

**КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «КУЗЬМИЧЁВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»**

Принята на заседании
педагогического совета
От «30» августа 2023 г.
Протокол № 1

«Утверждаю»
Директор МБУ «Кузьмичёвская СШ»
Сулейманова Т.А.
«30» августа 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
естественнонаучной направленности
«Человек и его здоровье»**

Возраст обучающихся – 11-14 лет

Срок реализации – 9 месяцев

Автор-составитель:

Сулейманова Мария Анатольевна,
педагог дополнительного образования

Кузьмичи, 2023 год

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования».

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа содержит все необходимые компоненты, предусмотренные следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30 сентября 2020 г. N 533);
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 « Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Человек и его здоровье» относится к естественнонаучной направленности, поскольку содержание программы знакомит обучающихся с анатомией человека, процессами, происходящими в его организме, гигиеническими и валеологическими правилами, направленными на сохранение здоровья человека; включает теорию и практику здорового образа жизни, оказание первой медицинской помощи, профилактику вредных привычек.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы обусловлена тем, что с ее помощью формируется здоровый образ жизни

подростков, адаптация в окружающей среде, расширение и углубление знаний обучающихся о приемах сохранения здоровья, преодолении зависимости вредных привычек. Осмысление учащимися потребности в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждение к формированию своего здоровья собственными силами.

Педагогическая целесообразность заключается в формировании биологической, экологической, медицинской грамотности, а также соответствующих компетентностей: умений проводить наблюдения, ставить опыты, заботиться о здоровье, проводить поиск информации. Программа является интегрированным курсом, включающим в себя дополнительные знания и умения по анатомии, гигиене, валеологии, основам безопасности жизнедеятельности.

Отличительные особенности программы. Данная программа направлена в большей степени на практические умения и навыки. Практические задания способствуют умению применять полученные теоретические знания на практике, например, в умении оказать первую медицинскую помощь при травмах, отравлении, некоторых видах заболеваний. Практические занятия проходят в разных формах - индивидуальных, в форме практических работ, экскурсий, семинаров, интернет-проектов.

Адресат программы. Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной образовательной программы 11-14 лет. Восприятие подростка более целенаправленно, планомерно и организовано, чем восприятие младшего школьника. Определяющее значение имеет отношение подростка к наблюдаемому объекту.

Характерная черта внимания учеников среднего школьного возраста — его специфическая избирательность: интересные уроки или интересные дела очень увлекают подростков, и они могут долго сосредоточиваться на одном материале или явлении.

В подростковом возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности. Мышление становится более систематизированным, последовательным, зрелым. Улучшается способность к абстрактному мышлению, изменяется соотношение между конкретно-образным мышлением и абстрактным в пользу последнего. Мышление подростка приобретает новую черту — критичность. Подросток не опирается слепо на авторитет учителя или учебника, он стремится иметь свое мнение, склонен к спорам и возражениям. Средний школьный возраст — наиболее благоприятный для развития творческого мышления.

Возраст от 11—12 до 15 лет — переходный от детства к юности и характеризуется общим подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой всего организма. На данном этапе жизни детям интересно изучать себя и свой организм, его изменения. И в данном случае педагог выступает помощником и проводником в мир анатомии, физиологии, гигиены и валеологии. В переходном возрасте очень важно привить детям понятия о здоровье, здоровом образе жизни. Показать, что здоровье человека хрупкое и требует большого внимания и заботы.

Программа включает разделы изучения органов человека. Одной из тем является половая система человека. При изучении данной темы целесообразно провести занятия, поделив группу по гендерному признаку. Это повысит эффективность усвоения материала, дети будут чувствовать себя более комфортно, что благополучно повлияет на процесс изучения важной темы. Обязательным аспектом будет являться тема профилактики.

Уровень программы, объем и сроки реализации. Ознакомительный уровень программы. Срок реализации программы: 1 год. Объем программы: 36 часов.

Формы обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса. Состав групп постоянный. Занятия проводятся групповые. Наполняемость группы: 10 -15 человек. Форма организации занятий: практическое занятие, лабораторная

работа, занятие с элементами тренинга, мастер-класс, участие в проектной и конкурсной деятельности.

Цель программы: овладение знаниями об особенностях строения и жизнедеятельности организма человека для самопознания и сохранения здоровья.

Задачи программы:

Предметные:

1. Формирование у учащихся первоначальных знаний в области анатомии, гигиены, экологии и валеологии.
2. Сформировать у учащихся наиболее важные в быту навыки первой медицинской помощи.

Метапредметные:

1. Развивать интеллектуальные качества личности учащегося (память, логическое мышление, мыслительную активность);
2. Развивать творческие способности детей.

Личностные:

1. Способствовать формированию потребности к ведению здорового образа жизни;
2. Воспитывать волевые качества, направленные на укрепление своего здоровья;

Учебный план

Наименование раздела	Количество часов			Форма контроля
	Всего	Теория	Практика	
Введение	2	1	1	Фронтальный опрос
Экология и здоровье человека.	2	1	1	Фронтальный опрос
Организм человека. Общий обзор.	1	1	-	Тест
Опорно-двигательная	3	1	2	Тест

система				
Кровеносная система	4	2	2	Тест
Дыхательная система	2	1	1	Тест
Пищеварительная система	3	1	2	Тест
Мочевыделительная система	1	1	-	Тест
Половая система	2	2	-	Фронтальный опрос
Покровные органы	2	1	1	Тест
Анализаторы	3	1	2	Лабораторная работа
Поведение и психика	1	1	-	Тест
Образ жизни современного человека. Здоровый образ жизни.	5	2	3	Защита проекта
Первая медицинская помощь	4	-	4	Практическая работа
Подведение итогов.	1	-	1	Награждение
Итого:	36 часов			

Содержание программы

Раздел 1. Введение

Тема 1. Человек и его место в системе органического мира.

Теория: Классификация человека. Основные характеристики человека. Происхождение человека. Физиологические отличия человека и животного, различия мышления, психологические и эмоциональные особенности.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Тема 2. Человек и его здоровье.

Теория: Понятия «здоровье» и «болезнь». Показатели здоровья человека. Факторы, влияющие на здоровье человека. Физиологические потребности человека. Здоровый образ жизни.

Практика: доклад на тему « Мои показатели здоровья»

Формы подведения итогов: тест.

Раздел 2. Экология и здоровье человека.

Тема 1. Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье человека.

Теория: Факторы окружающей среды, оказывающие наибольшее воздействие на организм человека. Загрязнение атмосферы. Загрязнение воды.

Загрязнение почвы. Радиационное излучение.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос.

Практика: Экологический мониторинг. Качественные показатели воды, почвы, воздуха.

Форма работы: экскурсии и лабораторная работа.

Формы подведения итогов: отчет по лабораторному занятию.

Тема 2. Среда жилого и рабочего помещения. Экология жилища.

Теория: Факторы, влияющие на экологию помещения. Пылевое загрязнение. Микроклиматические параметры (температура, влажность и т.д).

Естественное и искусственное освещение. Уровень шума.

Практика: проект на тему: «Экология моей комнаты»

Формы подведения итогов: фронтальный опрос.

Раздел 3. Организм человека. Общий обзор.

Теория: Клетка, ткань, орган, система органов. Опорно-двигательная система (Кости, мышцы, суставы). Лимфатическая система (лимфатические узлы, лимфатические сосуды). Кровеносная система (сердце, кровеносные сосуды). Половая система (половые органы, половые железы). Нервная система (органы чувств, нервы, головной и спинной мозг). Эндокринная система (железы внутренней секреции). Пищеварительная система (кишечник, пищеварительные железы). Дыхательная система (легкие, воздухоносные пути). Выделительная система (почки, мочевыводящие пути). Покровная (кожа, слизистые оболочки). Анализаторы.

Формы подведения итогов: тест

Раздел 4. Опорно-двигательная система

Тема 1. Скелет человека. Мышечная система

Теория: . Функции опорно-двигательного аппарата. Строение костей. Виды костей. Типы соединения костей. Мышечная ткань. Виды мышц.

Практика: лабораторная работа «Состав и строение костей»

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Заболевания опорно-двигательной системы и их профилактика.

Теория: Наиболее распространенные заболевания опорно-двигательной системы, факторы риска, профилактика, медицинский контроль.

Практика: лабораторная работа «Утомление при статической работе»

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Тема 3. Спорт как основа здорового образа жизни.

Теория: Закаливание, физические упражнения и туризм. Физическая активность и здоровье. Роль физической активности в жизни человека. Влияние двигательной активности на умственное и физическое развитие ребенка. Гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом. Закаливание водой. Закаливание солнцем. Закаливание в спортивной практике.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос.

Практика: Разработка комплекса физических упражнений.

Формы подведения итогов: демонстрация упражнений.

Раздел 5. Кровеносная система

Тема 1. Сердце, его строение, работа и регуляция деятельности

Теория: Функции сердца. Внешнее строение, оболочки сердца. Сердечный цикл. Кровообращение.

Практика: Определение пульса и подсчет числа сердечных сокращений

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Кровеносные сосуды. Большой и малый круги кровообращения

Теория: Артерии, вены, капилляры строение и функции. Круги кровообращения.

Практика: Большой и малый круги кровообращения, зарисовка схемы.

Формы подведения итогов: тест

Тема 3. Кровь, группы крови

Теория: Состав и функции крови. 4 группы крови. Особенности переливания крови.

Практика: Решение задач на определение группы крови.

Формы занятий: решение задач

Формы подведения итогов: тест

Тема 4. Гигиена сердечно-сосудистой системы

Теория: Заболевания органов кровообращения, их предупреждение.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Раздел 6. Дыхательная система

Тема 1. Органы дыхания.

Теория: Потребность организма человека в кислороде воздуха. Органы дыхания. Верхние и нижние дыхательные пути. Нос, носоглотка, гортань, трахея, бронхи, легкие, альвеолы. Функции дыхательной системы.

Практика: Измерение обхвата грудной клетки в состоянии вдоха и выдоха

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Болезни и травмы органов дыхания.

Теория: Виды заболеваний, причины, симптомы, профилактика. Первая помощь при удушении.

Практика: Оказание первой помощи на тренажере для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс»

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Раздел 7. Пищеварительная система

Тема 1. Пищеварение. Строение и функции органов пищеварения.

Теория: Процесс пищеварения. Строение и функции органов пищеварения. Рот, зубы, слюнные железы, глотка, пищевод, желудок, тонкая кишка, толстая кишка, печень, поджелудочная железа, желчный пузырь.

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Основы правильного питания

Теория: Основные принципы правильного питания. Рекомендуемый состав дневного рациона. Вода. Сбалансированное питание. Энергетический баланс. Режим питания.

Практика: работа с карточками «Меню школьника»

Формы подведения итогов: фронтальный опрос.

Практика: Состав любимых продуктов. Подробная инструкция по чтению продуктовых этикеток. Наименование, состав, срок годности, энергетическая ценность.

Формы занятий: лабораторная работа

Формы подведения итогов: тест.

Тема 3. Предупреждение желудочно-кишечных заболеваний

Теория: Профилактика заболеваний ЖКТ. Болезни ЖКТ. Инфекционные заболевания, вызванные несоблюдением гигиены. Паразиты.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Раздел 8. Мочевыделительная система

Тема 1. Органы мочеиспускания. Болезни органов выделения, их предупреждение.

Теория: Строение и функции органов выделения. Почки. Мочеточники. Мочевой пузырь. Мочеиспускательный канал. Функции и строение почек. Демонстрация модели почки в разрезе. Болезни почек. Их профилактика и лечение.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Раздел 9. Половая система.

Тема 1. Женская половая система.

Теория: Строение и функции женской половой системы. Гормоны. Половое созревание. Гигиена. Профилактика заболеваний половой системы. Профилактика ранней беременности.

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Мужская половая система.

Теория: Строение и функции мужской половой системы. Гормоны. Половое созревание. Гигиена. Профилактика заболеваний половой системы.

Формы подведения итогов: тест.

Раздел 10. Покровные органы

Тема 1. Кожа - орган осязания.

Теория: Наружные покровы тела человека. Строение и функции кожи.

Практика: Изучение строения кожи, волоса, ногтя

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Гигиена кожи.

Теория: Гигиенические требования к одежде, обуви. Заболевания кожи и их предупреждение.

Формы подведения итогов: фронтальный опрос

Раздел 11. Анализаторы

Тема 1. Анализаторы. Зрительный анализатор. Гигиена зрения.

Теория: Понятие «Анализатор». Анализаторы человека, виды. Строение и функция глаза. Демонстрация модели глаза в разрезе. Гигиена зрения. Гимнастика для глаз. Профилактика и лечение глаз.

Практика: Иллюзия, связанная с бинокулярным зрением

Формы подведения итогов: тест

Тема 2. Слуховой анализатор. Гигиена слуха. Предупреждение нарушений слуха.

Теория: Как человек воспринимает звук. Параметры звука. Лечебный эффект музыкальных инструментов. Демонстрация анатомической модели уха.

Гигиена слухового аппарата. Строение и функции слухового аппарата.

Практика: Как рок-музыка и классическая музыка влияют на пульс человека»

Формы подведения итогов: тест

Тема 3. Органы осязания, вкуса, обоняния

Теория: Органы осязания, вкуса, обоняния строение, функции. Нос, язык, кожа их строение и функции.

Практика: Как зависят друг от друга вкус и обоняние

Формы подведения итогов: тест

Раздел 12. Поведение и психика

Теория: Понятия «характер», «темперамент». Черты и свойства характера, темперамента. Общительность как черта характера. Понятие «дружба».

Практика: Мой темперамент Психогимнастика «Я желаю тебе...» Игра «Закончи предложение» (друг – это тот, кто...) Формирование правил, законов дружбы.

Раздел 13. Образ жизни современного человека. Здоровый образ жизни.

Тема 1. Образ жизни как фактор здоровья

Теория: Спорт, правильное питание, режим дня, личная гигиена, сон. Обобщающий урок с использованием ранее изученного материала. Доклад на тему «Моя система красоты и здоровья».

Формы подведения итогов: доклад

Тема 2. Опасные вредные привычки.

Теория: Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Вред курения, алкоголя, наркотиков. Компьютерная зависимость. Пищевая зависимость. Профилактика вредных привычек.

Практика: «Портрет курильщика»

Формы подведения итогов: фронтальный опрос.

Практика: В погоне за витаминами

Формы занятий: квест-игра

Формы подведения итогов: фронтальный опрос.

Раздел 14. Первая медицинская помощь

Тема 1. Различные травмы. Наложение жгута, обработка ран.

Практика: Оказание первой медицинской помощи на тренажере для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс»

Тема 2. Помощь утопающему, обморожение. Искусственный массаж, искусственное дыхание.

Практика: Оказание первой медицинской помощи на тренажере для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс»

Тема 3. Ожоги, солнечный тепловой удар.

Практика: Оказание первой медицинской помощи на тренажере для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс»

Тема 4. Заболевания. Укусы животных. Пищевые отравления.

Формы подведения итогов: практическая работа

Подведение итогов: награждение учащихся.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

1. Усвоение учащимися первоначальных знаний в области анатомии, гигиены, экологии и валеологии.
2. Усвоение учащимися наиболее важных в быту навыков первой медицинской помощи.

Метапредметные результаты:

1. Развитие интеллектуальных качеств личности учащегося (память, логическое мышление, мыслительную активность);
2. Развитие творческих способностей детей.

Личностные результаты:

1. Сформированность потребности к ведению здорового образа жизни;
2. Сформированность волевых качеств, направленные на укрепление своего здоровья;

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

Календарный учебный график программы

Год обучения/номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Сроки контроля	Праздничные (не рабочие дни)
Первый год обучения	04.09.2023г	29.05.2024г	34	34	34	1 занятие в неделю по 1	Декабрь Май	4 ноября; 1-8 января; 23 февраля; 8 марта; 1 мая;

						часу		9-10 мая
--	--	--	--	--	--	------	--	----------

Условия реализации программы

Характеристика помещения для занятий по программе. Реализация образовательной программы осуществляется в учебном кабинете МБОУ «Кузьмичёвская СШ».

Помещение: учебный кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и учащихся, доска, шкафы и стеллажи для хранения учебной литературы и наглядных пособий, компьютер, мультимедийная установка.

Материально-техническое обеспечение:

- Ноутбук обычный,
- Интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека»,
- Модель « Желудок» в разрезе,
- Анатомическая модель глаза,
- Модель гортани в разрезе гортани человека,
- Анатомическая модель уха,
- Модель почки в разрезе,
- Модель сердца (демонстративная),
- Модель локтевого сустава подвижная,
- Компьютер с монитором,
- Многофункциональное устройство,
- Тренажер для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс»,
- Планшет на базе Андроид,
- Точка беспроводного доступа в интернете (WI-FI).

Информационное обеспечение реализации программы: видеофайлы, аудиофайлы, фотографии, методические пособия, методический материал: разработки конспектов, плакаты, демонстрационные рисунки, схемы из

разработки конспектов, плакаты, демонстрационные рисунки, схемы из интернет-источников. Экранно-звуковые пособия: видеоролики и презентации.

Формы аттестации. Система отслеживания и оценивания результатов включает в себя различные формы учёта знаний, умений, навыков:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования;
- начальный мониторинг (вводный контроль в начале учебного года в форме тестирования) с целью определения уровня развития обучающихся;
- текущий контроль - выявление уровня освоения текущего программного материала (тестовые задания);
- промежуточный контроль - определение степени освоения обучающимися части содержания дополнительных общеобразовательных программ (презентации творческих работ);
- итоговый контроль (декабрь, май) с целью определения степени усвоения учебного материала за полугодие и всего курса в форме тестирования, выполнения проблемных заданий, тестирования, презентации творческой работы.

Для диагностики метапредметных результатов используются следующие методы: наблюдение, выполнение проблемных заданий, решение кроссвордов и головоломок, создание презентаций и творческих работ, лабораторная работа.

Используются следующие методы диагностики личностных изменений обучающихся: тестирование, диагностическая беседа, наблюдение, анкетирование.

Методические материалы. В процессе реализации образовательной программы приоритет отдается личностно ориентированным педагогическим технологиям. Это предполагает использование на занятии разнообразных видов общения, совместный поиск истины путем выслушивания, взаимопринятия, взаимопонимания, через организацию учебного диалога, а

также преобладание активных форм организации учебных занятий: практическая и самостоятельная исследовательская работа, участие в дискуссиях и т.п. Использование этих форм позволяет решить задачу всестороннего развития учеников, создать условия для приобретения ими не только предметных, но и интеллектуальных умений. Это позволяет говорить о методическом разнообразии занятий, которые, однако, могут быть классифицированы по следующим основным формам.

Лекционные занятия – устное изложение учебного вопроса преподавателем, организуемое в виде интерактивного рассказа с использованием компьютерных презентация, наглядных пособий (плакатов, раздаточного материала, видеофильмов, моделей), демонстраций физиологических опытов и медицинских манипуляций.

Лабораторно-практические работы позволяют выработать умения и навыки, познакомиться с исследовательским оборудованием, а также глубже и предметнее освоить отдельные теоретические положения. Включают в себя решение задач, постановку опытов по физиологии человека, работу с микропрепаратами, освоение медицинских манипуляций.

Учебные экскурсии используются: а) как дополнение к учебному материалу (тематические экскурсии по учебной теме); б) как самостоятельная часть образовательного процесса (посещение учреждений города, где можно получить образование, экскурсии по истории науки и т.д.). Кроме решения дидактических задач, экскурсионные занятия позволяют расширить кругозор учащихся.

Самостоятельная исследовательская работа, наряду с выполнением учащимися лабораторно-практических работ, способствует систематизации и усвоению полученных теоретических знаний, пробуждению интереса учащихся к изучению предметных вопросов, и – особо – развитию творческих способностей, формированию научного стиля мышления. Публичная защита исследовательской работы на научнопрактических

конференциях и конкурсах творческих работ позволяет ввести учащихся в научное сообщество, выработать навыки публичных выступлений.

Список литературы

1. Волков, С.Р. Здоровый человек и его окружение / С.Р. Волков. - М.: Медицина, 2015.- 128 с.
2. Двоскина Д.Э., Алякин Д.О., Осипов Д.Г./Действие алкоголя и наркотиков на человека и его здоровье/ РОСТ - Развитие, Образование, Стратегии, Технологии. сборник материалов I Всероссийской студенческой научной конференции. - 2018. - С. 129-140.
3. Жаренко Т.Н. Формирование валеологической грамотности учащихся в школьном курсе биологии «Человек и его здоровье»/ Перспективы развития науки и образования. сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 13 частях. - 2015. - С. 40-41.
4. Казин, Э. М. Биология. Основы индивидуального здоровья человека / Э.М. Казин, Н.Г. Блинова, Н.А. Литвинова. - М.: Владос, 2016. - 192 с.
5. Кораблева Е.Н. О здоровье человека и основных составляющих его компонентах/ Е. Кораблева. - // Сборник статей Международной научно-практической конференции: в 3 частях. - 2017. - С. 46-48.
6. Маковеева О.С., Гостяева С.Н. Методические условия формирования здорового образа жизни школьников в системе лабораторных работ «Человек и его здоровье»/ Школа Науки. № 7 (32). - 2020. - С. 55-57.
7. Моргунова Е.М., Колядич Е.С., Москва В.В./Питание человека и его здоровье/ Пищевая промышленность: наука и технологии. № 1 (27). - 2015. - С. 67-75.
8. Перкова Ю.Е.Здоровый образ жизни и его влияние на физические качества здоровья человека/ Молодежь - Барнаулу. Материалы XXI городской научно-практической конференции молодых ученых. - 2020. - С. 464.
9. Пряникова Ю.И. Экология жилища человека и его здоровья/ Научный поиск. № 2.4- 2015. -. С. 77-78
- 10.Хвостов М.Ю. Загрязнение окружающей среды и его влияние на здоровье человека/ Научные труды магистрантов и аспирантов. Сборник научных трудов. -2020.- С. 224-227.

Ресурсы удаленного доступа

1. Формирование культуры здоровья в семье/ФГБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора/ URL: <http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/963/> (дата обращения 15.05.2021) – Режим доступа – свободный.
2. Ценность здоровья для детей и родителей/CyberLeninka/URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennost-zdorovya-dlya-detey-i-roditeley/viewer> (дата обращения 15.05.2021) – Режим доступа – свободный.
3. ЗОЖ для детей: основные принципы сохранения здоровья/ Официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской федерации/ URL: <https://www.takzdorovo.ru/articles/5196250/> (дата обращения 15.05.2021) – Режим доступа – свободный.
4. Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни или как привить привычку быть здоровым/ Академия развития творчества/URL: <https://www.art-talant.org/publikacii/7424-formirovanie-u-detey-predstavleniy-o-zdorovom-obraze-ghizni-ili-kak-privity-privychku-byty-zdorovym> (дата обращения 15.05.2021) – Режим доступа – свободный.
5. Консультация для родителей «Бережём здоровье с детства, или 10 заповедей здоровья»/ Конспектека/ URL: <https://konspektka.ru/konsultatsiya-dlya-roditelej-berezhyom-zdorove-s-detstva-ili-10-zapovedej-zdorovya/> (дата обращения 15.05.2021) – Режим доступа – свободный.

Список литературы для детей и родителей

1. Беликов С.Н., Орехова И.В. Здоровье человека в его руках. Студенческая наука XXI века. 2016. № 4 (11). С. 89-91.
2. Грекалова И.Н. Развитие физической культуры человека как средство сохранения и укрепления его здоровья. Культура и время перемен. 2015. № 1 (8). С. 11.
3. Кучма, В. Р. Гигиена детей и подростков. Учебник. Гриф МО РФ / - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 949 с.
4. Латипова, Л. Г. Здоровый образ жизни в детстве — основа счастливого человека / Л. Г. Латипова. — Текст : непосредственный // Актуальные задачи педагогики : материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Чита, январь 2015 г.)

5. Маркевич Е.К., Гук Д.А. Сотовый телефон и его влияние на здоровье человека. В сборнике: Инновации в медицине и фармации - 2018. Сборник материалов дистанционной научно-практической конференции студентов и молодых ученых. Белорусский государственный медицинский университет. 2018. С. 766-770.
6. Татаринцева И.А., Барсуков М.А., Гусева О.И., Чурина М.К., Лещёва Е.А. Здоровье человека и факторы, его определяющие В сборнике: Олимпизм: истоки, традиции и современность. Сборник статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции. 2017. С. 290-295.
7. Фахриев Ж.А., Нозимова Н.Х., Расулова Н.Ф. Сидячий образ жизни и его влияние на здоровье человека. Теория и практика современной науки. 2019. № 3 (45). С. 318-321.
8. Штольц Х., Рудольф Р. Как воспитать нравственное поведение? - М: Просвещение, 2014. - 201с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504707717602515670935380417862998762092077159067

Владелец Сулейманова Татьяна Александровна

Действителен с 06.03.2023 по 05.03.2024