

Управление образования администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 53»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 01.08.2024  
Протокол № 2



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
естественнонаучной направленности**

**«Здравушка»**

Стартовый уровень

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчики программы:  
Никифорова Наталья Владимировна  
Мухарева Наталья Анатольевна  
Ананьева Татьяна Владимировна

г. Ленинск-Кузнецкий, 2024

## Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик.....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1. 2. Учебно-тематический план.....	8
1.3. Содержание учебно-тематического плана.....	11
Раздел 2. Комплекс организованно-педагогических условий.....	22
2.1. Календарный учебный график.....	22
2.2. Материально-техническое обеспечение.....	22
2.3. Методическое обеспечение .....	23
2.4. Оценочные материалы .....	24
Список литературы .....	26
Приложение 1.....	28

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик**

### **1.1. Пояснительная записка**

В современных условиях, когда проблемы сохранения и укрепления здоровья населения России рассматриваются на уровне приоритетных общенациональных программ, в системе дошкольного воспитания необходимо сделать акцент на формирование осознанного отношения к своему здоровью, привитие первичных навыков ведения здорового образа жизни.

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными, психологическими и социальными изменениями, закладывается фундамент здоровья ребенка, необходимо уже в этот возрастной период формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здравушка» естественнонаучной направленности разработана с учетом специфики особенностей развития дошкольников 5-7 лет и основных принципов построения психолого-педагогической работы.

**Цель программы:** Формирование представлений о здоровом образе жизни, развитие навыков сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи программы:**

1. Дать представления о строении человеческого организма, положительных и отрицательных факторах, влияющих на его развитие.
2. Способствовать формированию у детей навыков сохранения и укрепления здоровья.
3. Воспитывать у детей ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здравушка» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с последующими изменениями;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 N ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации

образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3);

- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад № 53»;

- Положение о дополнительной общеразвивающей программе муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад № 53».

#### **Актуальность программы**

Проблема здоровья не только медицинская, но и педагогическая, а значит укреплять и сохранять здоровье детей необходимо не только с помощью системы лечебных медицинских мероприятий, но и разумной организацией оздоровительного воспитательно-образовательного процесса, что является одной из приоритетных задач дошкольного образования.

Программа направлена на получение детьми дошкольного возраста теоретических знания о здоровье и факторах, влияющих на его состояние, поможет практически закрепить полезные привычки, навыки социально-психологической адаптации, развить мотивационно-целостные установки здорового образа жизни.

Изучение данного курса тесно связано с познанием окружающего мира, внутреннего мира человека и формированием представлений об организме.

### **Новизна программы**

Настоящая программа не дублирует содержание основной образовательной программы в МБДОУ № 53, является дополнительной и учитывает специфику работы с детьми дошкольного возраста, возрастные особенности воспитанников дошкольных образовательных учреждений.

**Отличительные особенности программы** заключаются в формировании у детей осознанного отношения к своему здоровью, через представления о строении и функционировании человеческого организма, о способах сохранения и укрепления здоровья и необходимости заботы о нем.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, как увлекательная проблемно-игровая деятельность, делая акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей.

Решая проблемные ситуации, дети воспринимают знания без отрыва от жизни, не разобцено, а целостно, легче и эффективнее осваивая их.

Организация совместной партнерской деятельности включает все виды деятельности дошкольника, насыщенные информацией о культуре здоровья и об основах здорового образа жизни, реализуется в совместной деятельности взрослого и детей, самостоятельной деятельности, режимных моментах – в утренние и вечерние часы, на прогулке.

Особенностью программы также является вовлечение в образовательный процесс родителей обучающихся. В течение года в работе с родителями используются разные формы взаимодействия: анкетирование, индивидуальное консультирование по запросу родителей или по инициативе педагога. Такая работа с родителями позволяет создать условия для гармоничного полноценного развития маленького ребенка, с учетом его потребностей и возможностей, при необходимости корректируя детско-родительские взаимоотношения в процессе образования ребенка.

**Возраст обучающихся:** 5-7 лет.

**Наполняемость группы:** 13 человек.

**Состав группы:** постоянный.

**Срок реализации программы**

Срок реализации программы: 68 часов, 2 года обучения по 34 часа в год.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю, *продолжительность для 1 года обучения (5-6 лет) – 20-25 минут, для 2 года обучения (6-7 лет) – 25-30 минут.*

**Основные формы реализации** программных задач являются: совместная и самостоятельная деятельность педагога и детей в режимных моментах – в утренние и вечерние часы, на прогулке, творческая продуктивная и игровая деятельность детей.

Одним из неперемных условий успешной реализации Программы является разнообразие форм проводимых занятий (традиционные, комбинированные, практические) и видов работы, которые способствуют развитию творческих возможностей дошкольников, ставя их в позицию активных участников. Все задания соответствуют по сложности возрасту обучающихся. На занятиях используются наглядно-иллюстративные материалы: карточки, наглядно-иллюстрированные пособия по работе в различных техниках, схемы и таблицы. Совместная образовательная деятельность предусматривает проведение: тренингов, игр, опытов, экспериментов, чтение художественных произведений, экскурсий, наблюдений, заучивание стихов и пословиц, рисование сюжетов на заданную тему, викторин, развлечений, рассматривание альбомов, просмотра видеофильмов, презентаций. Программой предусмотрены теоретические и практические занятия.

С целью создания условий для самореализации детей используется включение в занятия игровых элементов, стимулирующих инициативу и активность детей, создание благоприятных диалоговых социально-психологических условий для свободного межличностного общения, моральное поощрение инициативы и творчества, продуманное сочетание групповых и коллективных форм деятельности.

На занятиях широко применяются словесные методы обучения (рассказ, беседа, побуждающий или подводящий диалог); наглядные методы обучения.

Программа построена на следующих **принципах**:

- принцип доступности и последовательности (образовательная деятельность построена от простого к сложному);
- принцип научности (программный материал основывается на научных достижениях, исторических фактах);
- учёт возрастных особенностей (содержание и методика работы ориентирована на детей 5-7 лет);
- принцип наглядности (использование наглядных и дидактических пособий, технических средств обучения, делающих образовательную деятельность более эффективным);
- принцип индивидуализации (предполагает учёт индивидуальных особенностей, обучающихся);
- принцип результативности (в программе указано, что знает и умеет ребёнок к концу обучения);

- принцип актуальности (содержание программы приближено к реальным условиям жизни и деятельности детей).

### **Планируемые результаты реализации программы**

В результате освоения 1 года дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здравушка» *обучающиеся*

#### ***знают:***

- строение тела и функций основных органов и систем;
- влияние вредных привычек на организм;
- взаимосвязь здоровья и состояния окружающей среды;
- приемы укрепления физического и психического здоровья;

#### ***умеют:***

- соблюдать правила санитарии и гигиены,
- иметь привычку к ежедневным физкультурным занятиям,
- рационально питаться,
- знать и применять правила поведения в нестандартных жизненных ситуациях, уметь оказывать элементарную первую медицинскую помощь.

В результате освоения 2 года дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здравушка» *обучающиеся*

#### ***Обучающиеся знают:***

- о строении тела и функций основных органов и систем;
- о влиянии вредных привычек на организм;
- о взаимосвязи здоровья и состояния окружающей среды;
- о приемах укрепления физического и психического здоровья;

#### ***Обучающиеся умеют:***

- соблюдать правила санитарии и гигиены,
- иметь привычку к ежедневным физкультурным занятиям,
- рационально питаться,
- знать и применять правила поведения в нестандартных жизненных ситуациях,
- уметь оказывать элементарную первую медицинскую помощь.

**Формы контроля освоения содержания программы:** Программой предусмотрены формы контроля:

- входной контроль осуществляется в форме опроса (беседы) для определения начальной осведомленности обучающихся о строении организма человека, о здоровом

образе жизни, правилах поведения в определенных ситуациях, о навыках сформированности гигиенических навыков и умений.

- текущий контроль включает в себя устные опросы, беседы, выполнение практических заданий; анализ продуктов деятельности обучающихся.

- итоговый контроль в форме опроса (беседы) для определения текущего уровня осведомленности обучающихся о строении организма человека, о здоровом образе жизни, наблюдение за уровнем сформированности гигиенических навыков и умений;

**Способы определения результативности программы:** Для оценки эффективности реализации программы «Здравушка» предусмотрен мониторинг динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и диагностического обследования с помощью разработанных диагностических карт.

## 1.2. Учебно-тематический план

### 1 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	<b>Раздел 1. «Здоровячок»</b>	<b>5</b>	<b>2,5</b>	<b>2,5</b>	
1.	Вводное занятие «Режим дня «День жизни в детском саду».	1	0,5	0,5	Опрос
2.	Болезнетворные микробы: «Как Неболейка помог Хворайке».	1	0,5	0,5	Опрос
3.	Закаливание: «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья».	1	0,5	0,5	Практические задания
4.	Забота о здоровье других людей. Чтение сказки В. Катаева «Цветик-семицветик».	1	0,5	0,5	Беседа
5.	Профессия врач. «Знающие и любящие воду».	1	0,5	0,5	Беседа
	<b>Раздел 2. «Познай себя»</b>	<b>19</b>	<b>7,5</b>	<b>11,5</b>	
1.	Рождение ребенка: «Моя семья и мое рождение».	1	0,5	0,5	Беседа. Опрос
2.	Мозг: «Что всему голова?»	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
3.	Орган зрения: «Зеркало нашей души».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
4.	Гигиена зрения: «Как сохранить и уберечь это зеркало».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
5.	Орган обоняния: «Какие запахи мы чувствуем».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания.
6.	Орган слуха: «Самая быстрая улитка в мире».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания



7.	Функции языка: «Мокрый и строгий охранник».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
8.	Гигиена зубов: «Красивые зубы – красивая улыбка».	1	0,5	0,5	Практические задания
9.	Химическая природа человека: «Из чего я сделан? Что внутри меня?»	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
10.	Правильное питание: «Зачем человек ест?»	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
11.	Пищевод: «Змея-кормилица».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
12.	Работа пищеварительного тракта: «Конвейер – наоборот».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
13.	Сердце: «Живые часики».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
14.	Кровь: «Для чего нужна кровь?»	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
15.	Легкие: «Зачем мы дышим?»	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
16.	Скелет: «В теле должен быть порядок».	1	0	1	Практические задания
17.	Мышцы: «Наши мышцы – силовые акробаты».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
18.	Функции кожи: «Наш нежный скафандр».	1	0	1	Беседа, практические задания
19.	Итоговое занятие: «Ты и твоё тело». Игра-викторина «Что, где, когда?»	1	0	1	Практические задания.
	<b>Раздел 3. «Жизнь без опасностей».</b>	<b>10</b>	<b>4,5</b>	<b>5,5</b>	
1.	Лекарственные растения.	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
2.	Ядовитые растения.	1	0,5	0,5	
3.	Грибы: «Что у меня в корзинке?»	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
4.	Насекомые.	1	0,5	0,5	Практические задания.
5.	Первая помощь.	1	0,5	0,5	Практические задания.
6.	Опасные предметы.	1	0,5	0,5	Практические задания.
7.	«Если ты потерялся».	1	0,5	0,5	Беседа,

	Экстремальные ситуации:				практические задания
8.	Эмоции: «Детские страхи».	1	0,5	0,5	Беседа
9.	ПДД «Дорожные знаки».	1	0,5	0,5	Беседа, практические задания
10.	Итоговое занятие «Пьеса-сказка «Секреты здоровья».	1	0	1	Практические задания
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>14,5</b>	<b>19,5</b>	

## 2 год обучения

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	<b>Раздел 1. «Здоровячок»</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.	Вводное занятие «Чистота – залог здоровья. «Когда в порядке держишь дом».	1	0,5	0,5	Опрос
2.	«Режим дня»	1	0,5	0,5	Практическая работа
3.	«Как возникла жизнь на земле.»	1	0,5	0,5	Опрос
4.	«Возникновение человека.»	1	0,5	0,5	Опрос
	<b>Раздел 2. «Познай себя»</b>	<b>16</b>	<b>7,5</b>	<b>8,5</b>	
1.	«Скелет - основа организма.»	1	0,5	0,5	Опрос
2.	«Мышцы - двигатели тела.»	1	0,5	0,5	Опрос
3.	Укрепление человеческого организма: «Как стать Геркулесом».	1	0,5	0,5	Опрос
4.	Сердце: «У меня внутри насос».	1	0,5	0,5	Опрос
5.	Органы дыхания: «Приключения принца Кислорода».	1	0,5	0,5	Практическая работа
6.	Органы пищеварения: «Пещера - сковорода».	1	0,5	0,5	Практическая работа
7.	Органы осязания: «Что знает наша кожа».	1	0,5	0,5	Опрос
8.	Функции мозга: «Самая важная часть тела».	1	0,5	0,5	Опрос
9.	«Что такое сон?».	1	0,5	0,5	Опрос
10.	Орган зрения: «Чудесное яблоко».	1	0,5	0,5	Опрос
11.	Органы слуха: «Мои уши».	1	0,5	0,5	Практическая работа
12.	Органы обоняния и вкуса.	1	0,5	0,5	Практическая работа
13.	Мимика и жесты: «Звуковая страничка».	1	0,5	0,5	Опрос
14.	Эмоции – зеркало души.	1	0,5	0,5	Практическая работа
15.	Настроение и как им управлять: «Веселый и грустный человечки».	1	0,5	0,5	Опрос
16.	Мое здоровье - моя программа:	1	0	1	Практическая

	«Путешествие в страну здоровья».				работа
	<b>Раздел 3. «Жизнь без опасностей»</b>	<b>14</b>	<b>5,5</b>	<b>8,5</b>	
1.	«Чрезвычайные ситуации.»	1	0,5	0,5	Практическая работа
2.	Правила поведения в опасных ситуациях: «Как уберечь себя и других от различных неприятностей».	1	0,5	0,5	Опрос
3.	Тренинг: «Опасные ситуации».	1	0	1	Практическая работа
4.	«Водоемы планеты.»	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.	Правила поведения у воды: «Безопасность на воде».	1	0,5	0,5	Практическая работа
6.	Безопасность на льду во время ледостава и ледохода.	1	0,5	0,5	Опрос
7.	Огонь – друг и враг человека.	1	0,5	0,5	Практическая работа
8.	Причины возникновения пожаров: «Что может случиться?»	1	0	1	Практическая работа
9.	«Электричество и правильное обращение с ним.»	1	0,5	0,5	Практическая работа
10.	«Профессия пожарного.»	1	0,5	0,5	Опрос
11.	«Правила поведения при пожаре.»	1	0,5	0,5	Опрос
12.	«Как правильно переходить дорогу»	1	0,5	0,5	Практическая работа
13.	«Мы пассажиры.»	1	0,5	0,5	Практическая работа
14.	Итоговое занятие. Игровая программа «В стране дорожных знаков»	1	0	1	Наблюдение, анализ деятельности
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	

### 1.3. Содержание учебно-тематического плана

#### 1 год обучения

#### Раздел 1. «Здоровячок». (5 часов)

**Тема 1.** Вводное занятие «Режим дня «День жизни в детском саду».

**Теория:** беседа о режиме дня.

**Практика:** игра «Режим дня». Разминка «Верно - не верно».

**Контроль:** опрос.

**Тема 2.** Болезнетворные микробы «Как Неболейка помог Хворайке».

**Теория:** беседа Здоровичка и Хворайки откуда берутся микробы

**Практика:** эксперимент с пульверизатором. Игра «Кто чихнет правильно?»

Составление правил «Как вести себя, когда ты болеешь».

**Контроль:** Опрос.

**Тема 3.** Закаливание «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»

**Теория:** презентация «Закаливание». Беседа «Воздух – эликсир здоровья».

**Практика:** эксперимент с холодной водой. Дидактическая игра «Одень куклу по погоде». Опыт с увеличительным стеклом. Психогимнастика «Я закаляюсь».

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 4.** Забота о здоровье других людей.

**Теория:** чтение сказки В. Катаева «Цветик – семицветик».

**Практика:** игра «Эмоции человека».

**Контроль:** Беседа.

**Тема 5.** Развитие организма «В какие игры играют доктора».

**Теория:** беседа «Профессия врач».

**Практика:** просмотр мультфильма: «Про бегемота, который боялся прививок». Игра «Угадай». Игра – драматизация «Доктор Айболит».

**Контроль:** Беседа.

**Раздел 2. «Познай себя». (19 часов)**

**Тема 1.** Рождение ребенка «Моя семья и мое рождение».

**Теория:** рассматривание иллюстраций к сказке «Три медведя». Беседа «Как я появился?»

**Практика:** Рассматривание семейных фотографий. Графический диктант «Моя семья на прогулке».

**Контроль:** Беседа. Опрос

**Тема 2.** Мозг «Что всему голова?»

**Теория:** рассматривание слайдов.

**Практика:** фантазирование «На что похож наш мозг». «Путешествие по карте мозга». Эксперимент «Как работает правое и левое полушария». Физкультминутка «Прими решение». Рисование «Мозг».

**Контроль:** Беседа практические задания.

**Тема 3.** Орган зрения «Зеркало нашей души». Загадывание загадки.

**Теория:** беседа «орган зрения». Игра «Поводырь».

**Практика:** упражнение «Измени выражение глаз». Упражнение для укрепления мышц глаз. Рисование «Мои глаза».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 4.** Гигиена зрения «Как сохранить и уберечь это зеркало».

**Теория:** сказка «Жил-был ёжик».

**Практика:** гимнастика для глаз. Правила гигиены глаз. Игра-упражнение «Далеко, близко».

**Контроль:** Беседа. Практические задания.

**Тема 5.** Орган обоняния «Какие запахи мы чувствуем».

**Теория:** загадывание загадки, беседа «Орган обоняния».

**Практика:** игровое упражнение «Определи по запаху». Игра на внимание. Рисование «У кого какой нос?»

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 6.** Орган слуха «Самая быстрая улитка в мире».

**Теория:** беседа – инсценировка «Орган слуха».

**Практика:** эксперимент «Чемпионы слуха». Игра «Послушай тихую и громкую музыку».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 7.** Функции языка «Мокрый и строгий охранник».

**Теория:** загадывание загадки. инсценировка «Не воспитанный Здоровячок».

**Практика:** упражнение по звукопроизношению «Сожми зубы». Игровое упражнение «Определи вкус». Рисование «Веселый язычок».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 8.** Гигиена зубов «Красивые зубы - красивая улыбка».

**Теория:** загадывание загадки.

**Практика:** беседа «Зубы и их сохранность». Разбор ситуаций. Рисование «Счастливые зубы». Психогимнастика «За здоровыми зубами».

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 9.** Химическая природа человека «Из чего я сделан? Что внутри меня?»

**Теория:** беседа «Топливо для людей». Игра «Строители».

**Практика:** фантазирование «Каким бы я был, если бы...». Рисование «Я строитель».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 10.** Правильное питание «Зачем человек ест?»

**Теория:** чтение стихотворения «Робин Бобин Барабек». беседа «Пища для нашего организма».

**Практика:** игровое упражнение «Сладкоежка». Составление правил правильного питания. Игра «Продуктовый Магазин».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 11.** Пищевод «Змея-кормилица».

**Теория:** рассматривание слайдов: «Пищеvod человека». Беседа «Почему испугался Здоровячок?».

**Практика:** игра: «Железная дорога». Рисование «Змея кормилица».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 12.** Работа пищеварительного тракта «Конвейер - наоборот».

**Теория:** сказка: «Путешествие Морковки».

**Практика:** игровое упражнение «Поговорим без слов».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 13.** Сердце «Живые часики».

**Теория:** беседа «Мощный насос».

**Практика:** опыт «До и после». Аппликация «Золотое сердце».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 14.** Кровь «Для чего нужна кровь?»

**Теория:** беседа «Путешествие по реке».

**Практика:** дидактическая игра «Что перевозит наша кровь». Рисование «Дерево кровеносных сосудов».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 15.** Легкие «Зачем мы дышим?»

**Теория:** беседа «Легкие».

**Практика:** опыт «Воздушный шар», «Мы дышим». Разминка для легких «Вдох и выдох». Презентация видео ролика «Спортивный бег». Опыт «Задержи дыхание».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 16.** Скелет «В теле должен быть порядок».

**Практика:** опыт «Здоровячок и тряпичная кукла», «Суставы». Плакат «Скелет человека». Физкультминутка «Восковая фигура». Составление правил «Безопасность для нашего скелета». Изготовление куклы марионетки.

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 17.** Мышцы «Наши мышцы – силовые акробаты».

**Теория:** рассматривание фото слайдов «Культуристы, спортсмены, циркачи», «Мышцы».

**Практика:** физкультминутка «Сильный Здоровячок». Опыт с эспандером. Игра «Скульптор».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 18.** Функции кожи «Наш нежный скафандр».

**Практика:** инсценировка «Незнайка испугался». Беседа «Кожный покров». Опыты

с холодной и теплой водой. Фантазирование на тему «Что бы случилось с человеком, если бы он не чувствовал боли». Составление правил ухода за кожей.

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 19.** Итоговое занятие «Ты и твоё тело».

**Практика:** игра – викторина «Что, где, когда?».

**Контроль:** Практические задания.

**Раздел 3. «Жизнь без опасностей». (10 часов)**

**Тема 1.** Лекарственные растения.

**Теория:** беседа «Лесовичок-Здоровячок и его лекарственный сбор».

**Практика.** Рассматривание растений. Игра «Что, где растёт?» Рисование лекарственных растений по выбору детей. Загадки.

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 2.** Ядовитые растения.

**Теория:** беседа «Проказы Бабы Яги». Рассматривание гербария.

**Практика:** игра «Съедобное – несъедобное». Составление правил поведения в лесу и парке.

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 3.** Грибы «Что у меня в корзинке?»

**Теория:** беседа «Съедобные и не съедобные грибы». загадывание загадок.

**Практика:** Рассматривание иллюстраций ядовитых грибов. Игра «Съедобный грибок положи в кузовок». Изготовление коллажа «Грибная полянка».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 4.** Насекомые.

**Теория:** загадывание загадки о насекомых.

**Практика:** Кроссворд «Насекомые». Игра «Кто где живёт». Правила поведения при встрече с насекомыми. Упражнение «Дорисуй насекомое».

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 5.** Первая помощь.

**Теория:** рассматривание слайдов с различными видами травм.

**Практика:** показ приемов оказания первой помощи. Игровое упражнение «Окажи первую помощь». Создание уголка «Первая помощь».

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 6.** Опасные предметы.

**Теория:** сказка «Про двух братьев».

**Практика:** графическое рисование «Отгадки на загадки».

**Контроль:** Практические задания.

**Тема 7.** Экстремальные ситуации «Если ты потерялся».

**Теория:** беседа. Знакомство с правилами поведения «Если ты потерялся».

**Практика:** тренинг.

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 8.** Эмоции «Детские страхи».

**Теория:** чтение рассказа Н. Носова «Затейники». беседа «Зайка испугался».

**Практика:** Прослушивание аудиозаписи «На лесной полянке». Полезные советы.

**Контроль:** Беседа

**Тема 9.** ПДД «Дорожные знаки».

**Теория:** беседа «Наши помощники», презентация «Дорожный знак»».

**Практика:** игра «Путаница». Рисование «Наши помощники дорожные знаки».

**Контроль:** Беседа, практические задания.

**Тема 10.** Итоговое занятие «Секреты здоровья». Разыгрывание детьми пьесы-сказки.

**Контроль:** Практические задания.

## 2 год обучения

**Раздел 1. «Здоровячок». (4 часа)**

**Тема 1.** Вводное занятие «Чистота – залог здоровья. «Когда в порядке держишь дом».

**Теория:** информация «История чистоты», просмотр презентация «Интерьер русских изб». Чтение стихотворения «Добрые вещи».

**Практика:** наблюдение за пылью. Игра - путешествие «В мире предметов гигиены».

**Контроль:** опрос.

**Тема 2.** Режим дня.

**Теория:** мультфильм «О здоровье от Ильи Муромца!» Рассуждение по просмотру.

**Практика:** игра «Разложи по порядку». Игра - пантомима «Витя и Женя на отдыхе летом». Дидактическая игра «Что такое режим дня?». Рисование «Каким я стану, если буду соблюдать режим дня».

**Контроль:** практическая работа

**Тема 3.** Как возникла жизнь на земле.

**Теория:** просмотр мультфильма «Из чего мы состоим. Что такое животная клетка».

**Практика:** рассматривание эволюционной лестницы. Фантазирование «Фантастическое животное». Рассматривание растительной клетки под микроскопом.



Упражнение на развитие воображения.

**Контроль:** опрос.

**Тема 4.** Возникновение человека.

**Теория:** просмотр - обсуждение презентации: Анатомия человека. «Откуда я появился»,

**Практика:** психогимнастика «Я – маленький». Дидактическая игра «Найди строительные материалы для клетки». Рисование «Мои мама и папа».

**Контроль:** опрос.

**Раздел 2. «Познай себя». (16 часов)**

**Тема 1.** Скелет – основа организма.

**Теория:** просмотр мультфильма «Скелет».

**Практика:** конструирование из проволоки «Скелет». Конкурс «Самая стройная фигура».

**Контроль:** опрос.

**Тема 2.** Мышцы – двигатели тела.

**Теория:** загадка. Просмотр мультфильма «Мышцы». Рассмотрение плаката «Мышцы».

**Практика:** опыт «Улыбнись». Графическое изображение мимики лица. Игра «Перетяни канат».

**Контроль:** опрос

**Тема 3.** Укрепление человеческого организма «Как стать Геркулесом».

**Теория:** информация «Сила - это красота и здоровье».

**Практика:** упражнения для укрепления мышц и профилактики плоскостопия.

**Контроль:** опрос.

**Тема 4.** Сердце «У меня внутри насос».

**Теория:** загадка. Просмотр мультфильма «Сердце».

**Практика:** опыт «Транспортная служба». Игра - тренинг «Оказание первой помощи».

**Контроль:** опрос.

**Тема 5.** Органы дыхания «Приключения принца Кислорода».

**Теория:** чтение, обсуждение сказки «Приключение принца Кислорода». Просмотр мультфильма «Легкие»

**Практика:** опыт «Сколько в легких кислорода». Эксперимент «Дышите, не дышите». Изготовление макета «Легкие» Рисование «Что полезно для легких».

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 6.** Органы пищеварения «Пещера - сковорода».

**Теория:** просмотр-обсуждение презентации «Пищеварительный тракт». Рассказ о печени.

**Практика:** игра «Что полезно и что вредно для пищеварения».

**Контроль:** практическая работа

**Тема 7.** Органы осязания «Что знает наша кожа».

**Теория:** «Как устроена кожа» - просмотр мультфильма «Кожа». Информация о меланине. Рассуждения детей

**Практика:** Опыт «Самый чувствительный». Игра «Щупалки». Опыт «Сними свои отпечатки пальцев». Игра «Сыщики». Опыт «Ощущения». Сравнение цвета кожи». Рисование «Разноцветные люди».

**Контроль:** опрос.

**Тема 8.** Функции мозга. «Самая важная часть тела».

**Теория:** загадывание загадок. Просмотр мультфильма «Нервная система» - «Самая важная часть тела». Функции головного мозга «Какая бывает память? Зачем она нужна?»

**Практика:** опыт «Чувствительные пальчики». Игра «Импульс». Игра «Школа разведчиков». Фантазирование «Если я потерял память». Рисование любого предмета по памяти.

**Контроль:** опрос.

**Тема 9.** «Что такое сон?».

**Теория:** просмотр мультфильма «Зачем мы спим». Рассказы детей о своих снах

**Практика:** игра-пантомима «Я выспался – не выспался». Правила поведения «Я увидел страшный сон». Игра «Доскажи словечко».

**Контроль:** опрос.

**Тема 10.** Орган зрения «Чудесное яблоко»

**Теория:** просмотр мультфильма «Строение глаза». Информация о близорукости и дальнозоркости: «Очки мои помощники»

**Практика:** опыт «Далеко - близко». Дидактическая игра «Необычайные превращения». Игра «Что вредно и полезно для глаз». Опыт «Увеличение предметов в воде». Придумывание загадок про очки. Рисование знаков «Что вредно, что полезно для зрения».

**Контроль:** опрос.

**Тема 11.** Органы слуха. «Мои уши»

**Теория:** просмотр мультфильма «Строение уха». Безопасное обращение с органами слуха «Чтобы уши не болели».

**Практика:** дидактическая игра «Определи по звуку». Эксперимент «Глухота». Дидактическая игра «Угадай, кто позвал?». Тренинг-игра «Слухачи». Составление правил «Как сохранить хороший слух». Рисование запрещающих знаков.

**Контроль:** практическая работа

**Тема 12.** Органы обоняния и вкуса.

**Теория:** просмотр видеоролика «Органы чувств».

**Практика:** фантазирование «У меня не работают органы обоняния и вкуса». Опыт «Вкус без запаха». Правила для сохранения органов обоняния и вкуса. Аппликация «Органы чувств».

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 13.** Мимика и жесты «Звуковая страничка»

**Теория:** информация: «Как мы говорим».

**Практика:** игра «Молчанка». Прослушивание аудиозаписи «Голоса леса». Опыт «Разные звуки». Артикуляционная гимнастика «Две лягушки». Упражнение «Вырази свои мысли без слов». Игра «Сурдопереводчик». Исполнение песен по желанию детей.

**Контроль:** опрос.

**Тема 14.** «Эмоции - зеркало души»

**Теория:** просмотр видеоролика «Эмоции». Чтение пословиц об эмоциях. Чтение пословиц о добрых словах.

**Практика:** игра «Покажи мне...». Дидактическое упражнение «Скажи по - разному». Дидактическая игра «Ласковое слово». Рисование «Что такое добро».

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 15.** Настроение «Веселый и грустный человечки».

**Теория:** информация «Как управлять своими эмоциями».

**Практика:** игровое упражнение «Определи настроение человечков». Рисование «Я управляю эмоциями». Чтение стихотворения «Улыбка и добрый смех». Игра «Веселый колобок».

**Контроль:** опрос.

**Тема 16.** Мое здоровье - моя программа «Путешествие в страну здоровья»

**Практика:** игра - викторина «Путешествие в страну Здоровья»

**Контроль:** практическая работа.

**Раздел 3. «Жизнь без опасностей». (14 часов)**

**Тема 1.** «Чрезвычайные ситуации».

**Теория:** презентация «Природные стихии». Рассматривание иллюстраций обсуждение. Информация «Как заботится о своей безопасности».

**Практика:** игра-тренинг «Закончи фразу». Игра «Смотри и запоминай». Труд в природе.

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 2.** Правила поведения в опасных ситуациях «Как уберечь себя и других от различных неприятностей».

**Теория:** беседа «Вещи в твоём доме».

**Практика:** отгадывание загадок о бытовых предметах. Придумывание правил «Как избежать опасных ситуаций». Игра «Опасно - безопасно». Коллаж «Опасные предметы». Отгадывание загадок о колющих предметах. Заучивание стихотворения.

**Контроль:** опрос

**Тема 3.** Тренинг «Опасные ситуации».

**Практика:** придумывание рассказов по картине. Тренинг «Опасные ситуации». Рисование «Правила поведения в опасных ситуациях».

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 4.** Водоемы планеты.

**Теория:** рассматривание глобуса, карты России. Чтение-обсуждение: «Сказка о том, как рождаются родник, ручей и река». Рассказ «Как люди речку обидели».

**Практика:** дидактическая игра «Обитатели водоемов». Игра «Акула». Рисование знаков «Оберегай реки и водоемы»

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 5.** Правила поведения у воды «Безопасность на воде».

**Теория:** информация «Вода – это ценность. Воду нужно уважать».

**Практика:** работа по карте «Водоемы нашей области». Раскрашивание водоемов на контурных картах. Правила поведения на воде. Коллективная работа запрещающие знаки.

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 6.** Безопасность на льду во время ледостава и ледохода

**Теория:** беседа по презентации: «Что такое ледостав и что такое ледокол?»

**Практика:** правила поведения на льду. Чтение и рассматривание иллюстраций Я. Назаровой «Тонкий лед». Правила спасения утопающих.

**Контроль:** опрос

**Тема 7.** «Огонь – друг и враг человека»

**Теория:** просмотр и обсуждение презентации «Огонь – друг и враг». Стихотворение из рассказа А. Гимодеевой «Не надо играть с огнем».

**Практика:** игра «Разрешается - запрещается». Придумывание рассказов «Игра с

огнем опасна». Рисование «Осторожно огонь!»

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 8.** Причины возникновения пожаров «Что может случиться?»

**Практика:** просмотр кукольного театра «Огонь и человек». Игра-драматизация «Как сгорел один дом». Игра «Костер». Игра «Доскажи словечко».

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 9.** «Электричество и правильное обращение с ним».

**Теория:** рассматривание иллюстраций «Электроприборы». Просмотр видеоролика «Электрический ток». Правила обращения с электрическими приборами.

**Практика:** подвижная игра «Электроны». Опыт «Электрическая расческа». Коллективное рисование плаката «Правила обращения с электроприборами».

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 10.** Профессия пожарного.

**Теория:** загадки о пожарных. Просмотр презентации «История образования пожарной части». Стихотворение С.Я. Маршака «Пожар». Беседа.

**Практика:** игра «112 - примите вызов!»

**Контроль:** опрос

**Тема 11.** Правила поведения при пожаре.

**Теория:** беседа «Как уберечь себя и окружающих от пожара».

**Практика:** игры - тренинги «Пожар застал тебя дома» и «Пожар в салоне автобуса». Конструирование «Пожарная каланча».

**Контроль:** опрос

**Тема 12.** «Как правильно переходить дорогу».

**Теория:** стихотворение «Шумный город». Беседа о пешеходах. Информация «Что такое тротуар».

**Практика:** решение проблемных ситуаций. Рисование «Я пешеход»

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 13.** «Мы пассажиры».

**Теория:** беседа по театральной инсценировке «Медведь и Хрюша». Просмотр мультфильма «Ремень безопасности».

**Практика:** игра-соревнование с использованием разрезных картинок «Кто быстрее». Просмотр кукольного театра «Медведь и Хрюша». Сюжетно-ролевая игра «В автобусе». Изготовление листовки «Мы пассажиры». Дидактическая игра (презентация): «Как вести себя в транспорте»

**Контроль:** практическая работа.

**Тема 14.** Игровая программа «В стране дорожных знаков»

**Практика:** игра – путешествие.

**Контроль:** наблюдение, анализ деятельности

## **Раздел 2. Комплекс организованно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Количество учебных недель: 68, 34 в год.

Количество учебных дней: 68, 34 в год.

Дата начала и окончание реализации программы: 1 сентября-31 мая.

Сроки контрольных процедур: формы контроля основных компетенций обучающихся представлены в учебном плане, проводятся в ходе занятия по темам и разделам программы в течение учебного года.

Календарный учебный график утверждается приказом по учреждению, составляется для каждой учебной группы.

### **2.2. Материально-техническое обеспечение**

#### **1 год обучения**

**Технические средства обучения:** телевизор, ноутбук, видеомэгафнофон, магнитофон, магнитная доска.

**Оборудование:** кроссворд «Насекомые». Шапочки - маски насекомых. Емкости со сладкой, солёной, горькой водой. Ложечки. Большая морковь. Пюре морковное Средняя морковь. Лупа. Пульверизатор. Одежда медицинских работников для детей. Шкатулка. Микроскоп. Будильник. Шприц без иглы. Воздушные шары. Секундомер. Одежда для доктора Айболита (халат, колпак). Бинт, вата, шины, зеленка, пластырь. Корзина. Мяч. Тканевый яркий мешочек. Волчок со стрелкой. Эспандер. Фишки красного и зелёного цвета. Свистулька. Цветок и другие, издающие запахи, предметы. Зеркала по количеству детей. Игровой стол, разделенный на сектора. Спортивные снаряды. Сундучок с медицинскими инструментами, с иллюстрацией глаза и загадкой. Декорации для спектакля: дом, деревья, скамейка, бочка с водой. Колючий плод лопуха. Пучки засушенных растений. Макеты: «Сердце». «Глаза». «Легкие». «Скелет человека». «Телевизор». «Телевизор». «Компьютер». Принадлежности на каждого ребенка: акварельные краски. Карандаши цветные. Пластилин. Клей. Клеенка. Кисточка. Ножницы. Фломастеры.

### 2.3. Методическое обеспечение:

**Иллюстрации:** к сказке «Три медведя». «Сладкоежка». «Виды закаливания». «Больной и здоровый человек». «Части скелета человека». «Набор портретов сказочных персонажей» (величиной с экран). «Форма носа: человека, животных, птиц». «Портреты трех грязнуль». Ежик. Дельфин. Кошка. Собака, Летучая мышь. Кит. Печка. Стройка. Склад. Цирковое представление. Спортсмены: культурист, аквалангист, ныряльщик, бегун.

**Плакаты:** «Головной мозг», «Мышцы человека».

**Таблицы – схемы:** «Как заботиться о глазах». «Гимнастика для глаз». «Строение носа». «Строение органа слуха». «Как правильно чистить зубы?». «Химическая природа человека». «Пищевод человека». «Кровеносная система». «Оказание первой помощи при различных травмах».

**Презентации:** «Виды закаливания». «Лекарственные растения». «Полезные и вредные продукты» «Рождение человека», «Режимные моменты». «Продукты, способствующие потере аппетита, полезные организму».

**Мультфильмы:** «Про бегемота, который прививок боялся». Фильм: «Съедобные грибы», «Ядовитые грибы».

**Аудиозаписи:** «На лесной полянке», «Утро в лесу», «Машины на улице».

**Игрушки:** Медвежонок. Зайчонок. Щенок. Вини – Пух. Обезьянка. Куклы: Неболейка, Хворайка. Сыщики «Колобки». Маша. Лесовичок. Незнайка. Тряпичная кукла. Здоровячок. Кукла с набором одежды. Дедушка.

**Дидактические игры** «Режим дня», «Одень куклу по погоде», «Угадай», «Продуктовый Магазин», «Съедобное - несъедобное», «Съедобный грибок положи в кузовок».

#### 2 год обучения

**Технические средства обучения:** телевизор, ноутбук, видеоманитофон, магнитофон.

**Оборудование:** секундомер. Микроскоп. Лупа. Тазы. Тряпочки. Мыло. Зубная щетка. Два конверта с письмами. Яйцо. Мак. Проволока. Зеркало. Платок. Пластиковая бутылка. Соломинки для коктейля. Воздушные шары. Холодный предмет. Теплая салфетка. Карточки с отпечатками пальцев. Мешочек с разными предметами. Фрукты. Овощи. Коллекция «Запахи». Ключи от станций. Глобус. Карта России. Карта области. Сигнальные карточки на каждого ребенка. Батарейка. Провод. Лампочка. Телефон. Светофор демонстрационный. Яркий вязаный мяч. Макеты: телевизор. Два движущихся глаза. Улица. Светофор для каждого ребенка. Знаки: «Пешеходный переход»,

«Подземный переход», «Надземный переход». Принадлежности на каждого ребенка: акварельные краски. Карандаши цветные. Пластилин. Клей. Клеенка. Кисточка. Ножницы. Фломастеры.

#### **Методическое обеспечение:**

**Иллюстрации:** «Режим дня». «Эволюционная лестница». «Спортсмены». «Как уберечь себя от опасностей». «Как уберечь себя и других?». «Человечки в разном эмоциональном состоянии». «Карта страны здоровья». «Жители водоемов». «Озеро, река, ручей». Репродукция «Мадонна Литта». Знаки: «Переход по льду запрещен». «Переход по льду разрешен». Я. Назарова «Тонкий лед». «Горящий дом». «Электроприборы». «О труде пожарных». «Молния». «Бытовая техника». «Ситуации обращения с электричеством». «Исправное и неисправное электрооборудование». «Улица с проезжей частью, переходом, тротуаром».

**Плакаты:** «Скелета человека». «Скелет кошки». «Скелет дельфина». «Мышцы». «Схема органов пищеварения и печени».

**Литература:** Басня И. Крылова «Мартышка и очки». Пословицы об эмоциях. Загадки о бытовых приборах. С.Я.Маршака «Пожар». Стихотворения: «Улыбка и добрый смех», «Шумный город», «Добрые вещи». Сказки: «Сказка о мертвой царевне». «Приключение принца Кислорода». «Сказка о Веселом Язычке».

**Презентации:** «Интерьер русских изб». Анатомия человека. «Откуда я появился». «Органы пищеварения». «Природные стихии». «Что такое ледостав и что такое ледокол?». «Огонь - друг и враг».

**Мультфильмы:** «О здоровье от Ильи Муромца!». «Из чего мы состоим. Что такое животная клетка». «Скелет». «Мышцы». «Сердце». «Легкие». «Кожа». «Нервная система». «Зачем мы спим». «Строение глаза». «Строение уха». «Органы чувств». «Эмоции». «Электрический ток».

**Аудиозаписи:** «Голоса леса». Песня «Если хочешь быть здоров». Песня «Песенка о правилах дорожного движения».

**Игрушки:** кукла «Огурчик». Огурчик на магните. Кукла Незнайка. Машина. Мелкие мягкие игрушки. Часы. Настольный театр: «Дом, в котором я живу».

**Дидактические игры:** «Разложи по порядку». «Что полезно и что вредно для пищеварения». «Сыщики». «Щупалки». «Школа разведчиков». «Что вредно и полезно для глаз». «Обитатели водоемов». «Разрезные картинки». «Определи по звуку». «Найди своё место в автобусе».

## **2.4. Оценочные материалы**

### **Контрольно-измерительные материалы:**



Программой предусмотрен мониторинг динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и диагностического обследования с помощью разработанных диагностических карт.

Непосредственное наблюдение строится в основном на анализе реального поведения детей. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде: на занятиях, режимных моментах, самостоятельной деятельности детей.

Сроки контрольных процедур: формы контроля основных компетенций обучающихся представлены в учебном плане, проводятся в ходе занятий по темам и разделам программы.

Требования к проведению мониторинга:

- создание эмоционального комфорта ребёнка;
- индивидуальный подход к ребёнку, уважение его личности;
- учёт интересов и уровня развития ребёнка;

Мониторинг проводится вначале (сентябрь) и в конце (май) учебного года на основе заполнения диагностической карты, содержащей показатели освоения программы.

**Кадровое обеспечение:** реализовывать Программу может педагог, имеющий высшее педагогическое образование или среднее педагогическое образование по специальности дошкольное образование.

## Список литературы

1. Абаскалова Н.П. Здоровью надо учить! Валеология через школьные предметы: Методическое пособие для учителей / Науч.ред.и сост. Н.П.Абаскалова; Новосиб.гос.пед.ун-т. - Новосибирск : Лада, 2000. - 291 с.
2. Алябьева Е.А. А 60 Тематические дни и недели в детском саду: Планирование и конспекты. — М.: ТЦ Сфера, 2005. — 160 с. (Программа развития).
3. Белая К. Ю., Зимонина В. Н., Кондрыкинская Л. А и др. Как обеспечить безопасность дошкольников: конспекты К16 занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста: кн. для воспитателей дет. сада.— 5-е изд.— М.: Просвещение, 2006.— 94 с.: ил.— (Скоро в школу)
4. Берсенева З.И. «Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ» — М.: ТЦ «Сфера» 2005. -138с.
5. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. метод. пособие — М.: Мозаика – Синтез,2005.- 109с.
6. Ветрова В.В., Боль Л.В., Букварь здоровья: Учеб. Пособие - М.»Сфера», 2000. – 112 с.
7. Виноградова, Н. Ф. Окружающий мир : 1–2 классы : методическое пособие / Н. Ф. Виноградова. — 3-е изд., перераб. — М. : Вентана-Граф, 2019. — 358с.
8. Голомидова С. Е. Закаливание детей в ДОУ.- М.; «Росмен» , 2010 . – 80 с. (Методическое пособие).
9. Губанова Н.Ф. Театрализованная деятельность дошкольников: 2-5 лет. Методические рекомендации, конспекты занятий, сценарии игр и спектаклей. – М.: ВАКО, 2011. – 256с. – (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем)
10. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры – М.: Просвещение,2004.- 110с.
11. Иванов И.А. Азбука безопасности. Неразлучные друзья. – М. АСТ-пресс, 2000 г. – 64 с.
12. Книга для чтения в детском саду и дома (4-5): Пособие для воспитателей детского сада и родителей / Сост. В.В.Гербовам и др. – М.: Издательство Оникс, 2017. – 288с.
13. Корчинова О.В. Детский этикет / Серия «Мир вашего ребенка». Ростов н /Д.: Феникс, 2002. – 192с.
14. Литвинова Е.Н., Поголаев Г.И., Торочкова Т.Ю., Шитова Р.Я., Ура физкультура - М.,1997 - 94с.

15. Мазепина Т. Б. Развитие пространственно-временных ориентиров ребенка в играх, тренингах, тестах/ Серия «Мир вашего ребенка». — Ростов н/Д: Феникс, 2002.- 32 с.
16. Максильева М.Р. Занятия по ОБЖ с младшими школьниками. – М.: ТЦ «Сфера»,2004.- 122с.
17. Марк Крокер. Анатомия человека. / Серия «Жизнь планеты»- М.; «Росмен» 2000. - 85с.
18. Мельничук В.М.. Я и мое здоровье. Метод. пособие для учителей нач. кл. по валеологии. - Изд-во Новосиб. ун-та, 1997.- 45с.
19. Методологические и организационные подходы к формированию здоровьесберегающей среды в системе дошкольного образования. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2002.- 270с.
20. Николаева С.Н., Методика экологического воспитания в детском саду : работа с детьми сред. и ст. групп детского сада : кн. для воспитателей детского сада / С. Н. Николаева. - 6-е изд. - Москва : Просвещение, 2006 (Тверь : Тверской полиграфкомбинат детской литературы). – 221с
21. Ротенберг Р. Расти здоровым: Детская энциклопедия здоровья / Пер. с англ.— М.: Физкультура и спорт, 1993.— 592 с., ил.
22. Семёнова Ирина. Кто ты такой? \Энциклопедия для детей - М.; Педагогика - Пресс» 1995.- 111с.
23. Соковня — Семенова. И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь.: Учеб. пособие : Для студентов сред. пед. учеб. заведений - М. : Изд. центр "Академия" 2000.- 205с.
24. .Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. (Развивающие сказки для детей) - М.: Книголюб, 2008. - 80с.
25. .Шорыгина Т.А. Осторожные сказки: Безопасность для малышей. (Развивающие сказки для детей) - М.: Книголюб,2004. - 80с.

Методика мониторинга динамики развития детей

1 год обучения

		Опрос																				Наблюдение																	
		Что значит «быть здоровым»?		Знаешь ли ты, что такое микробы? А как защищаться от них?		Зачем нужен режим дня?		Зачем нужен нос?		Что делать чтобы осанка была правильной?		Что нужно делать, чтобы зубы были здоровыми?		Для чего человеку мозг?		Для чего человеку сердце?		Какая пища полезна для здоровья?		Нужно ли человеку закаляться? Как можно закалять свой организм?		Какие лекарственные растения ты знаешь?		Как правильно переходить улицу?		Моеет руки перед едой и после посещения туалета		При кашле и чихании закрывает рот и нос платком		Пользуется салфеткой после еды		Своевременно использует носовой платок		Выполняет утреннюю гимнастику, гимнастику после сна		Выполняет различные закаливающие процедуры		<b>ИТОГИ</b>	
Ф.И ребенка		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К

**Критерии оценки:**

Полный ответ/ всегда выполняет самостоятельно - 3 балла.

Частичный ответ/ иногда выполняет самостоятельно - 2 балла.

Ответ с помощью воспитателя/ выполняет по напоминанию воспитателя - 1 балл.

Нет ответа/ не выполняет – 0.

**Уровни усвоения знаний:**

45 - 54 балла – высокий;

21- 44 – средний;

До 20 баллов – низкий.

## 2 год обучения

	Опрос																Наблюдение																					
	Как ты думаешь, какого человека можно назвать здоровым?		Что делать, чтобы быть здоровым?		Когда и зачем моют руки?		Зачем нужно чистить зубы? Как это делать правильно?		Какая еда полезна для человека, а какая нет?		Как нужно вести себя на улице, чтобы не случилась беда?		Что такое вредные привычки?		Почему их называют «вредными»?		Зачем человеку обязательен сон?		Как сохранить зрение?		Как можно успокоить себя, «взять в руки»?		Что нужно делать, если остался один дома?		Что делать, если случился пожар?		Быстро и правильно умывается		Насухо вытирается, пользуется индивидуальным полотенцем		Чистит зубы, полощет рот после еды		Правильно и своевременно пользуется носовым платком и расческой		Следит за своим внешним видом		<b>ИТОГ</b>	
Ф.И ребенка	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н			

**Критерии оценки:**

Полный ответ/ всегда выполняет самостоятельно - 3 балла.

Частичный ответ/ иногда выполняет самостоятельно - 2 балла.

Ответ с помощью воспитателя/ выполняет по напоминанию воспитателя - 1 балл.

Нет ответа/ не выполняет – 0.

**Уровни усвоения знаний:**

45 - 54 балла – высокий;

21- 44 – средний;

До 20 баллов – низкий.