

**Министерство образования Самарской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с. Подстепки
Структурное подразделение
«Спектр»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» июня 2026 г.
Протокол № 3

Утверждаю
Руководитель СП «Спектр»
_____ С.Ю. Приходько
«30» июня 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Быть здоровым – здорово!»
естественнонаучной направленности

Возраст детей: 5-7 лет
Срок обучения: 1 год

Разработчик:
Шешина В.М.
дополнительного образования

с. Подстепки, м/р Ставропольский 2026 год

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа естественнонаучной направленности «Быть здоровым – здорово!» (далее – Программа) включает в себя 3 тематических модуля. Программа направлена на организацию профилактической работы по формированию, сохранению и укреплению здоровья, необходимой для повседневной жизни; дети приобретут навыки здорового и безопасного для человека и окружающей среды образа жизни, экологического сознания, ценностного отношения к живой природе и человеку.

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Быть здоровым – здорово!» - естественнонаучная.

Актуальность программы заключается в том, что в современных условиях проблема сохранения здоровья подрастающего поколения чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей, увеличением числа имеющих хронические заболевания, неврозы. Причины такого состояния – нарушение экологии, гиподинамия, состояние социальной среды, незнание своего организма. Если мы научим с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, то можно надеется, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Здоровый образ жизни должен стать потребностью каждого современного человека. В системе жизненных ценностей на первом месте должны стоять здоровье и необходимость его сохранения и укрепления.

Данная программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими задачи, содержание и формы организации педагогического процесса в дополнительном образовании:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 05.04.2021 № 85-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.12 г. пр. № 273-ФЗ
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 г. «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Методические рекомендации по реализации адаптированных ДОП, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ОВЗ, включая детей-инвалидов, с учётом их образовательных потребностей» Минобрнауки России от 29.03.2016 г. №ВК – 641
- Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти

ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны от 02.10.2023 г.

- Постановление Правительства Самарской области «О Стратегии социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года» от 12.07.2017 г. № 441.

- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»

Новизна программы «Быть здоровым — здорово!» заключается в том, что она посвящена актуальной проблеме — формированию у детей 5–7 лет культуры здоровья и нацелена на становление у дошкольников осознанного отношения к ценности физического, психического и социального благополучия, развитие ответственности за своё здоровье, а также освоение навыков гигиенической и пищевой культуры. Особенность программы — в интеграции обучающего содержания с игровой деятельностью и сенсорными практиками: освоение правил ЗОЖ происходит не через заучивание, а в сюжетных играх и бытовых ситуациях, что обеспечивает естественное закрепление полезных привычек. При этом реализация материала построена по модульному принципу — это позволяет системно решать воспитательные и образовательные задачи и гибко учитывать индивидуальные особенности и темпы развития каждого ребёнка

Отличительной особенностью программы является применение конвергентного подхода, позволяющего выстраивать обучение, включающее в себя элементы нескольких направленностей, в том числе использование в здоровьесберегающей программе при освоении материала техник изобразительного и декоративно-прикладного искусства. Оригинальность представленной системы работы заключается в интеграции валеологических знаний в различные виды детской деятельности, в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении различных форм работы с детьми, в создании инновационной здоровьесберегающей среды в соответствии с возрастными возможностями и способностями дошкольников.

Педагогическая целесообразность: заключается в применяемом на занятиях деятельностном подходе, который позволяет максимально продуктивно усваивать материал путем смены способов организации работы. Организация образовательной деятельности воспитанников строится на основе игровой деятельности, что помогает поддерживать интерес в ходе всей деятельности, а также физическую и умственную работоспособность детей, что, в свою очередь, дает положительный оздоровительный эффект, создает условия для формирования мотивации здоровья.

В программу включены коллективные практические занятия, развивающие коммуникативные навыки и способность работать в команде. Практические занятия помогают развивать у детей воображение, внимание, творческое мышление, умение свободно выражать свои чувства и настроения, работать в коллективе.

В процессе реализации программы «Быть здоровым – здорово!» проводятся мультимедиа-занятия по темам образовательной программы. Аудиовизуальная информация, представленная в различной форме (видеофильм, анимация, слайды, музыка), стимулирует непроизвольное внимание детей благодаря возможности демонстрации явлений и объектов в динамике. В ходе занятий используются мультимедийные презентации, деловые игры, викторины, выполнение индивидуальных практических заданий, тестирование.

Цель программы – формирование у дошкольников представлений о здоровье, умений и навыков здорового образа жизни и установок на заботу о своем здоровье.

Задачи программы

Ознакомительный уровень **образовательные:**

- проявление интереса к познанию своего организма, осознанию главной ценности здоровья.
- формирование представления о правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных

продуктах;

- формирование у детей навыков гигиены и безопасности жизни;

развивающие:

- развитие личности обучающихся, их интеллектуальное нравственное совершенствование, формирование у них гуманистических отношений и экологически целесообразного поведения;
- развитие положительной мотивации здоровьесбережения, наблюдательности, инициативы;

воспитательные:

- воспитание понимания общественной потребности в здоровом образе жизни;
- привитие ценностного отношения обучающихся к здоровью и человеческой жизни, бережное отношение к природе.

Базовый уровень

образовательные:

- побуждение детей к самостоятельному овладению элементарными знаниями о строении человеческого тела, о значении органов;
- обучение рационально организовывать режим дня, двигательной активности;
- формирование у детей навыков гигиены и безопасности жизни;

развивающие:

- предоставление каждому обучающемуся возможность для самоопределения, самореализации и саморазвития с учетом его индивидуальных особенностей;
- развитие познавательных и творческих способностей, обучающихся;
- содействие всестороннему и гармоничному развитию личности обучающихся;

воспитательные:

- воспитание желания заботиться о своем организме, стремление осознанно вести здоровый образ жизни
- вовлечение обучающихся в творческую и практическую деятельность по охране и восстановлению здоровья человека;

Углубленный уровень

образовательные:

- формирование системы валеологических знаний как компонента естественно-научной картины мира;
- овладение практическими навыками оказания первой медицинской помощи;

развивающие:

- формирование у обучающихся сознательно-ответственной позиции в отношении здоровья;
- развитие положительной мотивации здоровьесбережения;

воспитательные:

- развитие межличностных отношений, контактности, доброжелательности;
- воспитание способности к сотрудничеству, взаимопониманию в коллективе, построению межличностных отношений

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 5 – 7 лет.

Высокая способность детей в этот возрастной период быстро овладевать теми или иными

видами деятельности определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития. Им нравится исследовать все, что незнакомо, они понимают законы последовательности и последствия. Поэтому интересным для них является обучение через исследование. Ребенок начинает быть самостоятельным, приспосабливается к обществу вне семейного круга. Важно научить ребенка не изолировать себя от сверстников, помогать сопереживать другим людям, быть дружелюбным.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год, объем – 108 часа (3 модуля по 36 часов каждый).

Формы обучения:

- занятие;
- беседа;
- экскурсия;
- практическая работа;
- проектная деятельность.

Формы организации деятельности: групповая.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1 часу. Одно занятие длится 30 минут.

Наполняемость учебных групп: составляет 12-15 человек.

Планируемые результаты

Личностные:

- положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие трудности;
- наличие мотивации к творческому труду и бережному отношению к материальным и духовным ценностям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- формирование познавательных мотивов, направленных на сохранение собственного здоровья и экологической безопасности.

Метапредметные:

Познавательные:

- анализ информации;
- преобразование познавательной задачи в практическую;
- выделение главного, выбор наиболее эффективных способов решения;

Регулятивные:

- понимание причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- конструктивное действие даже в ситуациях не успеха;
- адекватное восприятие предложения и оценки педагогов, товарищей и родителей.

Коммуникативные:

- учет разных мнений и интересов и обоснование своей позиции;
- сотрудничество с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умение находить выходы из спорных ситуаций

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле

Учебный план

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Познай себя»	36	17	19
2.	«Слагаемые здоровья»	36	20	16
3.	«Безопасное поведение»	36	21	15

	Учимся оказывать первую медицинскую помощь»			
	ИТОГО	108	58	50

Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных творческих заданий, тестирование, участие в конкурсах, викторинах.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством викторины, тестирования, интеллектуальной игры или интерактивного занятия.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца; удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам курса, умеет пользоваться литературой.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; свободно владеет теоретической информацией по курсу, умеет анализировать литературные источники, применять полученную информацию на практике.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- наблюдение,
- интерактивное занятие;
- анкетирование,
- выполнение творческих заданий,
- тестирование,
- практическая работа;
- участие в конкурсах, викторинах в течение года.

1 Модуль «Познай себя»

Реализация этого модуля направлена на знакомство детей со строением человека и деятельности его отдельных органов, о правилах ухода за ними. Задачи модуля научить дошкольников внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе и своему здоровью.

Цель: формирование осознанного отношения дошкольников к своему физическому и психическому здоровью.

Задачи:

Обучающие:

- формирование осознанного отношения дошкольников к своему здоровью;
- формирование основных навыков здорового образа жизни
- знакомство с элементарным строением своего организма в доступной, занимательной форме с учётом индивидуальных, возрастных, психологических особенностей детей.

Развивающие:

- развитие и совершенствование физических и психомоторных качества ребенка, обеспечивающие высокую дееспособность;
- совершенствование прикладных жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

Воспитательные:

- привитие жизненно важных гигиенических навыков;
- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- формирование умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Оздоровительные:

- улучшение функционального состояния организма.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- необходимые сведения о работе основных органов человеческого тела, биологических процессах, протекающих в теле человека;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в детском саду, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания
- о заболеваниях и способах их предупреждения.

Обучающийся должен уметь:

- правильно взаимодействовать с другими людьми (терпимо, имея взаимовыручку)
- ухаживать за своим здоровьем и телом;
- работать в группе, в коллективе.

Обучающийся должен приобрести навык:

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания

Учебно-тематический план «Познай себя»

№ п/п	Разделы	Теоретичес кие занятия	Практически е работы, экскурсии	Всего часов
1	Введение. Наш организм	1	0	1
2	«Почему я вижу?»	2	2	4
3	Наши уши.	1	1	2
4	Обоняние и запах. Что умеет наш нос?	1	1	2
5	Наши зубы.	1	2	3
6	Язык – мой умный помощник	1	1	2
7	Кожа – надежная защита организма. Забота о коже.	2	2	4
8	Наши помощники руки и ноги	2	2	4
9	Зачем мы спим?	2	2	4
10	Как следует питаться	1	3	4
11	Твое настроение	2	2	4
12	Исследовательская работа	1	1	2

Итого:	17	19	36
---------------	-----------	-----------	-----------

Содержание программы модуля

Тема 1. Введение. Наш организм.

Теория. Техника безопасности на занятиях. Человек в ряду живых существ.

Тема 2. «Почему я вижу?» Теория. Познакомить детей со строением глаза, бережному отношению к зрению и своему здоровью. Дать советы по уходу за глазами.

Дидактическая игра «Почему у нас два глаза»

Практика: Физкультминутки для глаз.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17768562682814968166&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DANZRFYGiorU&text=%D0%92%D0%B5%D1%81%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%D0%B0%D0%B7%20%D1%81%20%D0%BB%D0%B8%D0%BB%D0%B8&path=sharelink>

Практика: Правила бережного отношения к зрению.

Тема 3. Теория: Наши уши. Расширять знания детей об ушах как важном органе, познакомить детей со строением уха и основными правилами ухода за ушами

Опыт с музыкой

Дидактическая игра «Угадай звук?»

Практ/игра «Ау»

Практика: «Самомассаж ушей»

Тема 4. Теория: Обоняние и запах. Что умеет наш нос? Способность чувствовать запахи. Правила, которые помогают сохранить обоняние.

Практика: «Узнай по запаху»

Тема 5. Теория: Наши зубы. Зубы. Молочные, коренные зубы. Смена зубов. Строение зубов. Кариес. Уход за полостью рта и правила ухода за зубами. Инструменты, приспособления для чистки зубов. Врач – стоматолог.

Практика: «Нарисуйте зуб - Замок, в котором поселилась Зубная Боль. Где будет вход в Замок? (Это дырочка.) Что нужно сделать, чтобы Зубная Боль не попала в Замок? (Закрасить дырочку, как будто заделать вход.) Зуб перестанет болеть»

Практика: «Чистка зубов».

Тема 6. Теория: Язык – мой умный помощник. Язык – орган вкуса. Кислое - сладкое, солёное – горькое.

Практика «Узнай на вкус»

Игра «Съедобное, несъедобное»

Тема 7. Теория: Осязание. Кожа – надёжная защита организма. Забота о коже. Кожа – орган осязания. Цвет кожи. Правила ухода за кожей тела, лица, рук, ног.

Опыты: лед (холод) – тепло

Дидакт/игра «Разложи картинки по порядку»

Просмотр мультфильма «Мой до дыр»

<https://yandex.ru/video/preview/7677820746336104965>

Тема 8. Теория: Наши помощники руки и ноги. Понятия о строении конечностей человека, значении рук и ног человека. Как тренировать руки и ноги. Как беречь руки и ноги.

Практика: «Игра-соревнование «Кто больше?»

Игра «Что общего между руками и ногами?» (с мячом)

Тема 9. Теория: Зачем мы спим? Сон нужен и животным, и человеку. Как спят животные. Сон необходим человеку. Во сне отдыхает мозг, а мозг для человека — самое главное. Он всем организмом управляет. Как спит человек. Кому сколько надо спать.

Практика: Анализ стихотворения С. Михалкова «Не спать».

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1744845305408590251&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3Dg482XJ6sInA&text=%D0%A1.%20%D0%9C%D0%B8%D1%85%D0%B0%D0%BB%D0%BA%D0%BE%D0%B2.%20%D0%9D%D0%B5%D0%D1%81%D0%BF%D0%B0%D1%82%D1%8C&path=sharelink>

Практика: Игра «Плохо — хорошо» (по гигиене сна)

Тема 10. Теория: Как следует питаться Питание - необходимое условие для жизни человека. Чем питается человек, чем питается животное. Вредные и полезные продукты.

Практика: заучивание стихотворения С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала».

Практика: «Вылепи продукты полезные для здоровья».

П/р «Что разрушает здоровье, что укрепляет?»

Тема 11. Теория: Твое настроение. Что такое настроение. Почему у человека бывает разное настроение. Какие причины влияют на настроение. Можно ли сделать так, чтобы настроение всегда было хорошим. Как начинать день (с улыбки). С каким настроением вы приходите в детский сад и уходите. С каким настроением вы приходите домой. Как настроение влияет на здоровье.

Практика: «Закончи рассказ».

П/р «Закрасьте нужным цветом» (мое любимое занятие)

Тема 12. Исследовательская работа.

Проведения исследований, наблюдений социологических опросов, самоконтроль за здоровьем.

П/р «Оформление дневников здоровья»

2 Модуль «Слагаемые здоровья»

Модуль предназначен дать сведения дошкольникам о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного питания, физического развития.

Цель — формирование у воспитанников основ здорового образа жизни (ЗОЖ).

Задачи:

Обучающие:

- обучение навыкам здорового образа жизни и поддержания хороших межличностных отношений;
- формирование умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями

Развивающие:

- развитие у дошкольников потребность к познанию и совершенствованию себя и окружающего мира;
- развитие у детей мотивации здорового образа жизни, потребности в освоении способов сохранения и улучшения своего здоровья.

Воспитательные:

- воспитание понимания у дошкольников ценности здоровья, потребности быть здоровым; овладение практическими навыками ухода за телом;
- привитие жизненно важных гигиенических навыков.

Оздоровительные:

- улучшение функционального состояния организма;
- снижению заболеваемости.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- нормы здорового образа жизни;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Обучающийся должен уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;

Обучающийся должен приобрести навык:

- сохранения и укрепления здоровья.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Теоретические занятия	Практические работы, экскурсии	Всего часов
1	Вводное занятие	1	0	1
2	Чистота и здоровье. Что такое личная гигиена	2	2	4
3	Режиму дня – мы друзья!	1	1	2
4	Движение – жизнь. На диване не лежать, бегать, прыгать и скакать!	2	2	4
5	Закаляйся, обтирайся и здоровым оставайся!	2	2	4
6	Вредные привычки	2	1	3
7	Лекарственные растения – замечательное богатство природы	2	2	4
8	Кто нас лечит.	2	2	4
9	Как справиться с инфекцией.	1	1	2
10	Причины и признаки болезни.	2	2	4
11	Что нужно знать о лекарствах.	2	1	3
12	Открытое занятие «Слагаемые здоровья»	1	0	1
13	Итого:	20	16	36

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности. Основные методы, термины и понятия в валеологии.

Тема 2. Теория. Чистота и здоровье. Что такое личная гигиена. Понятие «гигиена». Предметы личной гигиены. Правила личной гигиены. Уборка помещения. Правила влажной уборки помещения.

Практика: «Соедини и раскрась предметы личной гигиены»

Практика: «Составь правила уборки своей комнаты»

Тема 3. Теория: Режиму дня – мы друзья! Режим дня. Особенности режима дня школьника.

Здоровый сон. Гигиена сна и условия для полноценного и здорового сна. Значение режима дня для здоровья.

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8597301664011084738&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D6tEzh_SREJE&text=%D0%9C%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%8F%20%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B8.%20%20%D0%A0%D0%B0%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BE%D0%BA%20%D0%B4%D0%BD%D1%8F%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0&path=sharelink

Практика: «Составь свой режим дня»

Тема 4. Теория: Движение – жизнь. На диване не лежать, бегать, прыгать и скакать! Двигательная активность и здоровье человека. Гиподинамия. Пропаганда активного и здорового образа жизни. Занятия спортом, ежедневная гимнастика и зарядка – залог здоровья. Физические упражнения и спортивные игры.

Практика: рисунок для выставки «Мы дружим с физкультурой»

П/р «Подвижные игры»

Тема 5. Теория: Закаляйся, обтирайся и здоровым оставайся! Обтирание. Обливание. Закалка. Правила закаливания организма.

Практика: «Правила закаливание организма», «Обтирание».

Тема 6. Теория. Вредные привычки. Что такое никотин. Зависимость. Влияние табачного дыма на организм человека. Почему люди курят. Пассивное курение. Как избежать ситуации пассивного курения. Что такое алкоголь? Чем он опасен? Алкоголь. Опыанение. Вред алкоголя. Алкоголизм - трудноизлечимая болезнь. Наркотические вещества.

Восприимчивость человека к наркотическим веществам. Большая вероятность возникновения зависимости после первого, однократного приёма наркотического вещества.

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=7929638550743340252&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D9STOaUpRt_U&text=%D0%92%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B2%D1%8B%D1%87%D0%BA%D0%B8%3A%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%B0%20%D0%B2%20%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0%D1%85.&path=sharelink

Практика: рисунок «Нет вредным привычкам»

Тема 7. Теория: Лекарственные растения – замечательное богатство природы. Правила сбора лекарственных растений. Свойства лекарственных растений. Лекарственные растения родного края.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16469225485235337520&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D9kfJyjo1ryc&text=%D0%9B%D0%B5%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%20%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%7C%20%D0%94%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20%7C%20%D0%9E%D0%BA%D1%80%D1%83%D0%B6%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B8%D0%B9%20%D0%BC%D0%B8%D1%80%20%2343%20%7C%20%D0%98%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA&path=sharelink>

П/р Экскурсия «Природа родного края»

Практика: «Сбор лекарственных трав»

Тема 8. Теория. Кто нас лечит. Профессия «врач». Поликлиника. Названия врачебных специальностей (окулист, стоматолог, хирург, офтальмолог, педиатр).

Экскурсия «Офис общей практики»

Практика: Интерактивная игра «Врач»

Тема 9. Теория: Как справиться с инфекцией? Инфекционные заболевания. Способы заражения и лечения инфекций. Микробы. Вирусы.

Практика: «Маска индивидуальной защиты своими руками»

Тема 10. Теория: Причины и признаки болезни. Болезнь. Причины болезни. Боль. Правила поведения при первых признаках боли. Температура тела, её измерение. Способы предупреждения болезни. Прививки.

Практика: «Способы измерения температуры»; инсценировка ситуации «Кукла заболела»

Тема 11. Теория: Что нужно знать о лекарствах. Медицинские препараты, их польза и вред. Ситуации, когда приём медицинских препаратов необходим. Рецепт. Аптека. Домашняя аптечка. Аккуратное обращение с лекарствами.

Практика: «Соберем домашнюю аптечку»

Тема 12. Открытое занятие «Слагаемые здоровья». Здоровый образ жизни. Методы сохранения здоровья.

3. Модуль ««Безопасное поведение. Учимся оказывать первую медицинскую помощь»»

Цель: формирование навыков дошкольниками общепринятых норм и правил поведения, безопасности, жизнедеятельности в повседневной жизни.

Обучающие:

- формирование основных правил личной безопасности
- формирование соответствующих возрасту знаний, умений в оказании помощи.

Развивающие:

- развитие познавательного интереса к своему здоровью;
- развитие самостоятельности, наблюдательности.

Воспитательные:

- воспитание личностных навыков безопасного поведения в социуме и в быту.
- воспитание чувства ответственности за личную безопасность, желание оказать помощь

Предметные ожидаемые результаты:

Учащийся должен знать:

- ситуации, опасные для жизни и здоровья.
- предметы, которыми нужно пользоваться осторожно.
- основные правила безопасного поведения человека в быту
- элементарные приёмы оказания первой медицинской помощи

Учащийся должен уметь:

- действовать с потенциально опасными предметами домашнего обихода с соблюдением мер предосторожности;
- самостоятельно принимать решения в неожиданных ситуациях;
- видеть возможные последствия тех или иных действий, опираясь на полученные ранее знания и собственный опыт.

Учащийся должен иметь навык оказания помощи себе и пострадавшим.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Теоретичес кие занятия	Практическ ие работы	Всего часов
1	Вводное занятие	1	0	1
2	Травмы. Виды травм.	3	2	5
3	Укусы животных, насекомых.	2	1	3
4	Отравление – это страшно, но выход есть всегда.	2	1	3
5	Безопасность при любой погоде. Обморожение. Перегрев. Тепловой удар.	3	2	5
6	Чем опасен электрический ток?	2	1	3

7	Ребёнок и природа	2	1	3
8	Ребёнок и другие люди	2	2	4
9	Ребенок на улице	2	2	4
10	Ребенок дома.	2	2	4
11	Игра-викторина «Сам себе – спасатель» (итоговое занятие)	0	1	1
	Итого:	21	15	36

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Теория: Первая помощь.

Тема 2. Теория: Травма. Виды травматизма. Бытовой травматизм. Ушиб. Вывих, растяжение, меры предупреждения, травмы. Правила личной безопасности и безопасности окружающих. Правила и приёмы оказания первой медицинской помощи при травмах.

Практика: «Первая помощь при ушибе».

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12963656136312364689&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DsnXhlowFOGE&text=%D0%9E%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B2%D0%BE%D0%B8%20%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D1%89%D0%B8%20%D0%B5%D1%81%D0%BB%D0%B8%20%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%20%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%83%D1%87%D0%B8%D0%B%20%D1%83%D1%88%D0%B8%D0%B1&path=sharelink>

Практика: «Первая помощь при вывихе и растяжении»

Тема3. Теория: Укусы животных, насекомых. Животные домашние и дикие.

Предосторожности при обращении с животными. Укусы животных. Правила обращения с животными (кошками, собаками). Клещи. Насекомые.

Практика: «Первая помощь при укусе животных»

Практика: «Первая помощь при укусе насекомых»

Тема 4. Теория: Отравление – это страшно, но выход есть всегда. Виды отравлений (пищевые, лекарственные, угарным газом, ядовитыми веществами). Признаки отравлений.

Практика: «Первая помощь при отравлении»

Тема 5. Теория: Безопасность при любой погоде.

Обморожение. Перегрев. Тепловой удар. Опасности, подстерегающие человека осенью, зимой, весной и летом. Правила безопасности при любой погоде, выбор одежды по сезону. Признаки обморожения, перегрева, теплового удара, перегрев.

Практика: «Первая помощь при обморожении»

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5984404350846588100&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D7MVmmcLOZow&text=%D0%90%D1%80%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%B9%20%D0%9F%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D0%BE%D0%B2%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%88%D0%B8%D1%82%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D1%89%D1%8C%20-%D0%9E%D0%B1%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BB%D0%B8%D1%86%D0%B0%20-%D0%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F%2079%20-%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F&path=sharelink>

Практика: «Первая помощь при тепловом ударе»

Тема 6. Теория: Чем опасен электрический ток? Первая помощь при ударе током. Понятие «электрический ток», «электрические приборы». Удар током. Правила безопасности при работе с электрическими приборами.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13097111825086163433&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DvkML48Fm9A8&text=%D0%A4%D0%B8%D0%BA%D1%81%D0%B8%20-%D0%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%8B%20-%D0%D0%9E%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BD%D0%BE%20%D1%8D%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0>

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6218178945159084111&url=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2Fefir%3Ffrom%3Defir%26from_block%3Dya_organic_results%26stream_id%3DvbkfW31nZMjw&text=%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%8F%D0%BC%20%D0%BE%20%D0%BF%D0%BE%D0%B6%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8&path=sharelink

Практика: «Первая помощь при ударе электрическим током»

Тема 7. Теория: Ребенок и природа.

Всегда ли общение с природой несёт пользу? Что даёт самой природе деятельность человека? Обсуждение ситуаций, несущих потенциальную опасность (неприятные моменты при встрече с различными животными и растениями). Экология и загрязнения окружающей среды. Бережное отношение к живой природе.

Практика: «Поведение в лесу»

Тема 8. Теория: Ребёнок и другие люди.

Осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека ситуациям;

Умение обращаться за помощью к взрослым в трудную ситуацию;

Элементарные правила при контактах с незнакомыми людьми.

Практика: Ситуация «Осторожно незнакомец»

Тренинг «Громко позови на помощь»

Игра-тренинг «Я потерялся»

Чтение сказки «Красная шапочка»

Тема 9. Теория: Ребенок на улице.

Понятия - улица, тротуар, светофор, пешеходная «зебра», проезжая часть дороги, дорожные знаки, транспорт (метро, автобус, автомобиль). Основы ПДД для водителей, пешеходов, велосипедистов, работа ГАИ.

Практика: «На улице не в комнате, о том ребята помните».

Практика: Экскурсия в школу для ознакомления с разметкой для пешеходов.

Тема 10. Ребенок дома.

Сколько опасностей таит в себе наше комфортное жилище? Умение грамотно обращаться с окружающими предметами в домашней обстановке. Как вести себя на балконе, у открытого окна.

П/р «Уроки безопасности»

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6218178945159084111&url=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2Fefir%3Ffrom%3Defir%26from_block%3Dya_organic_results%26stream_id%3DvbkfW31nZMjw&text=%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%8F%D0%BC%20%D0%BE%20%D0%BF%D0%BE%D0%B6%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8&path=sharelink

П/р «Знакомство с огнетушителем, эвакуация при пожаре»

Тема 11. П/ Игра-викторина «Сам себе – спасатель» (итоговое занятие).

Основные направления воспитательной работы в детском объединении

Цель	Задачи	Формы Организации	Ожидаемый результат	Мониторинг Результативности
Духовно- нравственное направление				
формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально	-Формирование культуры общения, поведения, этических представлений;	-Чтение и рассматривание художественной литературы, энциклопедий.	Расширение этических представлений о «доброте», «дружбе», «взаимопомощи»,	Диагностическая беседа с детьми. Наблюдение за активностью ребёнка в ходе занятий и в различных видах

ответственному поведению.	- воспитание представлений о значении опрятности и красоты внешней, ее влиянии на внутренний мир человека; - развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства, явлений жизни, отношений между людьми; - воспитание любви к прекрасному, уважения к традициям и культуре родной страны и других народов;	-проведение дидактических, словесных, сюжетно-ролевых игр с детьми. -инсценировки сказок для детей младшей группы. -участие в досуговых мероприятиях. Мероприятия, посвященные праздникам России: День защитник Отечества, день пожилого человека, 9 мая. Участие в акциях «Окна Победы», «Георгиевская ленточка», «Красный тюльпан»	«взаимовыручке», «справедливости»; - сформируется стремление помогать, сопереживать, поддерживать окружающих людей; - сформируются понятия о семейных ценностях и традициях;	- детской деятельности; - Анкетирование родителей;
---------------------------	--	--	--	---

Патриотическое направление

содействовать формированию у ребёнка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца, ответственного за будущее своей страны.	- формирование любви к родному краю, родной природе, родному языку, культурному наследию своего народа; -воспитание любви, уважения к своим национальным особенностям и чувства собственного достоинства как представителя своего народа;	досуги, викторины, КВН, театрализованные представления, экскурсии.	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.	Анкета «Сформированность нравственных качеств»
---	--	--	--	--

	-воспитание уважительного отношения к гражданам России в целом, своим соотечественникам и согражданам, представителям всех народов России, к ровесникам, родителям, соседям, старшим, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности; -воспитание любви к родной природе, природе своего края, России, понимания единства природы и людей и бережного ответственного отношения к природе.			
--	---	--	--	--

Трудовое направление

формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребёнка к труду.	-Формировать и совершенствовать трудовые навыки; -воспитывать положительное отношений к труду взрослых, стремление оказывать им посильную помощь. .	- Подготовка и уборка своих рабочих мест. -дежурство;	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности, проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.	Наблюдение, анализ продуктов трудовой деятельности.
--	--	---	---	---

Физическо-оздоровительное направление

формирование	- Формирование	-Спортивные	-Имеют начальное	Анкета «ЗОЖ»
--------------	----------------	-------------	------------------	--------------

ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, и правилами безопасности.	представления о своём теле, о необходимости сохранения своего здоровья. -воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни. -развивать интерес к физической культуре; -развивать стремление к сохранению своего здоровья.	праздники и соревнования. -проектная деятельность - пальчиковые игры, дыхательные упражнения, - подвижные игры, физкультминутки и.	представление о составляющих здорового образа жизни; -повышение уровня физической готовности -повышение эмоционального, психологического, физического благополучия	
---	---	--	--	--

Социальное направление

формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с окружающими людьми.	-Формирование у ребенка представлений о добре и зле. -формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе, эмпатии (сопереживания), коммуникативности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила	Д/игры, народные игры и досуги, театрализованные представления, беседы, чтение различных произведений, рассматриваем иллюстрации с изображением заботы между людьми, людьми и животными, людьми и окружающим миром.	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку, проявляющий задатки чувства долга: ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми.	Анкета «Сформированность нравственных качеств»
---	--	---	--	--

Художественно -эстетическое направление

. способствовать становлению у ребёнка ценностного	-Воспитание любви к прекрасному,	- Праздники и развлечения:	Способный воспринимать и чувствовать	Экспериментальные и диагностические ситуации
--	----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------	--

отношения к красоте.	уважения к традициям и культуре родной страны и других народов; - развитие творческого отношения к миру, природе, быту и к окружающей ребенка действительности ; - формирование у детей эстетического вкуса, стремления окружать себя прекрасным, создавать его.	«День матери», «Праздник Осени», «День пожилого человека», «Новогодний праздник», «День 8 марта» «День Победы» -участие в конкурсах	прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве, стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности, обладающий зачатками художественно-эстетического вкуса.	
----------------------	--	--	--	--

Познавательное направление

формирование ценности познания	-Развитие любознательности -формирование опыта познавательной инициативы; - приобщение ребенка к культурным способам познания (книги, интернет-источники, дискуссии	-Совместная деятельность педагога с детьми на основе наблюдения, сравнения, проведения опытов (экспериментирования) -организации походов и экскурсий, просмотра доступных для восприятия ребенка познавательных фильмов, чтения и просмотра книг;	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении	Беседа с детьми
--------------------------------	---	--	--	-----------------

Результатом воспитательной деятельности является овладение воспитанниками определенным объемом умений и навыков, развитие их творческих способностей, сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья детей.

Календарный план воспитательной работы

Название события, мероприятия	Сроки	Направление воспитательного компонента
День знаний	Сентябрь	Гражданско-патриотическое, эстетическое
«Путешествие в Страну Безопасной Жизни» — квест.	Сентябрь	Правовое воспитание и культура безопасности
День дошкольного работника (видео поздравление)	Сентябрь	Гражданско-патриотическое, эстетическое
День пожилых людей: (инсценировка сказки)	Октябрь	Воспитание семейных ценностей
День отца: спортивная эстафета «Вместе с папой»	Октябрь	Воспитание семейных ценностей, Физкультурно- оздоровительное
«Осенний лес»	Ноябрь	Художественно-эстетическое, познавательное
Досуг «Мы – патриоты!»	Ноябрь	Гражданско-патриотическое, эстетическое, Воспитание семейных ценностей
День матери: подарок маме	Ноябрь	Воспитание семейных ценностей, художественно- эстетическое
«Неделя здоровья»	Декабрь	Физкультурно- оздоровительное
Экологическая акция «Кормушка для птиц».	Декабрь	Познавательное, трудовое
«Новогодняя сказка».	Декабрь	Художественно- эстетическое
«Зимние забавы».	Январь	Физкультурно- оздоровительное
Развлечение «Давайте обнимемся» К Международному дню объятий	Январь	Социальное. познавательное
«Уроки доброты».	Февраль	Социальное, познавательное
День Защитника Отечества развлечение вместе с папами	Февраль	Гражданско-патриотическое, эстетическое, физкультурно- оздоровительное
Творческая мастерская «Подарок для мамочки».	Март	Художественно эстетическое
Международный женский день; развлечение с мамами	Март	Воспитание семейных ценностей, эстетическое
Всемирный день здоровья: спортивные мероприятия	Апрель	Здоровье сберегающее, культура безопасности
День земли: экологические уроки	Апрель	Познавательное, здоровье сберегающее
День Победы: смотр строя и песни	Май	Гражданско-патриотическое Духовно- нравственное

Игра поход «Путешествие по лесу».	Май	Духовно- нравственное, физкультурно- оздоровительное, трудовое
День защиты детей: праздничная программа	Июнь	Воспитание семейных ценностей, эстетическое, культура безопасности

Обеспечение программы

Методическое обеспечение

Основные принципы, положенные в основу программы:

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для их развития;
- принцип демократичности, предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;
- принцип системности и последовательности – знания в программе даются в определенной системе, накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

Методы работы:

- *словесные методы*: рассказ, беседа, сообщения – эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей, являются источником новой информации;
- *наглядные методы*: презентации, просмотр фото-видеоматериалов, демонстрации рисунков, плакатов, коллекций, иллюстраций. Наглядные методы дают возможность более детального обследования объектов, дополняют словесные методы, способствуют развитию мышления детей. «Чем более органов наших чувств принимает участие в восприятии какого-нибудь впечатления или группы впечатлений, тем прочнее ложатся эти впечатления в нашу механическую, нервную память, вернее сохраняются ею и легче, потом вспоминаются» (К.Д. Ушинский);
- *практические методы*: выполнение различных исследований, проведение экскурсий, выполнение творческих заданий. Участие в различных акциях, мероприятиях, конкурсах. Изготовление рисунков, аппликаций. Данные методы позволяют воплотить теоретические знания на практике, способствуют развитию навыков и умений детей. Большое значение приобретает изучение закономерностей и разработку принципов сохранения и развития здоровья человека в постоянно меняющихся условиях жизнедеятельности.

Основной объём знаний учащихся приобретает в активной форме, в ходе выполнения практических и исследовательских работ. Занятия в основном проводятся в малых группах, иногда применяются индивидуальные занятия, которые дают наиболее эффективные результаты.

Занятие состоит из следующих *структурных компонентов*:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой воспитанников к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед воспитанниками;
4. Изложение нового материала;
5. Практическая работа;
6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
7. Подведение итогов;
8. Уборка рабочего места.

Материально-техническое оснащение программы

Помещение: занятия проводятся в просторном кабинете с соблюдением всех санитарно-гигиенических норм.

Дидактический материал: овощи, фрукты, вода, аптечка, предметы личной гигиены, комплекс упражнений утренней гимнастики, комплексы «Гимнастика для глаз» и др. Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы); плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Как правильно мыть руки», «Глаз», «Ухо» «Первая помощь при порезе», «Первая помощь при переломе», «Правильная осанка», «Хорошие манеры», «Правила безопасного поведения».

Технические средства обучения: ноутбук, интерактивная доска или проектор.

Кадровое обеспечение программы: программу реализует педагог дополнительного образования детей.

Работа с родителями

Программа «Быть здоровым – здорово!» включает в себя планомерную целенаправленную работу с родителями, в которой решаются следующие приоритетные задачи:

- установление партнерских отношений с семьей каждого воспитанника;
- объединение усилий для развития и воспитания детей;
- создание атмосферы взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- активизация и обогащение воспитательных умений родителей.

Для решения поставленных задач и вовлечения родителей в единое пространство детского развития намечена работа в двух направлениях:

- повышение педагогической компетентности родителей;
- вовлечение родителей в деятельность объединения, совместная работа по обмену опытом.

Формы работы с родителями:

- родительские собрания
- консультации (индивидуальные, групповые)
- тематические выставки
- эпизодические беседы с родителями
- совместные праздники
- телефон доверия
- развлечения и досуг
- анкетирование, книга отзывов
- участие родителей в жизни группы

Таким образом, совместная деятельность объединения и семьи способствует:

- повышению у родителей заинтересованности жизнью детей в объединении.
- формированию взаимодействий всех участников образовательных отношений: детей, родителей, педагогов.

Список литературы

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. / Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б., «Детство-Пресс», 2004
2. Барина Е. Обучаем дошкольников гигиене. - Издательство: Сфера, 2013
3. Белая К.Ю., Зимонина В.Н., Кондрыкинская Л.А., Куцакова Л.В., Мерзлякова С.И., Сахарова В.Н., Как обеспечить безопасность дошкольников: Конспекты занятий по

основам безопасности детей дошкольного возраста. [Текст] / Белая К.Ю., Зимонина В.Н., Кондрыкинская Л.А., Куцакова Л.В., Мерзлякова С.И., Сахарова В.Н., М., Просвещение, 2001

4. Конышев В.А. «Ты то, что ты ешь: азбука питания» - М.: Эксмо, 2011 год – 384 с.

5. Новикова И.М. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников»

6. Пискунов В.А., Максинаева М.Р., Тупицына Л.П., Егорова Т.И., Айриян Э.В. Здоровый образ жизни: Учебное пособие. – М.: Прометей, 2012 год.

7. Саулина Т.Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014

8. П.Л.Симкина, Титаровский Л.В. Азбука здоровья: к проблеме безопасности жизнедеятельности человека: физкультминутки здоровьесберегающей направленности. – м.: Амрита-Русь, 2006

9. Югова М. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет.

Планирование, занятия, игры. ФГОС ДО. - Волгоград: Издательство «Учитель», 2019

Дополнительный список литературы

1. Алябьева Е.. Знакомим детей с человеческим организмом. Сказки, рассказы, игры, стихи, загадки для детей 6-9 лет. - Издательство: Сфера, 2015

2. Гусев И.Е.. Человек. - Издательство: Аванта + (АСТ), 2019

3. Живые карточки «Анатомия».- Издательство DEVAR kids, 2019

4. Прати Э.. Тело человека. Энциклопедия для детей./ Переводчик Цибизова И./ Под ред. Облицовой Т.Ю. – Изд. Махаон, 2016

5. Стовелл Л.. Секреты человека. - Издательство: Робинс, 2019

6. Феданова Ю.Р. Тело человека. - Издательство: Владис, 2019

7. Шалаева Г.П., Журавлева О.М., Сазонова О.Г. Правила поведения для воспитанных детей. - Издательство: Малыш, 2015

Календарно учебный график
дополнительной общеразвивающей
программ «Здоровым быть здорово» на 2025-2026 уч.год

№ Учебн ой недели	Дата проведения	Время проведения	Форма занятия	Количес тво часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	01.09.-6.09. По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Теория	1 2	Введение. Наш организм «Почему я вижу?»	По расписанию педагога	Общий опрос
2	0.09.-13.09. По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	2 1	«Почему я вижу?» «Наши уши.»	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Индивидуальный опрос
3	16.09.-20.09. По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория Практика	1 1 1	«Наши уши.» «Обоняние и запах. Что умеет наш нос?»	По расписанию педагога	Творческая работа Индивидуальный и общий опрос
4	23.09.-27.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	1 2	«Наши зубы»	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
5	30.09-04.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика Теория	1 1 1	Язык – мой умный помощник Кожа – надежная защита организма. Забота о коже.	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
6	07.10-11.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	1 2	Кожа – надежная защита организма. Забота о коже.	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
7	14.10-18.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	2 1	Наши помощники руки и ноги	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Практическая работа
8	21.10-25.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	1 2	Наши помощники руки и ноги Зачем мы спим?	По расписанию педагога	Практическая работа Индивидуальный и общий опрос
9	28.10-01.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	2 1	Зачем мы спим? Как следует питаться	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
10	05.11-08.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Как следует питаться	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
11	11.11-15.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	2 1	Твое настроение	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
12	18.11-22.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Практика	1 2	Твое настроение Исследовательская работа	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Тест
13	25.11-29.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Теория	1 2	Слагаемые здоровья (Вводное) Чистота и здоровье. Что такое личная гигиена	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос
14	02.12-06.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	2 1	Чистота и здоровье. Что такое личная гигиена Режиму дня – мы друзья!	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Индивидуальный и общий опрос
15	09.12-13.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	1	Режиму дня – мы друзья!	По расписанию педагога	Практическая работа
16	16.12-20.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	2 1	Движение – жизнь. На диване не лежать, бегать, прыгать и скакать!	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Практическая работа
17	23.12-27.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	1 2	Движение – жизнь. На диване не лежать, бегать, прыгать и скакать! Закаляйся, обтирайся и здоровым оставайся!	По расписанию педагога	Творческая работа Индивидуальный и общий опрос

18	06.01-10.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	2 1	Закаляйся, обтирайся и здоровым оставайся! Вредные привычки	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
19	13.01-17.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика Теория	1 1 1	Вредные привычки Лекарственные растения – замечательное богатство природы	По расписанию педагога	Творческая работа Индивидуальный и общий опрос
20	20.01-24.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	1 2	Лекарственные растения – замечательное богатство природы	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Практическая работа,
21	27.01-31.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	2 1	Кто нас лечит	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Самостоятельная работа
22	03.02-07.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория Практика	1 1 1	Кто нас лечит Как справиться с инфекцией.	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Практическая работа,
23	10.02-14.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	1 2	Причины и признаки болезни.	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Практическая работа,
24	17.01-21.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	1 2	Причины и признаки болезни. Что нужно знать о лекарствах	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Индивидуальный и общий опрос
25	24.02-28.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория Теория	1 1 1	Что нужно знать о лекарствах Открытое занятие «Слагаемые здоровья» Безопасное поведение. Учимся оказывать первую медицинскую помощь	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Индивидуальный и общий опрос
26	03.03-07.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория	3	Травмы. Виды травм.	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос
27	10.03-14.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	2 1	Травмы. Виды травм. Укусы животных, насекомых.	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Индивидуальный и общий опрос
28	17.03-21.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика Теория	1 1 1	Укусы животных, насекомых. Отравление – это страшно, но выход есть всегда.	По расписанию педагога	Творческая работа
29	24.03-29.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика Теория	1 1 1	Отравление – это страшно, но выход есть всегда. Безопасность при любой погоде. Обморожение. Перегрев. Тепловой удар	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос Практическая работа
30	31.03-04.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория Практика	2 1	Безопасность при любой погоде. Обморожение. Перегрев. Тепловой удар	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос. Самостоятельная работа
31	07.04-11.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	1 2	Безопасность при любой погоде. Обморожение. Перегрев. Тепловой удар Чем опасен электрический ток?	По расписанию педагога	Практическая работа Индивидуальный и общий опрос
32	14.04-18.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	1 2	Чем опасен электрический ток? Ребёнок и природа	По расписанию педагога	Практическая работа Индивидуальный и общий опрос
33	21.04-25.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика Теория	1 2	Ребёнок и природа Ребёнок и другие люди	По расписанию педагога	Самостоятельная работа Индивидуальный и общий опрос

34	28.04-02.05 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	2	Ребёнок и другие люди	По расписанию педагога	Самостоятельная работа
			Теория	1	Ребенок на улице		Индивидуальный и общий опрос
35	12.05-16.05 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория	1	Ребенок на улице	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос
			Практика	2			Практическая работа
36	19.05.-26.05.05.	По расписанию педагога	Теория	1	Ребенок дома.	По расписанию педагога	Индивидуальный и общий опрос. Тестирование.
			Практика	2			