий, обеспечивающее комфорт и безопасность обучения и соответствующее санитарным нормам;
- комплект лабораторного оборудования, наглядных натуральных и графических пособий;
- библиотека с набором методической литературы, учебных пособий, популярной литературы для детей
- ближайшее природное окружение;
- наличие оргтехники и электронных средств обучения (компьютера, мультимедийной аппаратуры, оборудования для проведения опытов и экспериментов.)

Формы проведения занятий:

- учебно - практические занятия;

- экскурсии;
- самостоятельные наблюдения и исследования;
- игровые занятия;
- занятие-конкурс;
- занятие – путешествие.

Цель программы: Формирование ценностного отношения к своему здоровью, понимания зависимости здоровья человека от здоровья окружающей среды, выработка компетентностных умений создавать благоприятные для здоровья условия жизни.

Задачи:

общепедагогические:

- создавать оптимальную образовательную среду, позволяющую реализовать педагогические воздействия, направленные на изменение у учащихся ценностных ориентаций по отношению к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- активизировать здоровьесберегающую и здоровьетворческую деятельность учащихся, в условиях социо-природного окружения.

образовательные:

- ознакомить с системами органов человека, их функциями и возможными изменениями, происходящими в них под влиянием факторов окружающей среды;
- вооружить знаниями о биологических, физиологических, социально-психологических составляющих здоровья человека;
- научить ребенка различным методам эмоционального сенсорного восприятия и оценки себя и окружающего мира;
- обучить правилам гигиены и санитарии при взаимодействии человека с окружающей средой;
- обучить приемам и способам укрепления здоровья с помощью природных средств;
- обучить хорошим манерам.

воспитательные:

- сформировать представление о сущности здоровья, взаимосвязи здоровья с окружающей средой, о путях совершенствования образа жизни, улучшения среды жизни как резерва здоровья;
- формировать нравственное сознание и нравственное поведение по отношению к себе и к своему окружению;
- прививать здоровый жизненный стиль на основе индивидуальных способностей каждого ребенка;

- формировать ценностное отношение к окружающему миру;
- формировать прогностические и проектировочные умения для создания благоприятных для здоровья экологически безопасных условий жизни;
- выработать ответственность за собственное здоровье;
- ориентировать на профилактику, а не на лечение болезни.

развивающие:

- развить волевые качества, трудолюбие, эстетические и эмоциональные качества личности в процессе общения с природой;
- развить исследовательские навыки и умения для оценивания экологического состояния окружающей среды, влияющей на здоровье человека;
- развить умения и навыки сотрудничества со сверстниками в решении экологических проблем.

Планируемые результаты обучения

Одним из результатов преподавания программы «Азбука здоровья» является решение задач воспитания – осмысление (присвоение) учащимися системы ценностей. Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе. Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства. Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви. Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания. Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества. Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек. Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

В результате освоения программы будут получены определенные личностные, метапредметные и предметные результаты

Личностные результаты

1. Формирование готовности и способности к саморазвитию и личностному самоопределению:

- выбор здорового образа жизни;
- стремление к самообразованию и саморазвитию в области здоровьесбережения;

2. Формирование мотивации к обучению:

- учебно-познавательная мотивация к изучению основ здоровьесбережения и здоровьесотворчества.

3. Формирование ценностно-смысловых установок:

- признание ценности своего здоровья, здоровья других людей, понимание, что здоровье человека, зависит от здоровья окружающей среды;
- стремление к овладению здоровьесберегающими технологиями, как способу сохранения здоровья,
- любовь к природе;
- формирование экологически культурной личности, осознающей свой долг и ответственность за состояние окружающей среды, как фактора, влияющего на здоровье человека.

4. Формирование основ гражданской идентичности личности:

- патриотизм, гордость и переживание за свою страну, за здоровье нации;
- знание ценностей природы своего края, ее экологических особенностей применительно к своему здоровью.

5. Способность ставить цели и строить жизненные планы:

- активная здоровьесберегающая позиция, потребность в сохранении своего здоровья и здоровья своего окружения.

Метапредметные результаты

1. Познавательные компетенции (умения):

- умение работать с информацией из разных источников, в том числе, компьютерной, самостоятельно анализировать и оценивать ее, делать выводы;
- овладение учебно-исследовательскими и проектировочными умениями, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям,
- классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- самостоятельность в решении творческих и исследовательских задач.

2. Коммуникативные компетенции:

- умение донести свою позицию до других, слушать, понимать и принимать позицию других.
- способность выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

3. Регулятивные компетенции:

- умение определять и формулировать цель деятельности на занятии.
- способность выбрать целесообразные действия и поступки по отношению к живой природе, своему здоровью и здоровью окружающих, соблюдать в процессе деятельности в природе правила безопасности;
- умение оценивать социо-экологические ситуации, способные повлиять на здоровье человека;
- наличие навыков контроля и самоконтроля, сформированность рефлексивной самооценки.

Предметные результаты

Учащийся 1 группы объединения «В стране здоровья»

должен знать:

- сущность понятий “здоровье” и “болезнь”;
- основные факторы, формирующие здоровье;
- понятие “здоровый образ жизни”, основные принципы здорового образа жизни;
- части тела и их функции, отделы скелета;
- знать понятия «внешнее» и «внутреннее» строение организма.
- органы и системы органов, входящие в состав организма, их основные функции;
- различия понятий «часть тела» и «орган»;
- понятие правильной осанки;
- понятия «эритроциты», «гемоглобин», «иммунитет»;
- особенности кровеносной системы и ее значение;
- показатели, по которым можно судить о работе сердца. Давление и пульс;
- общие понятия о дыхательной, пищеварительной, нервной системе и их функциях;
- кто живет в организме человека; микробы, бактерии «полезные» и «вредные», вирусы, паразитические беспозвоночные.

должен уметь:

- делать наблюдения, выводы, сравнительный анализ;
- определять главные части скелета по муляжу или рисунку;
- применять комплекс дыхательной гимнастики;

- осуществлять самоанализ (анкетирование и тестирование по различным аспектам здоровья и здорового образа жизни);
- осуществлять самоанализ: своих роста - весовых показателей и примерного дневного рациона питания;
- оценивать функциональное состояние дыхательной системы;
- измерять артериальное давление, пульс в состоянии покоя и физической нагрузки;
- находить творческие идеи при выполнении индивидуальных заданий (создание листовок, плакатов, сочинений, рассказов) призывающих сохранить свое здоровье;
- уметь выразить словами свои чувства, испытываемые при общении с другими людьми, природой

Учащийся 2 группы объединения «Азбука здоровья»

должен знать:

- сущность понятия «экология»;
- экологические факторы и их влияние на природу и человека;
- природные сообщества;
- взаимосвязь «человек - природа»;
- опасности в природе для человека;
- источники полезной пищи, витамины;
- лекарственные растения и их применение;
- ядовитые представители растительного мира;
- животные – лекари;
- культуру взаимоотношений между людьми. Безопасность взаимоотношений

должен уметь:

- определять и предотвращать опасности в природе для человека;
- оценивать экологическое состояние окружающей среды;
- выявлять экологические факторы и их влияние на здоровье человека;
- определять лекарственные и ядовитые растения;
- производить сбор и хранение лекарственных растений;
- составлять гербарии и работать с ним;
- оценивать экологическое состояние своего жилища с точки зрения наличия вредных веществ;
- находить друзей по интересам;
- оценивать себя;
- адекватно отстаивать свои позиции;
- признавать собственные достоинства и

недостатки.

Форма контроля:

наблюдение, тестирование, опрос, практические задания, защита исследовательской работы, проекта, результативность участия учащихся в конкурсах различного уровня.

Учебный план 1 группа

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
I.	Введение в образовательную программу. Вводный инструктаж. Инструктаж по охране труда. Принятие норм и правил групповой работы. Знакомство с Азбукой здоровья	1	1	0	Наблюдение, опрос
II.	«Я и мое здоровье»	2,5	1	1,5	Анкетирование, практическое задание, рефлексия «Настроение смайлика»
III.	«Путешествие» по телу человека или как я устроен	4,5	1,5	3	Практические задания, собеседование, самоанализ.
IV	Как работает мой организм?	8	4	4	Тестирование, взаимозачет, практические задания, самоанализ, опрос.
V.	Как и кем управляется мой организм?	6	4	2	Опрос, практические задания, самоанализ, собеседование
VI.	Кто живет в моем организме? Друг или враг	4	2	2	Самоанализ, практические задания, конкурс
VII.	На что я способен?	5	0	5	Турниры, эстафеты, игры, соревнования, самоанализ, конкурс.
VIII.	Экспериментальная работа «Исследуем свой организм»	2	1,5	0,5	Наблюдение, самоанализ.
IX	Итоговое занятие «Я знаю, как я устроен»	1	1	0	Тестирование «Я знаю, как я устроен», самоанализ, контрольное занятие.
ИТОГО:		34	16	18	

Содержание программы

Раздел I. Вводное занятие в программу «Азбука здоровья» (1 час)

Теория:

Введение в дополнительную общеобразовательную программу. Вводный инструктаж. Знакомство с правилами работы в детском объединении и перспективами личностного развития. План работы на год.

Раздел II. Введение «Я и мое здоровье» (2,5 часов)

Теория:

Понятие о человеке. Антропометрические данные (рост, телосложение, пол, цвет волос и глаз и др.). Что значит быть здоровым? Компоненты здоровья и их взаимосвязь. Отчего возникают болезни?

Практика:

Анкетирование «Я и мое здоровье». Измерение антропометрических показателей (рост, вес, размер обуви, и т.д.)

Раздел III. Путешествие по телу человека или как я устроен. (4,5 часов)

Теория:

Общее представление о строении организма человека. Части тела, органы и системы органов. Система органов дыхания. «Приключения воздушного пузырька» (воздухоносные пути - полость рта, носоглотка, гортань, бронхи, легкие). Кровеносная система. «Путешествие Эритроцита по «рекам» человека» (артерии, вены, капилляры).

Практика:

1. Кто на нас похож? (определение частей тела у разных позвоночных, беспозвоночных животных и растений).
2. Изменение пульса в состоянии покоя и после физической нагрузки
3. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой.

Раздел IV. Как работает мой организм? (8 часов)

Теория:

Функции систем органов. Скелет - наша опора. Двигательные процессы. Виноградное дерево с поющим корнем - это легкие. Профилактика болезней органов дыхания. Где располагается «фабрика крови»? Эритроциты и гемоглобин.

Практика:

1. Отделы позвоночника (зарисовка). Выявление признаков правильной и неправильной осанки.
2. Комплексы физических упражнений и их роль на формирование осанки.

3. «Оценка функционального состояния дыхательной системы» (Определение ЖЁЛ).

Измерение кровяного давления в состоянии покоя и после физических упражнений.

4. «Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку по реакции пульса – индекс Руфье».

Раздел V. Как и кем управляется мой организм? (6 часов)

Теория

Нервная система, её значение. Мозг и его функции. Эмоции в жизни человека. Нервная деятельность и её типы, характер человека. Маленькие секреты большой памяти.

Практика

1. Определения типа нервной деятельности с помощью опросника. Типы темпераментов. Гимнастика для мозга (решение ребусов и кроссвордов).

2. Влияние активного отдыха и творческого труда на нервную систему.

Как улучшить слуховую и зрительную память? Упражнения для улучшения памяти.

Раздел VI. Кто живет в моем организме? Друг или враг? (4 часа)

Теория:

Микробы и бактерии, «полезные» и «вредные» для организма, их роль. Вирусы, вакцины история и современность. Осторожно, паразиты. Домашние животные и паразиты.

Практика:

1. Хранение продуктов питания. Сказка о микробах.

2. Просмотр видеофильма «Паразиты человека».

Составление памятки «Осторожно паразиты».

Раздел VII. На что я способен? (5 часов)

Теория:

Способности человека. Понятия «ловкость», «выносливость».

Практика:

1. «Ключ к неизвестному» (Игра на развитие мышления).

2. Определение объема и точности различных видов памяти (упражнения).

3. Способность к воображению (тестирование).

4. Соревнование «мальчишки и девчонки».

5. Работа над плакатами листовками призывающих сохранить свое здоровье и здоровье природы.

Раздел VIII. «Исследуем свой организм» (2 часа)

Теория:

Исследование. Алгоритм проведения исследовательской работы, ее этапы. Выбор темы. Постановка целей и задач. Объект и методы исследования, планирование выполнения работы, сбор информации, работа с литературными источниками.

Наблюдение и эксперимент.

Практика:

Проект: «Оценка физического развития учащихся»

Раздел IX. Подведение итогов (1 час)

Итоговое занятие: «Я знаю, как я устроен»

Календарно-тематическое планирование 1 группа

№ п/п	Тема занятия	Дата/ план	Дата/факт
1	Вводное занятие в образовательную программу, ознакомление с планом работы объединения.		
2	Понятие о человеке. Измерение антропометрических показателей (рост, вес, размер обуви, и т.д.)		
3	Здоровье и его компоненты, их взаимосвязь		
4	Отчего возникают болезни? Части тела человека		
5-7	Органы и системы органов человека. Организм целостная система Система органов дыхания. «Приключения воздушного пузырька» Дыхательная гимнастика.		
8	Система органов кровообращения Кровеносная система. «Путешествие Эритроцита по «рекам» человека»		
9	Функции систем органов		
10	Регистрация основных физиологических показателей организма человека.		
11	Скелет - наша опора		
12	Двигательные процессы		
13	Виноградное дерево с поющим корнем. Органы дыхания. Оценка функционального состояния дыхательной системы. Определение ЖЁЛ		
14	Кровеносная система человека.		
15	Где располагается «фабрика крови»? Эритроциты и гемоглобин.		
16	Оценка реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку по реакции пульса. Индекс Руфье.		
17	Нервная система, её значение		
18	Наш мозг и его волшебные действия.		
19	Нервная деятельность и её типы, характер человека.		
20	Влияние активного отдыха и творческого труда на нервную систему. Эмоции в жизни человека.		

21	Маленькие секреты большой памяти. Способы развития памяти Гимнастика для мозга (решение ребусов и кроссвордов).		
22	Внимание. Способы развития внимания		
23	Микробы и бактерии «полезные и вредные»		
24	Вирусы		
25	Вакцины. История и современность. Паразитические беспозвоночные, внешние и внутренние.		
26	Паразиты домашних животных		
27	Игра на развитие мышления «Ключ к неизвестному»		
28	Определение объема и точности различных видов памяти		
29	Способность к воображению		
30	Соревнование «Мальчики и девочки»		
31	Листовка «мое здоровье зависит от здоровья природы»		
32	Что такое исследование и эксперимент		
33	Оценка физического развития учащихся		
34	Итоговое занятие «Я знаю, как я устроен»		

Учебный план 2 групп

<i>№ n/n</i>	<i>Название раздела, темы</i>	<i>Количество часов</i>			<i>Формы контроля/аттестации</i>
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	
I.	Вводное занятие «Мир вокруг меня»	1	0,5	0,5	Анкетирование, дидактическая игра, практические задания.
II.	Наш общий дом - природа	4	2	2	Собеседование, тестирование, анкетирование, самостоятельная работа, взаимозачет, самоанализ.
III.	Здоровье природы – мое здоровье	4	2	2	Тестирование, практические задания, создание электронного продукта по темам раздела, собеседование, конкурс.
IV.	«Природа – целитель»	6	3	3	Тестирование, самоанализ, практические задания, беседа, опрос.
V.	Что такое «экология»? Экология деревни	4	2	2	Опрос, практические задания, самоанализ, анкетирование, самооценка.
VI.	Дом, в котором я живу	5	2	3	Собеседование, взаимозачет, тестирование, презентация сообщений, самоанализ, практические задания, контрольная работа.
VII.	Я и люди вокруг меня. Культура взаимоотношений между людьми, безопасность взаимоотношений	6	3	3	Самоанализ, самооценка, конкурс, опрос.
VIII.	Экспериментальная работа «Исследуем мир вокруг нас»	3	0	3	Педагогическое наблюдение, самоанализ.
IX.	Итоговое занятие «Я знаю, что и кто меня окружает»	1	1	0	Письменный опрос «Я знаю, что и кто меня окружает»
ИТОГО:		34	15,5	18,5	

Содержание программы

Раздел I Введение: «Мир вокруг меня» (1 час)

Теория:

Человек и его окружение: природа и люди.

Практика:

1. Анкетирование «Мое отношение к моему окружению».
2. «Мир, в котором я живу» (просмотр видеопрезентации).

Раздел II. Наш общий дом – природа. (4 часа)

Теория:

Место и роль человека в природе. Взаимосвязи в природе, взаимосвязь «человек - природа». Растения в нашей жизни (растения создатели микроклимата, растения предсказатели погоды, растения указатели времени, растения собиратели пыли, растения столовые для птиц, лекарственные растения). Лес в жизни человека.

Практика:

1. Работа с гербарием лекарственных растений. Экскурсия в ближайшее природное сообщество.
2. Разгадывание кроссворда «Растения бывают разные». Сбор семян сорных растений для подкормки зимующих птиц.

Раздел III. Здоровье природы – мое здоровье (4 часа)

Теория:

Человек и окружающая природа. Поддержание физического здоровья с помощью природы. Значение животных и растений в сельской среде, их влияние на здоровье человека. Способы сохранения животного и растительного мира на Земле. Красная книга.

Практика:

1. Составление списка охраняемых растений и животных Смоленской области.
2. Природа в опасности! (тестирование). Экскурсия «Отдых на природе - правила и тонкости»

Раздел IV. «Природа – целитель» (6 часов)

Теория:

Источники полезной пищи: овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты. Белки. Жиры. Углеводы. Витамины. Авитаминозы. Сокотерапия. Фитотерапия. Деревья - лекари. Живое лечится живым. Анималотерапия. Иппотерапия.

Практика:

1. «Состав витаминов в овощах и фруктах в мг %.» (заполнение таблицы).
 2. «Продукты питания как источники белков, жиров, углеводов» (заполнение таблицы).
 3. Подготовка сообщений «Животные лекари».
- Экскурсия: «Природа в наших ощущениях».

Раздел V. Что такое экология? Экология деревни (4 часа)

Теория:

Понятия «экология», «экосистема», «среда жизни», «окружающая среда», «среда обитания». Экология деревни. Чистый воздух, чистая вода, чистая почва, их значение и сохранение. «Следы» человека в природе. Экологические проблемы человечества. Загрязнение среды жизни.

Практика:

1. «Растительность и животные » (составление фотоальбомов).
2. Определение жесткости воды (лабораторная работа).
Экскурсия: Изучение ландшафта (обзорная экскурсия).

Раздел VI . Дом, в котором я живу (5 часов)

Теория:

Экология дома. Воздушная среда жилого помещения. Микроклимат. Строительные материалы и бытовая химия. Что мы едим и что мы пьем? Как правильно выбрать продукты питания и не ошибиться в их качестве и пригодности?

Практика:

1. Изучаем предметы домашнего быта как источник нарушения здоровья (бытовая химия, отделочные материалы, мебель).
2. Оформление памятки «Правила использования чистящих и моющих средств».
3. Экологическая экспертиза продуктов питания по этикеткам. Выявление пищевых добавок.

Раздел VII. Я и люди вокруг меня (6 часов)

Теория:

Что такое «мой внутренний мир». Культура взаимоотношений между людьми. Культура общения и виды общения. Культура поведения, что такое этикет?

Кто может считаться настоящим другом. Если кому-нибудь нужна твоя помощь. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным. Незнакомый человек: кто он? Безопасность взаимоотношений с незнакомыми людьми.

Практика:

1. Опросник «Как я сам себя оцениваю, и как меня оценивают другие».
2. Заполнение схемы «Мои достоинства. Дерево моих достижений».
3. Взаимодействия между людьми в различных случаях. Культурный человек в конфликтной ситуации. Разбор ситуаций.

Раздел VIII. Экспериментальная работа (3 часа)

Теория:

Среда, которая окружает человека. Организация и проведение исследования. Цели, задачи, методы, сбор информации и ее обработка.

Практика:

Выполнение самостоятельных исследований в рамках проекта «Экология деревни и наше здоровье» на темы:

1. Мусорная проблема.
2. Опасна ли вода из крана.
3. Автомобиль и здоровье человека и природы.
4. Проблема сохранения зеленого щита.
5. Проблема бездомных животных.
6. Осторожно! Ядовитые растения!
7. Опасные для здоровья продукты питания.

Раздел IX. Итоговое занятие: (1 час)

«Я знаю, что и кто меня окружает».

Календарно-тематическое планирование 2 группа

№ п/п	Тема занятия	Дата/ план	Дата/факт
1.	Человек и его окружение: природа и люди. Мое отношение к моему окружению.		
2.	Место и роль человека в природе. Взаимосвязи в природе, взаимосвязь «человек - природа».		
3.	Растения в нашей жизни . Лес в жизни человека.		
4.	Гербарий «лекарственные растения». Экскурсия в ближайшее природное сообщество.		
5.	Растения бывают разные. Сбор семян сорных растений для подкормки зимующих птиц.		
6.	Человек и окружающая природа. Поддержание физического здоровья с помощью природы.		
7.	Значение животных и растений в сельской среде, их влияние на здоровье человека. Способы сохранения животного и растительного мира на Земле. Красная книга.		
8.	Охраняемые растения и животные Смоленской области.		
9.	Природа в опасности! Экскурсия «Отдых на природе - правила и тонкости»		
10.	Источники полезной пищи: овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты.		
11.	Белки. Жиры. Углеводы. Витамины. Авитаминозы. Сокотерапия. Фитотерапия. Деревья - лекари.		
12.	Живое лечится живым. Анималотерапия. Иппотерапия.		
13.	Состав витаминов в овощах и фруктах.		
14.	Продукты питания как источники белков, жиров, углеводов		
15.	Животные лекари. Экскурсия: «Природа в наших ощущениях».		

16.	Что такое экология. Экология деревни. Чистый воздух, чистая вода, чистая почва, их значение и сохранение.		
17.	«Следы» человека в природе. Экологические проблемы человечества. Загрязнение среды жизни.		
18.	Растительность и животные.		
19.	Определение жесткости воды (лабораторная работа). Экскурсия: Изучение ландшафта		
20.	Экология дома. Воздушная среда жилого помещения. Микроклимат. Строительные материалы и бытовая химия.		
21.	Что мы едим и что мы пьем? Как правильно выбрать продукты питания и не ошибиться в их качестве и пригодности?		
22.	Предметы домашнего быта как источник нарушения здоровья (бытовая химия, отделочные материалы, мебель).		
23.	Памятка «Правила использования чистящих и моющих средств».		
24.	Экологическая экспертиза продуктов питания по этикеткам. Выявление пищевых добавок.		
25.	Что такое «мой внутренний мир». Культура взаимоотношений между людьми.		
26.	Кто может считаться настоящим другом. Если кому-нибудь нужна твоя помощь. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным		
27.	Незнакомый человек: кто он? Безопасность взаимоотношений с незнакомыми людьми.		
28.	Как я сам себя оцениваю, и как меня оценивают другие.		
29.	Схема «Мои достоинства. Дерево моих достижений».		
30.	Взаимодействия между людьми в различных случаях.		
31.	Среда, которая окружает человека. Выполнение исследований в рамках проекта «Экология деревни и наше здоровье» на тему по выбору.		
32.	Организация и проведение исследования.		
33.	Цели, задачи, методы, сбор информации и ее обработка.		
34.	Итоговое занятие «Я знаю, что и кто меня окружает».		

Методические пособия

1. Методика «Мое отношение к природе» (автор: Иванов М.М Источник: Калюкова Е. А. Диагностика уровня экологической культуры у младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 2. – С. 556–560 – URL: <http://e-koncept.ru/2016/46129.htm>.)
2. Методика «Самоконтроль личности» Автор: Татьяна Николаевна Князева – докторпсихологических наук, модификация

здоровье и правильном питании»

4) Безруких М., Филиппова Т., Макеева А. Блокнот для школьников «Формула правильного питания»