

Принята
на педагогическом совете
ГБОУ СОШ № 314 Фрунзенского
района Санкт-Петербурга
протокол № 9
от 18.05.2026 г.

Утверждена
18.05.2026г
приказом №. 586
Директор ГБОУ СОШ № 314
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ И.В. Французова

Французова
Ирина
Вячеславовна

Подписано цифровой
подписью: Французова
Ирина Вячеславовна

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ»

Возраст учащихся: 11 – 16 лет

Срок освоения: 2 года

**Разработчик: Грисюк Надежда Иринеевна,
педагог дополнительного образования**

Пояснительная записка

Программа «Школа здоровья» относится к социально-гуманитарной **направленности**.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на учащихся в возрасте от 11 до 16 лет, не зависимо от пола, и имеют заявление от родителей о приеме в объединение. По программе могут заниматься учащиеся, имеющие интерес к содержанию программы.

Актуальность

В настоящее время в государственно-политическом и социально-экономическом устройстве страны преследуется цель создания здорового общества. Поэтому образование ответственно не только за духовное, но и за физическое развитие, укрепление здоровья учащихся, приобщение их к ценностям здорового образа жизни. Данная программа предназначена для подростков и направлена на профилактику бытовых травм, несчастных случаев, дорожно-транспортных происшествий. Современному человеку предстоит в течение жизни решать проблемы различного характера, в том числе, связанные с сохранением и укреплением своего здоровья и здоровья окружающих.

Отсутствие навыков безопасного поведения в повседневной жизни, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях пагубно отражаются на состоянии здоровья и жизни подрастающего поколения. Подростки в силу своих возрастных психологических особенностей в повседневной жизни не всегда могут правильно оценить возникающие риски и во многих ситуациях превышают свои возможности. Детский организм находится в состоянии становления, многие процессы подвижны и неустойчивы. В экстремальной, трудной ситуации у подростка происходит торможение в центральной нервной системе, и он в большинстве случаев не может своевременно принимать правильные решения, совершать оперативные действия. Возникает необходимость познакомить детей с правилами безопасного поведения и выживания в различных ситуациях.

Данная программа помогает воспитанию учащихся, способных решать проблемы выживания в различных условиях. Следовательно, позволяет более успешно ориентироваться в социальной среде.

Уровень освоения: общекультурный.

Объем и срок реализации программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 144 часа.

Количество лет, необходимых для освоения программы: 2 года. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. В году 72 часа.

Год обучения	Общее количество часов	Количество часов в неделю
1	72	2
2	72	2

Отличительные особенности программы

Окончив изучение данной программы, учащиеся смогут научиться предвидеть и избегать опасные ситуации природного и техногенного характера, реализовывать свои знания и умения в оказании первой помощи на случай возникновения травм и поражений, полученных в быту, на соревнованиях или в других жизненных ситуациях.

За время занятий в объединении, учащиеся должны сформировать осознание нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, безопасность поведения и сохранения здоровья собственного и окружающих; овладеть основами и приобрести знания при оказании первой помощи при травмах, несчастных случаях и внезапных заболеваниях, должны знать все необходимые методы и средства обеспечения безопасности и уметь применять их на практике.

Данная программа адаптирована к условиям образовательного процесса образовательного учреждения. Главной особенностью программы является ее практическая направленность.

Цель программы: формирование у учащихся знаний, практических умений безопасного поведения, ключевых компетенций и качеств личности, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- подготовить к быстрому и грамотному реагированию в случае опасной ситуации;
- способствовать формированию теоретических и практических знаний основ по оказанию первой помощи;
- научить навыкам безопасного поведения дома.

Развивающие:

- развить навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- развить наблюдательность, усидчивость, уверенность в себе;
- развить мотивации к ведению безопасного здорового образа жизни;

Воспитательные:

- воспитать ответственное отношение к своему здоровью;
- воспитать чувство ответственности, дисциплины и внимательного отношения к сверстникам;
- осуществлять индивидуальную и коллективную деятельность, помогать друг другу.

Планируемые результаты**Личностные:**

Учащийся:

- воспитает ответственное отношение к своему здоровью;
- будет готов осуществлять индивидуальную и коллективную деятельность, помогать друг другу;
- воспитает чувство ответственности, дисциплины и внимательное отношение к сверстникам.

Метапредметные:

Учащийся разовьет:

- навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- наблюдательность, усидчивость, уверенность в себе;
- мотивацию к ведению безопасного здорового образа жизни.

Предметные:

Учащийся:

- познакомится с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- будет готов к быстрому и грамотному реагированию в случае опасной ситуации;
- научится навыкам безопасного поведения дома;
- познакомится с теоретическими и практическими основами по оказанию первой помощи.

Организационно-педагогические условия реализации

Язык реализации: государственный язык РФ - русский.

Форма обучения очная,

Особенности реализации

Данная программа может быть реализована с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Условия набора и формирования групп

Набор в объединение осуществляется на свободной основе, по желанию подростков, по заявлению родителей или законных представителей.

В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста, на первом году обучения – не менее 15 человек, на втором году – не менее 12 человек. Возможен дополнительный набор учащихся на второй год обучения при наличии свободных мест и при условии владения необходимыми знаниями и навыками.

При желании и в соответствии с возрастом учащиеся имеют возможность повторить обучение по программе. Для таких учащихся, с целью поддержки детских инициатив, в содержании программы предусмотрено наличие заданий повышенного уровня сложности, что

дает возможность для самосовершенствования и развития их творческого потенциала, как в объединении, так и дома.

Формы организации и проведения занятий

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

индивидуальная, в малых группах и групповая.

Формы проведения занятий по программе: занятие, игра, лекция, беседа, практическое занятие

Материально- техническое обеспечение программы:

15 столов;

15 стульев;

Доска;

1 персональный компьютер;

Принтер;

Вата медицинская,

Набор имитаторов ран,

Бинты,

Жгут кровоостанавливающий

Салфетки марлевые медицинские.

Необходимое кадровое обеспечение программы. Для реализации данной дополнительной общеразвивающей программы предусмотрен один специалист - педагог дополнительного образования с уровнем образования и соответствующим требованиям «Профессионального стандарта».

Учебный план 1 года обучения

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	1	1	Беседа
2.	ЗОЖ	18	9	9	Беседа, наблюдение
3.	Вредные привычки	6	3	3	Беседа, наблюдение
4.	Органы человека	12	6	6	Беседа, наблюдение
5.	Польза воды	2	1	1	Беседа, наблюдение
6.	Первая помощь	20	8	12	Беседа, наблюдение
7.	Опасность на природе	6	3	3	наблюдение
8.	Безопасность в повседневной жизни	4	2	2	Беседа, наблюдение
9.	Контрольное занятие	2		2	Зачет
	Итого:	72	33	39	

Учебный план 2 года обучения

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	1	1	Беседа
2.	Доврачебная помощь	12	6	6	Беседа,

					наблюдение
3.	Десмургия	8	2	6	Беседа, наблюдение
4.	Здоровый стиль жизни	42	20	22	Беседа, наблюдение
5.	Иммунитет	6	2	4	Беседа, наблюдение
6.	Итоговое занятие.	2		2	Зачет
	Итого:	72	31	41	

Рабочая программа на 2026-2027 учебный год

1 года обучения

Задачи

Обучающие:

- познакомить учащихся с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- подготовить учащихся к быстрому и грамотному реагированию в случае опасной ситуации;
- способствовать формированию теоретических и практических знаний основ по оказанию первой помощи;
- научить навыкам безопасного поведения дома.

Развивающие:

- развивать навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- развивать наблюдательность, усидчивость, уверенность в себе;
- развивать мотивации к ведению безопасного здорового образа жизни;

Воспитательные:

- воспитывать ответственного отношения к своему здоровью.
- воспитывать чувство ответственности, дисциплины и внимательного отношения к сверстникам;
- осуществлять индивидуальную и коллективную деятельность, помогать друг другу.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория:

Техника безопасности на занятии. Знакомство с программой. Цель и структура занятий. Знакомство группы. Создание безопасной, доброжелательной атмосферы. Сплочение группы. Обсуждение и принятие правил работы. Техника безопасности на занятии.

Практика: Занятие, направленное на знакомство и сплочение группы. Беседа по технике безопасности.

Контроль. Беседа.

2. Здоровый образ жизни.

Теория:

Что такое здоровый образ жизни (ЗОЖ)? Что включает в себя ЗОЖ? Для чего нужен ЗОЖ. Режим дня. Правильное питание. Гигиена. Отдых

Практика:

Беседа на тему занятия.

Контроль. Наблюдение. Беседа.

3. Вредные привычки.

Теория:

Вредные привычки. Вред табакокурения и алкоголя. Интернет зависимость. Причины ее возникновения.

Практика.

Обсуждение презентаций. Беседа по теме занятия.

Контроль. Беседа. Наблюдение

4. Органы человека.

Теория:

Нервная система человека. Мозг и его возможности. Кровеносная система. Сердце. Легкие.

Практика:

Игры на уточнение собственного образа: «Каким я вижу себя?». «Встреча с самим собой».

Контроль. Беседа. Наблюдение.

5. Польза воды

Теория:

Вода и ее роль в жизни человека. Закаливание. Полезные напитки. Безопасное поведение на воде.

Практика.

Беседа по теме занятия.

Контроль. Беседа. Наблюдение.

6. Первая помощь.

Теория:

Первая помощь при отравлении, ожогах, переохлаждении, солнечном ударе, растяжении связок, вывихе сустава, переломах костей. Доврачебная помощь при несчастных случаях. Борьба с вирусами (ОРВИ и ОРЗ)

Практика.

Практическая работа: оказание первой помощи. Беседа по теме занятия.

Контроль. Беседа. Наблюдение

7. Опасность на природе.

Теория:

Укусы насекомых, змей. Заноза. Опасные погодные условия.

Практика:

Беседа по теме занятия.

Контроль. Беседа. Наблюдение.

8. Безопасность в повседневной жизни.

Теория:

Безопасность в повседневной жизни. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Безопасные места для детских игр. Безопасные каникулы.

Практика:

Беседа по теме занятия.

Контроль. Беседа. Наблюдение.

9. Контрольное занятие.

Практика:

Самостоятельная работа. Рефлексия участников занятий. Планирование дальнейшей работы.

Контроль. Зачет.

Планируемые результаты:

Личностные:

Учащийся:

- начнет воспитывать ответственное отношение к своему здоровью;
- начнет осуществлять индивидуальную и коллективную деятельность, помогать друг другу;
- начнет формировать чувство ответственности, дисциплины и внимательное отношение к сверстникам;

Метапредметные:

Учащийся начнет развивать:

- навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;

- наблюдательность, усидчивость, уверенность в себе;
- мотивацию к ведению безопасного здорового образа жизни;

Предметные:

Учащийся:

- познакомится с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- начнет готовиться к быстрому и грамотному реагированию в случае опасной ситуации;
- познакомится с теоретическими и практическими знаниями основ по оказанию первой помощи;
- научится навыкам безопасного поведения дома.

Календарно-тематический план

Раздел/ № занятия	Тема занятия, краткое содержание	Количество часов		Дата планируемая	Дата фактическая
		план	факт		
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2			
ЗОЖ					
2.	Что такое здоровый образ жизни.	2			
3.	Распорядок дня. Роль режима в жизни человека.	2			
4.	Правильное питание - залог здоровья.	2			
5.	Где и как готовят пищу.	2			
6.	Здоровье и гигиена ротовой полости. Выбор щетки и зубной пасты.	2			
7.	Гигиена зрения. Глазодвигательная гимнастика.	2			
8.	Гигиена кожи и ногтей.	2			
9.	Организация режима обучения и отдыха. Профилактика гиподинамии.	2			
Вредные привычки					
10.	Почему некоторые привычки называются вредными.	2			
11.	Интернет-зависимость.	2			
12.	Для чего человеку нужны нервы?	2			
13.	Виды памяти и секреты запоминания.	2			
Органы человека					
14.	Как работает сердце и кровеносная система.	2			
15.	Работа легких. Безопасное дыхание.	2			
Польза воды					
16.	Польза воды для организма. Полезные напитки. Питьевой	2			

	режим.				
17.	Польза закаливания.	2			
18.	Виды кровотечений и оказание первой доврачебной помощи при них.	2			
19.	Вред табакокурения. Пагубные последствия этой вредной привычки.	2			
Первая помощь					
20.	Первая помощь и самопомощь при отравлениях.	2			
21.	ОРВИ и ОРЗ. Скажем простуде и вирусам нет.	2			
22.	Первая помощь при травмах: растяжение связок, при вывихе сустава, переломах костей.	2			
23.	Первая помощь при травмах: растяжение связок, при вывихе сустава, переломах костей.	2			
24.	Первая помощь при травмах: растяжение связок, при вывихе сустава, переломах костей.	2			
25.	Первая помощь при ушибах и ссадинах.	2			
26.	Первая помощь при ожогах.	2			
27.	Первая помощь при переохлаждении и обморожении.	2			
28.	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.	2			
29.	Первая доврачебная помощь при несчастных случаях на воде.	2			
30.	Способы переноски и перемещения пострадавших.	2			
Опасность на природе					
31.	Укусы насекомых и защита от них.	2			
32.	Опасные погодные условия и встреча с ними.	2			
33.	Опасные ситуации природного характера	2			
Безопасность в повседневной жизни					
34.	Безопасность в повседневной жизни.	2			
35.	Безопасные каникулы.	2			
36.	Контрольное занятие.	2			
Итого:		72			

Рабочая программа на 2026-2027 учебный год

Второй год обучения

Задачи:

Обучающие:

- продолжить знакомить учащихся с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- продолжить готовить учащихся к быстрому и грамотному реагированию в случае опасной ситуации;
- продолжить способствовать формированию теоретических и практических знаний основ по оказанию первой помощи;
- продолжить учить навыки безопасного поведения дома.

Развивающие:

- продолжить развивать навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- продолжить развивать наблюдательность, усидчивость, уверенность в себе;
- продолжить развивать мотивацию к ведению безопасного здорового образа жизни;

Воспитательные:

- продолжить воспитывать ответственное отношение к своему здоровью;
- продолжить воспитывать чувство ответственности, дисциплины и внимательного отношения к сверстникам;
- продолжить осуществлять индивидуальную и коллективную деятельность, помогать друг другу.

Содержание программы:

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория:

Программа работы на предстоящий год. Техника безопасности на занятии. Правила работы в группе.

Практика: Беседа по теме занятия.

Контроль: Беседа.

2. Доврачебная помощь

Теория:

Виды медицинской и доврачебной помощи. Аптечка первой помощи. Первая помощь при тепловом ударе и перегреве.

Практика:

Беседа по теме занятия. Упражнения в парах.

Контроль: Беседа, наблюдение.

3. Десмургия

Теория:

Наложение повязок при различных травмах и ранах. Наложение жгутов.

Практика:

Беседа по теме занятия. Упражнения в парах.

Контроль: Беседа, наблюдение.

4. Здоровый стиль жизни

Теория:

Вредные привычки и к чему они могут привести. Личная гигиена. Сбалансированное питание. Сон и его значение для человека. Здоровая психика и крепкие нервы. Физическая и умственная работоспособность. Инфекционные и неинфекционные заболевания. Прививки. Режим учебы и отдыха. Как справиться с переутомлением.

Практика:

Беседа по теме занятия. Работа с материалами.

Контроль: Беседа, наблюдение.

5. Иммуитет

Теория:

Иммунитет и способы его укрепления. Современные методы оздоровления и помощи себе.

Практика:

Беседа по теме занятия. Работа с материалами.

Контроль. Беседа. Наблюдение.

6. Итоговое занятие.

Практика:

Защита рефератов.

Контроль. Зачет.

Планируемые результаты

Личностные:

Учащийся:

- воспитает ответственное отношение к своему здоровью;
- будет готов к осуществлять индивидуальную и коллективную деятельность, помогать друг другу;
- воспитает чувство ответственности, дисциплины и внимательное отношение к сверстникам.

Метапредметные:

Учащийся разовьет:

- навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- наблюдательность, усидчивость, уверенность в себе;
- мотивацию к ведению безопасного здорового образа жизни;

Предметные:

Учащийся:

- познакомится с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- будет готов к быстрому и грамотному реагированию в случае опасной ситуации;
- научатся навыкам безопасного поведения дома.

Календарно-тематический план

Раздел/ № занятия	Тема занятия, краткое содержание	Количество часов		Дата плани-руемая	Дата факти-ческая
		план	факт		
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2			
2.	Понятие милосердие	2			
Доврачебная помощь					
3.	Виды медицинской и доврачебной помощи	2			
4.	Аптечка первой помощи и ее содержимое	2			
5.	Перевязочные материалы	2			
6.	Первая доврачебная помощь при кровотечениях	2			
7.	Первая доврачебная помощь при тепловом ударе и перегреве	2			
Десмургия					
8.	Десмургия. Наложение повязок при различных травмах и ранах	2			
9.	Десмургия. Наложение повязок при	2			

	различных травмах и ранах				
10.	Десмургия. Наложение повязок при различных травмах и ранах	2			
11.	Наложение жгутов и повязок	2			
Здоровый стиль жизни					
12.	Здоровый стиль жизни	2			
13.	Вредные привычки.	2			
14.	Отказ от вредных привычек	2			
15.	Личная гигиена и общественная	2			
16.	Основы личной гигиены	2			
17.	Гигиена кожи	2			
18.	Гигиена питания	2			
19.	Сбалансированное питание	2			
20.	Гигиена зрения. Болезни глаз.	2			
21.	Гигиена одежды	2			
22.	Сон и его значение для человека	2			
23.	Здоровая психика и крепкие нервы	2			
24.	Укрепление психического здоровья	2			
25.	Спорт и физическая культура	2			
26.	Физическая активность	2			
27.	Неинфекционные заболевания.	2			
28.	Инфекционные заболевания и их профилактика	2			
29.	Обмороки	2			
30.	Закаливание организма	2			
31.	Режим учебы и отдыха. Как справиться с переутомлением	2			
32.	Умственная и физическая работоспособность	2			
Иммунитет					
33.	Иммунитет и способы его укрепления	2			
34.	Иммунитет и способы его укрепления	2			
35.	Современные методы оздоровления и помощи себе	2			
36.	Итоговое занятие	2			
	Итого:	72			

Методические и оценочные материалы

Методические материалы

Для освоения содержания программы используются репродуктивные и продуктивные методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, проблемный.

Методы воспитания:

- методы формирования сознания личности (рассказ, объяснение и разъяснение, этическая беседа, инструктаж, положительный пример);
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности (упражнение, поручение, воспитывающая ситуация);
- методы стимулирования поведения и деятельности (поощрение, игра);
- методы контроля, самоконтроля и самооценки деятельности и поведения (педагогическое наблюдение, опросные методы (беседы), анализ результатов деятельности).

Выполнение программы предполагает использование современных педагогических технологий: элементов игровых технологий, технологий личностно-ориентированного, развивающего обучения, информационно-коммуникационных и здоровьесберегающих технологий.

Дидактические средства, с помощью которых обеспечивается реализация программы:

- визуальные (печатные текстовые, простые, технические (механические) средства): учебники, энциклопедии, дидактический материал; плакаты; интерактивная доска (слайд-презентации);
- аудиовизуальные (зрительно-слуховые): мультимедийные электронные средства (учебные видеоуроки и видеоролики);
- тренажёры: тренажёры-манекены для отработки навыков доврачебной помощи, компьютерные программы-тренажёры;
- универсальные: компьютер и сетевые информационные системы (локальные компьютерные сети и глобальная сеть Интернет).

В основе учебно-воспитательного процесса лежат следующие ценности предмета «Школа здоровья»:

- формирование доброжелательности, доверия и внимания к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
- формирование потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- формирование навыков культуры поведения на дорогах, в транспорте, общественных местах, безопасного поведения в природе, нравственного выбора и ответственности человека в отношении к самому себе и окружающим людям;
- развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
- развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты.

Принципы и методы обучения

К дидактическим принципам, которые должны быть реализованы в образовательном процессе, относятся следующие.

Преемственность. Каждая новая ступень обучения опираться на уже усвоенные учащими знания, умения и навыки, полученные ранее, а так же и от родителей.

Последовательность и постепенность. Знания даются постепенно, определенными дозами, без перегрузки, с нарастающим объемом информации.

Принцип развивающего обучения. Организация учащихся воздействий на личность и поведение ребенка позволяет управлять темпами и содержанием его развития.

Список литературы

Для педагогов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон 273) (ст.12; 1,2,3,9 ст.13; п.1,5,6 ст.14; ст.15; ст.16; ст.33, ст.75).
2. Приказ Министерства просвещения Российской от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».
3. Распоряжение Комитета по образованию от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»
4. СанПиН 1.2.685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2).

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28).

6. Грицуняка И. холод закаляет ваш организм. М.: Литрес. 2023 140с.

7. Журавлева И. Шлыков А. Личная безопасность. М.: Русич. 1997. 442с.

8. Кадыков В.А. Мохов Е.М. Первая доврачебная помощь .М.: Юрайт, 2024. 244с.

9. Кардакова М. Сначала суп, потом десерт. Как составить полноценное меню и сформировать у ребенка правильные пищевые привычки. М.: МИФ. 2022. 192с.

10. Ларина М. Лечебные свойства воды. Смотри, что пьешь. М.: Вектор. 2005. 96с.

11. Лапшичев В. Самый надежный и правильный метод избавления от любой вредной.... М.: 2008. 210с.

12. Личная безопасность. Меры предосторожности в повседневной жизни. Поведение в экстремальных ситуациях. М.: АСТ. 2001. 448с.

13. Логинова Л. Н. 365 уроков безопасности.- М.: Айрис-Пресс, 2000. 245с.

14. Перлмуттер Д. Еда и мозг. Что углеводы делают со здоровьем, мышлением и памятью. М.: МИФ. 2024. 480с.

15. Свешникова Л.В. «Рефлексивные техники эмоционального состояния детей», Волгоград,: Учитель, 2020. 79с..

16. Терджен Х., Райт Д. Неспящие подростки. Как помочь им выспаться. М. МИОО. 2023. 368с.

17. Туркина Н.В., Васильев О.В. Десмургия. Учебник+CD-диск. СПб.: СпецЛит. 2020.

Для детей и родителей:

1. Авдеева Н.Н. Князева О.Л. Безопасность на улицах и дорогах. - М.: АСТ, 1997. – 32с.

2. Бернс Девид «Ругаться нельзя мириться», М.: Бомбора, 2022. 304с.

3. Ильичёв А.А. Популярная энциклопедия выживания – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. 496 с

4. Клыков Л.М. Поляков Ю.О. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. – Новосибирск.: 2021. 169с.

5. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях – М: 1992. 191с.

6. Рыбин А.Л. Обучение правилам дорожного движения. - М., «Просвещение», 2008. 32с.

7. Шаховец В.В.. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. – М.: Военные знания. 2013. 56с.

8. Форштат М.Л. Учись быть пешеходом. СПб.:Дом МиМ 1998.

9. Юсин А.А. Я купил велосипед.- М.: Молодая гвардия, 1984. 160с.

Интернет источники:

1. Интернет- ресурс <http://bdd-eor.edu.ru>

2. Все о пожарной безопасности [Электронный ресурс] <http://www.0-1.ru>

3. Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС [Электронный ресурс] <http://www.vlados.ru>

4. Издательство Академкнига/Учебник [Электронный ресурс] <http://www.akademkniga.ru>

5. Издательство БИНОМ. Лаборатория знаний [Электронный ресурс] <http://www.lbz.ru>

6. Издательство Вита-Пресс [Электронный ресурс] <http://www.vita-press.ru>

7. Издательство Дрофа [Электронный ресурс] <http://www.drofa.ru>

8. Издательство Мнемозина [Электронный ресурс] <http://www.mnemosina.ru>

9. Издательство Просвещение [Электронный ресурс] <http://www.prosv.ru>

10. Искусство выживания [Электронный ресурс] <http://www.goodlife.narod.ru>

11. Первая медицинская помощь [Электронный ресурс] <http://www.meduhod.ru>

12. Портал детской безопасности [Электронный ресурс] <http://www.spas-extreme.ru>

Оценочные материалы

Для получения объективной информации используют следующие виды контроля:

- входной (сентябрь).
- текущий (в течение всего учебного года),

- промежуточная аттестация (итоговый – в конце второго года обучения) – декабрь, май, открытые занятия.

- Итоговый контроль – в конце второго года обучения (май).

Формы контроля: беседа, педагогическое наблюдение, открытое занятие, зачет.

Наблюдение за работой на занятии (в основном текущий контроль);

Промежуточная аттестация – зачет.

Уровень теоретических знаний оценивается следующим образом:

- *Низкий уровень.* Учащийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

- *Средний уровень.* Учащийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

- *Высокий уровень.* Учащийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

Критерием, на основе которого осуществляется анализ практических результатов

- *Низкий уровень.* Учащийся знает фрагментарно изученный материал. Не может самостоятельно выполнить предложенное задание, делает только с помощью педагога.

- *Средний уровень.* Учащийся знает изученный материал. Может самостоятельно выполнить предложенное задание, но иногда прибегает к помощи педагога.

- *Высокий уровень.* Учащийся знает изученный материал. Умеет работать самостоятельно.

Базовые задания выполнены полностью – зачет

Базовые задания выполнены с небольшими пометками – зачет

Базовые задания выполнены с пометками - зачет

Базовые задания не выполнены – не зачет.

Принята
на педагогическом совете
ГБОУ СОШ № 314 Фрунзенского
района Санкт-Петербурга
протокол № 9
от 18.05.2026 г.

Утверждена
18.05.2026г
приказом №. 586
Директор ГБОУ СОШ № 314
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ И.В. Французова

Французова
Ирина
Вячеславовна

Подписано цифровой
подписью: Французова
Ирина Вячеславовна

**Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Школа здоровья»
на 2026-2027 учебный год**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий (академический час – 45 мин.)
1	1 сентября	25 мая	36	36	72	1 раза в неделю по 2 ч.
2	1 сентября	25 мая	36	36	72	1 раза в неделю по 2 ч.