

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МОРКИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «МОРКИНСКИЙ  
ДЕТСКИЙ САД №3 СВЕТЛЯЧОК»

УТВЕРЖДЕНО

педагогическим советом №1

(протокол от 26.08.2021 г)

заведующий МДОУ «Моркинский  
детский сад №3 «Светлячок»

/С.Н.Павлова/



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЫХ ПРИВЫЧЕК»**

ID программы: 900

Направленность программы: естественно – научная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок освоения программы: 3 год

Объем часов: 111 ч.

Фамилия И.О. должность

разработчика (ов) программы: Нифатова Н. Б., воспитатель

п. Морки

2022 г

## Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	4
1.3. Содержание программы.....	4
1.4. Планируемые результаты.....	14
Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий.....	
2.1. Учебный план.....	14
2.2. Календарный учебный график.....	15
2.3. Условия реализации программ.....	15
2.4. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации.....	15
2.5. Оценочные материалы.....	16
2.6. Методические материалы.....	16
2.7. План воспитательной работы.....	16
Список использованной литературы.....	19

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

### **1.1. Общая характеристика программы/пояснительная записка**

**Направленность программы** - естественно – научная

Программа разработана в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

**Актуальность** Статистика утверждает, что здоровье ребенка зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т.е. экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.

Здоровье детей дошкольного возраста рассматривается как: полное физическое, психическое и социальное благополучие; как гармоничное состояние организма, которое позволяет быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства.

Развитие у дошкольников элементарных представлений о здоровом образе жизни направлено на формирование поведения, адаптированного к социальным условиям жизни и природным условиям окружающей среды, с целью сохранения и укрепления здоровья, достижения психического комфорта, всестороннего развития потенциальных возможностей личности. Валеологическое воспитание тесно связано с познавательным развитием детей, что помогает обогащать знания детей новым содержанием, систематизировать полученные и накопленные, развивает логическое мышление, творческие способности и положительные эмоции.

Здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях. Главная особенность здоровьесберегающего воспитания – это формирование соответствующей мотивационной сферы детей, т.е. поведенческих реакций, направленных на сохранение и укрепление собственного здоровья. Эта мотивационная направленность в дальнейшем должна стать доминирующей в поведении детей, их стремлении вести здоровый образ жизни.

Вопросы образования и здоровья сегодня рассматриваются в контексте нового, современного отношения к педагогическому процессу, как к сохраняющему, формирующему, развивающему и улучшающему показатели, определяющие понятие «здоровье».

**Отличительной особенностью** данной программы является:

Снижение уровня показателей здоровья – актуальная проблема современного общества.

Её решение включает в себя множество аспектов: социальный, экологический, экономический и т.д. Одно из ведущих мест среди них занимает культурный аспект, связанный с формированием у подрастающего поколения ценностного отношения к собственному здоровью. Важную роль в реализации этой задачи в дошкольном возрасте играет программа «Секреты здоровых привычек».

Содержание программы «Секреты здоровых привычек» отвечает следующим принципам:

1. Возрастная адекватность (соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей);

2. Научная обоснованность и достоверность (содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей);

3. Практическая целесообразность (содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей);

4. Культурологическая сообразность (в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран);
5. Вовлеченность в реализацию программы родителей обучающихся.

**Адресат программы**

Программа рассчитана на воспитанников –5 - 6 лет

**Срок освоения программы**

Срок освоения программы: 1 год.

**Формы обучения** очная (сприменением дистанционных образовательных технологий)

**Уровень программы:** базовый

**Особенности организации образовательного процесса**

**Формы проведения занятий** аудиторные. Основная организационная форма обучения – групповая.

**Режим занятий**

Периодичность занятий: 1 раз в неделю по 1 часа. Продолжительность 1 академического часа: средняя группа –20 минут; старшая группа – 25 минут; подготовительная группа 30 минут.

**1.2. Цель и задачи программы**

**Цель** - формирование у детей представлений о своем организме, о различных органах и системах, их своеобразии и взаимодействии; формирование убеждений, привычек и приобщение дошкольников к здоровому образу жизни.

**Образовательные задачи:**

1. Развития представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формировании готовности заботиться и укреплять здоровье.
2. Расширение представления детей о строении человеческого тела, об органах и их значении.
3. Развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.
4. Обучать детей уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной медицинской помощи.

**Воспитательные задачи:**

1. Выработать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
2. Помочь детям овладеть основами гигиенической культуры.

**Развивающие задачи:**

1. Развитие кругозора, интереса к познавательной деятельности.
2. Развитие самостоятельности, самоконтроля.
3. Развитие коммуникативности.
4. Развитие творческих способностей.

**Объем программы:** Данная программа рассчитана 114 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часа.

**1.3. Содержание программы**

№	Тема	Теория	Практика
<b>1 год обучения</b>			
1.	Вводное занятие	понятием «Здоровые привычки»	Беседа, рассказ по картинкам
2.	Как сохранить здоровье после лета?	Знать о пользе овощей и фруктов	Беседа, рассказ по картинкам
3.	Беседа «Здоровая пища»	Развить представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих	Сюжетно – ролевая игра «Накормлю себя сам»; демонстрация картинок

		ценностей, формировать готовность заботиться и укреплять собственное здоровье;	
4.	Беседа «Можно ли вырасти на одних конфетах»	Объяснить детям, для чего необходимы конфеты, есть ли польза от них	Беседа, рассказ по картинкам
5.	Познавательный рассказ «Вкусно - полезно»	Рассказать детям о пользе фруктов, о важности регулярного употребления их в пищу. Учить тщательно, мыть фрукты, проверять их качество.	игра «Овощи и фрукты»
6.	Беседа «Кто живет в Молочной стране?»	Знать, что все молочные продукты нужно употреблять, так как они полезны	картинки
7.	Чтение Н.Ю. Чуриной «Молоко, Йогурт, Кефир»	показать на примере сказки, что все молочные продукты полезны для здоровья. Знать, что все молочные продукты нужно употреблять, так как они полезны	Иллюстрации к произведению
8.	Как правильно есть птицу или рыбу? -	знать, как правильно и безопасно есть курицу и рыбу.	
9.	Чтение рассказа Н. Ю. Чуриной «Интересный разговор»	показать на примере рассказа, о вредности сырой воды, о необходимости пить очищенную воду	Чтение рассказа
10	Беседа «Сахар – друг или враг?»	сформировать у детей представление о правильном питании и его важности в сохранении здоровья зубов и всего организма	
11	Игра «Да» - «нет»	при помощи игры закрепить правила питания	
12	Беседа о важности регулярного питания, соблюдения режима питания.	сформировать у детей представление о правильном питании	
13	дидактическая игра «Фрукты»	Уточнить знания детей о фруктах (название, цвет, форма), выяснить различия между фруктами и овощами.	Игра «Попробуй на вкус», игра «Угадай на вкус»
14	Из чего делают хлеб? Какой бывает хлеб?	развивать представление о продуктах приготавливаемых из зерна, как обязательном компоненте ежедневного рациона	Дид./игра «Угостим кукол чаем»
15	Беседа «Осторожно, микробы»	Закреплять знания об оздоровительных мероприятиях и предметах личной гигиены.	иллюстрации
16	Беседа – игра	сформировать у детей	

	«Здоровое питание – здоровые зубы»	представление о правильном питании и его важности в сохранении здоровья зубов и всего организма	
17	Чтение произведения Н. Ю. Чуприна «Маша и фруктовый сад»	Сформировать у детей представление о пользе фруктов через чтение художественной литературы	Чтение Н. Ю. Чуприна «Маша и фруктовый сад».
18	Занятие – игра «Даёт силы нам всегда витаминная еда»	Закрепить знания детей о рациональном питании; закрепить соблюдение детьми правил питания; помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания	посадка лука
19	Чтение рассказа Н. Ю. Чуприной «Спорщицы»	На примере сказки показать, что все каши полезны. Знать о пользе каши	
20	«Путешествие зернышка»	развивать представление о продуктах и блюдах, приготавливаемых из зерна, как обязательном компоненте ежедневного рациона	рассказ по картинкам, раскраски
21	Игровая ситуация «Какая посуда нам нужна? Сервируем стол»	Активизировать в речи и уточнить названия и назначение предметов посуды	игра «Сварим обед для кукол»
22	Беседа «Где и как готовят пищу»	познакомить детей с местом, где готовят еду; рассказать о профессии повара; познакомить детей с работой на кухне, с правилами техники безопасности.	Экскурсия на кухню
23	Дидактическая игра «Приготовим суп, кашу, салат»	учить детей правильно подбирать продукты для приготовления блюд, раскладывать картинки в том порядке, как продукты закладывают для приготовления тех или иных блюд.	Беседа, дидактическая игра.
24	Беседа о производстве молока.	Знать о пользе молока для улучшения здоровья детского организма.	Игра
25	Чтение О. Дриз «Про весёлый пирожок».	воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.	Иллюстрации к произведению
26	Сюжетно – ролевая игра «Накормлю себя сам»	Добиться уяснения детьми правил поведения за столом или в столовой; проработать правила хорошего тона за столом. Знать правила поведения за столом или в столовой.	Атрибуты
27	«Как правильно накрыть стол в	знать правила сортировки стола; уметь накрывать на стол;	Плакаты, схемы

	ожидании гостей»	высказывать своё предположение.	
28	День рождения синьора Помидора	Уметь пересказывать небольшие тексты.	
29	Как правильно вести себя за столом. Этикет	Знать и уметь применять правила поведения за столом.	иллюстрации
30	Проращивание лука в баночках, посев семян укропа, лука, петрушки	Понаблюдать за результатами посева, рассказать о пользе зелени для здоровья. Иметь представление о пользе зелени	Семена, контейнеры для посадки, лейка.
31	Как правильно есть. Путешествие за полезными продуктами	Закрепить с детьми обработку продуктов. Соблюдение культурно-гигиенических правил.	иллюстрации
32	Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин»	Формировать у детей умения выбирать из предложенного ассортимента нужные и полезные продукты. Уметь выбирать полезные продукты	Атрибуты к игре
33	Правильное питание	Находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. Обобщить (осознать и формулировать) то новое, что получилось	
34	Игровая ситуация «Обед у куклы Маши»	Формировать у детей трудовые навыки, учить накрывать на стол, применять знания об их назначении, отражать в речи отдельные действия и представления	Сюжетно – ролевая игра «Обед у куклы Маши»; демонстрация картинок;
35	Составление рассказов с использованием опорных схем «Об овощах»	Учить детей при помощи опорных схем составлять рассказ. Уметь составлять рассказ по предложенной опорной схеме	Схемы, картинки овощей
36	«Как правильно накрыть стол в ожидании гостей»	Знать правила сортировки стола; уметь накрывать на стол; высказывать своё предположение моделирование ситуации	
37	Наблюдение за поведением детей, анализ детских высказываний, суждений.	Выяснить, насколько осознанны полученные представления, опираются ли они на них в реальной жизни	
<b>2 год обучения</b>			
1.	Вводное занятие. «Я здоровье сберегу, сам	Ознакомление с правилами поведения на занятиях.	Дидактические игры «Полезно-вредно» и т.д.

	себе я помогу»	Познакомить с понятием «полезно», «вредно»	
2.	Беседа «На зарядку становись»	Рассказать детям, как полезна утренняя зарядка и режим дня, показывать зависимость здоровья человека от утренней зарядки.	Беседа, рассматривание картин.
3.	Чтение Г. Зайцев «Дружи с водой»	Создать позитивное отношение к культурно-гигиеническим навыкам, дать знание о необходимости соблюдать личную гигиену.	Чтение художественной литературы: К.И. Чуковский «Мойдодыр»
4.	Беседа «В гости к тете Зубной Щетке»	Познакомить с правилами ухода за зубами, с техникой чистки зубов. Иллюстрации	Беседа, рассматривание картин.
5.	Занятие «Из чего мы сделаны»	Уточнить знания, из каких частей состоит тело человека; дать знания о роли органов чувств.	Просмотр презентации, Иллюстрации
6.	Рисование «Из чего сделан Я?»	Поддерживать интерес к познанию своего тела, выяснить, как дети представляют свой организм.	Альбомные листы, карандаши, фломастеры.
7.	Дид. игра «Умею – не умею»	Поддерживать у детей радостное настроение, чувство удивления и гордости своими способностями.	мяч
8.	Беседа «Чистота – залог здоровья»	Подвести детей к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья.	Картинки
9.	Занятие «Мои защитники: кожа, ногти, волосы»	Дать общее представление о том, что кожа, ногти и волосы являются защитниками организма человека.	Картинки
10	Дид. игра «Съедобное - несъедобное»	Учить различать съедобные грибы и ягоды по картинкам.	Предметные картинки
11	Беседа с элементами рисования «Витамины в жизни человека»	Сформировать у детей представление о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах.	Картинки с изображением полезных продуктов
12	Сюж.-рол./игра «Больница»	Воспитывать уважение к профессии врача, понимать ее огромную роль и важность для каждого из нас.	Атрибуты к игре.
13	Опыт «Сравнить отстоянную и только налитую из-под крана»	Подвести детей к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья.	Картинки
14	Дид./игра «Определи по вкусу»	Сформировать у детей представление о необходимости наличия витаминов в организме	Фрукты, овощи

		человека, о полезных продуктах.	
15	«Правила безопасного дыхания».	Дать детям представление о том, что дыхание – одна из важнейших функций организма.	Иллюстрации с изображением легких
16	«Правила безопасного дыхания».	Дать детям представление о том, что дыхание – одна из важнейших функций организма.	Иллюстрации с изображением легких
17	Дид./игра «Советы чистюль»	Подвести детей к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья.	Картинки
18	Язык - орган вкуса.		
19	Беседа «Полезные и вредные привычки»	Закреплять знания детей о полезных и вредных привычках.	Дид. карточки
20	Беседа: «Как правильно сидеть за столом»;	Учить самостоятельно следить за своим здоровьем, уметь оказывать себе элементарную помощь, прививать любовь к физич. упраж-ям.	Иллюстрации
21	Чтение А. Барто «Я расту»	Воспитывать чувство сострадания к несчастию ближнего, желание помочь, доставить радость.	Картинки
22	Игра - путешествие «Где прячется здоровье»	Расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья)	Картинки, картинки с изображением полезных продуктов
23	Беседа с элементами рисования «Витамины в жизни человека»	Закрепить знание детей о пользе овощей и фруктах, о витаминах содержащихся в них.	Карандаши, краски, альбомные листы, иллюстрации.
24	Занятие «Сердце – наш мотор».	Познакомить детей с сердцем и его функциями в организме человека.	Иллюстрации.
25	Дид. игра «Опасно – неопасно»	Развивать чувство самосохранения, учить предвидеть возможные последствия своих поступков.	Мяч
26	Рисование на тему «Мое сердце!»	Поддерживать интерес к познанию своего тела, выяснить, как дети представляют свое сердце.	Альбомные листы, карандаши, фломастеры.
27	Как мы чувствуем разные запахи?	Дать детям представление о том, что дыхание – одна из важнейших функций организма.	Иллюстрации с изображением легких
28	Беседа «Почему бывает холодно или жарко?»	Способствовать формированию полезных привычек.	Картинки
29	Беседа «Пришла весна – ребятишкам не до сна»	Способствовать формированию полезных привычек. Картинки	Картинки
30	Чтение худ.литер-ы	Воспитывать в детях силу воли и	Иллюстрации к тексту

	С. Маршак «Робин – Бобин»	чувство ответственности.	
31	Занятие «Сохрани свое здоровье сам»	Учить самостоятельно следить за своим здоровьем, уметь оказывать себе элементарную помощь, прививать любовь к физич. упраж-ям.	Иллюстрации
32	Чтение рассказа Н. Ю. Чуприной «Спорщицы»	На примере сказки показать, что все каши полезны. Знать о пользе каши	
33	Обобщение по теме «Я и моё здоровье»	Выяснить объем полученных знаний, степень их осознанности.	Дид./игры, картинки
34	Дид. игра «Опасно – неопасно»	Расширить и закрепить знания об опасных предметах; воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.	Мяч
35	Беседа «Зеленая аптека»	Познакомить детей с лекарственными растениями, которые способствуют укреплению здоровья.	Иллюстрации лекарственных растений
36	Рассказ детей «Каким я хочу быть»	Выяснить, желают ли дети быть здоровыми, заниматься спортом, стремиться никогда не унывать.	Картинки здоровых людей
37	Наблюдение за поведением детей, анализ детских высказываний, суждений.	Выяснить, насколько осознанны полученные представления, опираются ли они на них в реальной жизни.	
<b>3 год обучения</b>			
1.	Беседа с просмотром видеоролика и элементами опыт «Здоровье – главная ценность человеческой жизни»	Дать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни, развивать свободное общение с взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни.	Картинки, видеоролик
2.	Беседа «Знакомство со своим телом»	Уточнить знания, из каких частей состоит тело человека; дать знания о роли органов чувств. Иллюстрации	Иллюстрации
3.	Занятие «Моя кожа, ногти, волосы»	Дать общее представление о том, что кожа, ногти и волосы являются защитниками организма человека. Картинки	Картинки
4.	Дид. игра «Опасно – неопасно»	Развивать чувство самосохранения, учить предвидеть возможные последствия своих поступков.	Мяч

5.	Рисование «Осторожно, микробы»	Закреплять знания об оздоровительных мероприятиях и предметах личной гигиены.	Альбомные листы, краски, карандаши, фломастеры
6.	Занимательный досуг «Что может делать мой мозг?»	Расширить представления о том, что все, что они могут делать, они могут делать только благодаря тому, что у нас есть чудо-мозг.	Иллюстрации, мяч
7.	Нам микробы не страшны, с частотою мы дружны	Подвести детей к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья.	картинки
8.	Чтение О. Дриз «Про весёлый пирожок».	воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.	
9.	Беседа «Где и как готовят пищу»	познакомить детей с местом, где готовят еду; рассказать о профессии повара; познакомить детей с работой на кухне, с правилами техники безопасности.	Экскурсия на кухню
10	Игровая ситуация «Какая посуда нам нужна?»	Сервируем стол» Активизировать в речи и уточнить названия и назначение предметов посуды	игра «Сварим обед для кукол».
11	«Путешествие зернышка».	Блюда из зерна. знать о пользе продуктов, получаемых из зерна; развивать представление о продуктах и блюдах, приготавливаемых из зерна, как обязательном компоненте ежедневного рациона	рассказ по картинкам, раскраски
12	«Кто спортом занимается»	Формировать представление детей о необходимости заниматься спортом; продолжать способствовать формированию здорового образа жизни.	Стихотворение Т.Волгиной «Два друга»
13	Чтение С. Михалков «Про мимозу»	воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.	Иллюстрации к произведению
14	Занятие «Витамины укрепляют организм»	Сформировать у детей представление о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах.	Картинки с изображением полезных продуктов

15	Игра «Путешествие на кухню»	Познакомить детей с трудоемким процессом приготовления пищи, воспитывать чувство благодарности и уважения к поварам.	Кухня, посуда
16	Занятие «Об удивительных превращениях пищи внутри нас»	Познакомить детей с пищеварительным трактом и его основными отделами.	Картинки
17	Аппликация. Составляем книгу рецептов «Вкусные истории»	Развивать умение применять знания в новых условиях, развивать речь и речевое общение, воспитывать творческие способности.	Цветная бумага, ножницы, клей, салфетки, бумажные
18	Беседа о производстве молока.	Знать о пользе молока для улучшения здоровья детского организма	Игра
19	Дидактическая игра «Приготовим суп, кашу, салат»	учить детей правильно подбирать продукты для приготовления блюд, раскладывать картинки в том порядке, как продукты закладывают для приготовления тех или иных блюд.	Беседа, дидактическая игра
20	Занятие «Сердце – наш мотор»	Познакомить детей с сердцем и его функциями в организме человека.	Иллюстрации.
21	Чтение худ. литературы Г. Х. Андерсен «Снежная королева»	Дать детям представление о людях с крепким и «живым» сердцем, вызвать желание быть похожими на людей с отзывчивым сердцем.	Книга
22	Сюжетно-ролевая игра «Больница»	Воспитывать уважение к профессии врача, понимать ее огромную роль и важность для каждого из нас.	Атрибуты к игре
23	Язык - орган вкуса.		
24	Беседа и опыты. «Зачем нужен язычок?»		
25	Путешествие воздушных человечков.		
26	Опыт «Как мы чувствуем разные запахи?»	Воспитывать интерес к исследовательской деятельности, развивать умение выделять и ставить проблему, которую	Трубочки, стаканчики, пакеты

		необходимо решить.	
27	Конструирование из бумаги «Бабочка» (для дыхательной гимнастики)		
28	Занятие «Функции позвоночника и скелета»	Дать детям представление о том, что у каждого человека внутри есть кости, которые составляют подвижную конструкцию – скелет.	Иллюстрации
29	Беседа «Пришла весна – ребятишкам не до сна»	Способствовать формированию полезных привычек.	Картинки
30	Викторина «Что мы знаем о здоровье»	воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.	иллюстрации
31	Показ кукольного спектакля «Ленивая Маша»	Дать представления о значении двигательной активности в жизни человека;	Куклы для театра
32	Практическое занятие «Азбука правильного питания»	Формировать знания у детей о том, что хлеб - ценный продукт питания, без которого не могут обходиться люди, о ценности и важности употребления хлеба с другими продуктами питания.	Картигнки.
33	Беседа «Чистота – залог здоровья»	Подвести детей к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья.	Картинки
34	Выставка рисунков	Выразить свое отношение к грязнулям, как косвенными средствами, так и словесно.	Альбомные листы, карандаши, фломастеры.
35	Беседы: О чистоте окружающей среды. О пользе зелёных насаждений для чистоты воздуха.		
36	Познавательное «В царстве лекарственных растений»	Познакомить детей с лекарственными растениями, которые способствуют укреплению здоровья.	Иллюстрации лекарственных растений
37	Итоговое занятие «Школа здоровья»	Закрепить правила безопасного поведения на улице, в быту, в природе. Помочь оценивать свое поведение с точки зрения вреда и пользы для здоровья. Учить применять полученные знания на практике.	Иллюстрации

## 1.4. Планируемые результаты

- Полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные;
- Дети смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- Дети получат знания и навыки, связанные с этикетом в области питания;
- Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1 Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Кол-вочасов		Кол-вочасов		Кол-вочасов		Формы промежуточной аттестации/текущего контроля			
		Всего	1 год		Всего	2 год			Все го	3 год	
			теоретические занятия	практические занятия		теоретические занятия	практические занятия			теоретические занятия	практические занятия
1.	Здоровые привычки		4	4		4	4		4	4	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
2.	Где живут витамины		3	3		5	5		3	3	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
3.	Режим дня		4	4		2	2		3	3	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
4.	Рацион питания		4	4		3	3		3	3	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
5.	Этикет		3	3		3	3		3	3	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
6.	Строение человека, элементарные знания об особенностях организма		4	4		4	4		4	4	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
7.	Значение здоровой пищи		3	3		5	5		4	4	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
8.	Профилактика простудных и инфекционных заболеваний		3	3		4	4		5	5	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
9.	Как поддержать свое здоровье.		5	5		4	4		4	4	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
10	Строение человека.		4	4		3	3		4	4	Беседа, наблюдение, итоговое занятие
	<b>ИТОГО</b>		37			37			37		

## 2.2. Календарный учебный график.

№ п/п	Дата начала реализации	Дата окончания реализации	Режим занятия	Количество недель \ часов	Год обучения
1	15.09.2021	31.05.2024	1 раз в неделю	111 недель	3 года

№ п/п	Дата проведения	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь-май	15.45-16.05	Традиционные занятия Занятия - игры	37	По плану	Группа	Выполнение заданий, наблюдения
2	Сентябрь-май	15.45-16.10	Традиционные занятия Занятия - игры	37	По плану	Группа	Выполнение заданий, наблюдения
3	Сентябрь-май	15.45-16.15	Традиционные занятия Занятия - игры	37	По плану	Группа	Выполнение заданий, наблюдения

## 2.3. Условия реализации программы

**Материально-техническое обеспечение:** В соответствии с ФГОС, материально-техническое обеспечение программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы). При этом, организация самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

**Специфическое сопровождение (оборудование)** - демонстрационный материал (таблицы, картинки, плакаты, карточек с играми и заданиями); наглядно - дидактические пособия по теме программы; дидактический материалы (приборы и оборудование: стаканчики, трубочки, воронки; материалы и инструменты: краски акварельные, глина, солёное тесто); магнитная доска; мольберт; доска.

**Электронно-программное обеспечение:**Мультимедийный проектор; компьютер;

### Кадровое обеспечение:

ФИО педагога (ов) реализующего программу	Должность, местоработы	Образование
Нифатова Наталия Борисовна	ВоспитательМДОУ «Моркинский детский сад №3 «Светлячок»	Средне – специальное

## 2.4. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

1. Беседа.
2. Ситуативный разговор.
3. Речевая ситуация.

4. Театрализация.
5. Чтение.
6. Разучивание.
7. Пересказывание и рассказывание.
8. Рассматривание книг.

## 2.5.Оценочные материалы (диагностики)

**Система оценки результатов освоения образовательной программы.** Педагогический анализ проводится 2 раза в год (в начале года - вводный, в конце года - итоговый). Для обозначения уровня развития выбрана четырех балльная система оценки:

**Высокий уровень** – 4 балла (ребенок самостоятельно, без ошибок, справляется с заданием).

**Достаточный уровень** – 3 балла (ребенок самостоятельно справляется с заданием, допуская ошибки).

**Средний уровень** – 2 балла (ребенок выполняет задания с помощью взрослого).

**Низкий уровень** -1 балл (ребенок даже с помощью взрослого допускает ошибки в выполнении задания).

### Диагностическая карта

№	Ф. И.	Строение человека, элементарные знания об особенностях организма		Значение здоровой пищи		Профилактика простудных и инфекционных заболеваний		Как поддерживать свое здоровье		Строение человека.		Итог	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К

## 2.6.Методические материалы

Методы обучения:

1. рассматривание рисунков, фотографий;
2. свободное и тематическое рисование;
3. моделирование и анализ ситуаций;
4. рассказы, беседы, анкетирование;
5. сюжетно – ролевые игры;
6. рассказ по картинкам;
7. мини – проекты;
8. совместная работа с родителями

**Основные педагогические технологии:** игровые, здоровьесберегающие, информационно-коммуникативные, проектная.

**Формы занятий:** слушание произведений с использованием красочных картинок и игрушек, игры на развитие мелкой моторики, инсценирование и элементарная драматизация народных сказок.

## 2.7 План воспитательной работы

Сроки \ даты	Мероприятие	Участники	Примечание
<b>Календарные и традиционные праздники, физкультурные развлечения, реализация проектов.</b>			
Сентябрь	1.09. День знания	Педагоги ДОУ	
	3.09. День солидарности в	Педагоги ДОУ	

	борьбе с терроризмом		
	Всеобуч для родителей: «Здравствуй, детский сад» (для вновь прибывших родителей)	Воспитатели группы, администрация	
	Родительские собрания		согласно плана педагогов группы
Октябрь	Месячник безопасности	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану РОО
	«Неделя здоровья»	Педагоги и родители ДОУ и ОУ, воспитанники ДОУ и обучающиеся МСШ №6.	реализация образовательного проекта в рамках сетевого взаимодействия
	Акция «Неделя добра»	Педагоги и родители ДОУ и ОУ, воспитанники ДОУ и обучающиеся МСШ №6.	участие в Акции в рамках сетевого взаимодействия
	«Осенняя ярмарка развлечений»	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
	Реализация проекта «Чистота – залог здоровья»	Родители, дети и педагоги группы	
Ноябрь	4.11. День народного единства	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	
	«Самая любимая...» развлечение посвященное Дню Матери (последнее воскресенье ноября)	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	
	Квест-игра «Секреты здоровья»	Родители, дети и педагоги старшей группы	
Декабрь	«Новогодний серпантин»	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
Январь	«Рождество»	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
Февраль	Праздник, посвященный дню защитника отечества «Папа – самый лучший друг»	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
Март	«Праздник, посвященный международному женскому дню.	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
Апрель	1.04. День птиц	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
	2.04. Международный день детской книги	Родители и педагоги групповых ячеек ДОУ	по плану педагогов групп
	Реализация проекта «Неделя здоровья»	Педагоги и родители ДОУ и ОУ, воспитанники ДОУ и обучающиеся МСШ №6.	реализация образовательного проекта в рамках сетевого взаимодействия
	Акция «Весенняя неделя	Педагоги и родители ДОУ	участие в Акции в

	добра»	и ОУ, воспитанники ДОУ и обучающиеся МСШ №6.	рамках сетевого взаимодействия
	«Взаимодействие ДОУ и семьи»	Педагоги, родители ДОУ	общее итоговое родительское собрание.
	Реализация проекта «Мир сказок»	Педагоги, дети и родители группы	
май	«Вахта памяти»	Педагоги и родители ДОУ и ОУ, воспитанники ДОУ и обучающиеся МСШ №6.	реализация образовательного проекта в рамках сетевого взаимодействия
	Конкурс рисунков «День Победы»	Педагоги, дети и родители группы	
<b>Участие в муниципальных творческих конкурсах</b>			
Сентябрь	Творческий осенний конкурс	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Октябрь			
Ноябрь	Творческий конкурс посвященный Дню матери	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Декабрь	«Мастерская Деда Мороза»	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Январь	Творческий конкурс посвященный Рождеству	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Февраль	Творческий конкурс посвященный Дню защитников отечества	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Март	Творческий конкурс посвященный Международному женскому дню	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Апрель	Творческий конкурс посвященный Пасхе	Педагоги, родители ДОУ	по плану ЦДТ
Май			
<b>Основы безопасности.</b>			
<p>Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» составлена на основе программы «Формирование основ безопасности у дошкольников» Белой Ксении Юрьевны и сориентирована на то, чтобы дать детям необходимые знания об общепринятых человеком нормах поведения, сформировать основы экологической культуры, ценности здорового образа жизни, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в транспорте.</p> <p><b>Цель программы</b> – подготовить ребенка к безопасной жизни в окружающей среде – природной, техногенной, социальной.</p> <p>Даная программа предлагает работу по следующим направлениям:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Направление. Безопасность собственной жизнедеятельности.</li> <li>2. Направление. Безопасное поведение на дорогах;</li> <li>3. Направление: Безопасное поведение в природе.</li> </ol>			
Сентябрь	«Месячник безопасности детей»; операция «Особый противопожарный режим»;	Педагоги, дети, родители ДОУ	По программе «Основы безопасности детей дошкольного
Октябрь	«Месячника гражданской об	Педагоги, дети, родители	дошкольного

	ороны»	ДОУ	возраста»
Ноябрь	Операция «Гололед»	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Декабрь	Операция «Новыйгод»;	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Январь	Операция «Зимние забавы»	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Февраль	Операция «Важные профессии»	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Март	Операция «Один дома»	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Апрель	Операция «Водоисточник»;	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Май	Операция «Скоро лето»	Педагоги, дети, родители ДОУ	
Июнь - август	«Месячника безопасности на водных объектах»;	Педагоги, дети, родители ДОУ	

## 2.8. Список литературы и электронных источников

1. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет: планирование, занятия, игры/авт.-сост. Югова М.Р.-Волгоград: Учитель, 2016
2. Гуменюк. Е.И. Слисенко Н.А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни. Рабочая тетрадь. - СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2013.
3. Здоровье. Опыт освоения образовательной области. Старшая группа/ сост. Коломыченко С.С., Узянова И.М. - Волгоград:2014
4. Т. С. Никанорова. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников.
5. Князева О. Мои помощники (уроки самопознания) /журнал Дошкольное воспитание, №3-2000
6. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. -М: ТЦ Сфера, 2013г.
7. Шипунова В.А. Береги здоровье: комплект карточек. –М: Карапуз, 2017