

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 16 «Золотой ключик»

Принята на заседании
педагогического совета
от «08» августа 2023 года
Протокол № 7



Принята с учетом мнения
родителей
от «08» августа 2023 года
Протокол № 5

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РАСТИ ЗДОРОВЫМ, МАЛЫШ!»**

Уровень программы: разноуровневая (стартовый, базовый)

Вид: модифицированная

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Состав группы: от 10 до 15 человек

Срок реализации: 4 года

ID-номер программы в Навигаторе: _____

Автор-составитель:
Тищенко Г. Н.,
воспитатель

с. Привольное
2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1.	Пояснительная записка	3-7
1.2.	Цель и задачи	7
1.3.	Учебный план	8-11
1.4.	Содержание учебного плана	11-16
1.5.	Планируемые результаты	16-18
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1.	Календарный учебный график	18
2.2.	Условия реализации программы	19-20
2.3.	Формы аттестации, контроля	20-26
2.4.	Методическое обеспечение программы	26-27
	Список литературы	27-29
	Приложение 1. Календарные учебные графики	30-56
	Приложение 2. Оценочные материалы к промежуточной и итоговой аттестации	57-68
	Приложение 3. План воспитательной работы	69

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и других.

Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продукты питания, некачественная питьевая вода, накапливающееся раздражение в обществе, связанное с неудовлетворительным экономическим положением – это лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на здоровье дошкольника.

Само понятие «здоровье» всегда рассматривалось как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности.

Для достижения гармонии и с природой, и с самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства, сохранять его, укреплять, приобщаться к здоровому образу жизни.

Порой, бывает трудно убедить ребенка не есть снег, мыть руки перед едой, хорошо пережевывать пищу, не заглатывать ее целиком, чистить зубы, не смотреть долго телевизор и т.д. Ребенку очень сложно установить связь между болезнью и ее причинами. Медленность и долгая неочевидность обратных связей – одна из главных причин негигиенического поведения людей, пренебрежения здоровым образом жизни. Человек не ощущает своего здоровья, не знает предела его резервов, уровня качества и заботу о нем откладывает на потом.

В детском саду ребенок «погружается» в благоприятную медико-гигиеническую и психолого-педагогическую атмосферу. Он получает извне все оздоравливающие или способствующие сохранению и укреплению здоровья воздействия, а сам остается пассивным. При переходе в школу сразу отмечается высокий рост заболеваемости, так как ребенок не умеет самостоятельно заботиться о себе, своем здоровье – его этому не учили.

Как бы много воспитатели и родители ни делали для здоровья наших детей, результат будет недостаточен, если к этому процессу не подключить самого ребенка. Он может многое сделать для себя самого, нужно только научить его этому.

Вопрос об обучении ребенка сознательному отношению к своему здоровью – важная проблема. Для ее решения необходима работа со стороны взрослых по ознакомлению детей со своим телом, организмом, его возможностями и особенностями. Главная задача – поддержать имеющийся у детей интерес к собственному телу, его строению и функционированию, научить их помогать себе, бережно относиться к своему организму и здоровью.

Важно учить ребенка любить себя, свое тело, воспитывать в нем оптимистическое само- и мироощущение, что обеспечит более легкое, безболезненное вхождение малыша в социум и, как следствие, высокую

жизненную активность. В современной ситуации ребенка следует ставить в позицию субъекта, творца собственной жизни, хранителя своего здоровья.

Знакомить детей со своим телом следует легко, непринужденно, эмоционально, играя. Важно использовать разнообразные жизненные ситуации, режимные моменты, для того, чтобы показать ребенку, что «умеют» делать его руки, ноги, зачем нужны глаза, уши, язык, почему нужно одеваться в холодную погоду и др. Все эти знания малыш получает в соответствующей ситуации, и поэтому они ему понятны, легко запоминаются.

Для осознания важности данной проблемы дошкольники в первую очередь должны познакомиться с тем, что же представляет собой человеческий организм, с особенностями его строения, функционирования и жизнедеятельности.

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Приобщение к физической культуре с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Базовыми двигательными качествами детей являются: ловкость, меткость, точность, подвижность, равновесие, ритмичность, быстрота реакции.

При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются полученные навыки.

Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп.

Кружковые занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Из вышеизложенного, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым, интереса к изучению возможностей своего организма.

Организация бесплатных дополнительных образовательных услуг является составной частью основной общеобразовательной программы нашего ДОУ.

Решение этой проблемы мы видим в играх и упражнениях на изучение строения своего тела, ознакомления с выполнением функций разных органов тела человека, их назначением, приобщение детей к здоровому образу жизни.

С этой целью и была разработана программа дополнительного образования «Расти здоровым, малыш», которая составлена на основе учебно-методического пособия «Я и мое тело» С.Е.Шукшина, Школьная пресса, 2009 год и ряда других учебно-методических пособий и технологий.

Программа разработана в соответствии с государственными нормативными правовыми актами в области дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»
3. Постановление Правительства РФ от 18.09.2020 г. № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей».
6. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
8. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

10. Письмо ГБУ ДО «КЦЭТК» от 28 сентября 2021 г. № 639 «Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

Актуальность программы заключается в проблеме воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время большое значение. С каждым годом увеличивается заболеваемость среди детей. Причины ухудшения здоровья зависят от многих факторов, в том числе и от неправильного отношения населения к своему здоровью и здоровью своих детей, отрицательного влияния окружающей среды, наследственных факторов. Нарушения правил здорового образа жизни. В детстве человек осуществляет более напряженную, более сложную, чем взрослый, работу по саморефлексии, самопостроению, самоконтролю и саморегулированию. Если ребенок пассивен в этом процессе, то деформируется его социализация, разрушается здоровье.

Поэтому именно на этапе дошкольного возраста приоритетными являются задачи воспитания у детей мотивации на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни. Целесообразно использовать кружковую работу для обучения детей основам здорового образа жизни.

Наметившаяся во всём мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательно-оздоровительных программ по сохранению здоровья, начиная с дошкольного и младшего школьного возраста, поскольку именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни. Дети младшего возраста наиболее восприимчивы к обучению, поэтому занятия о здоровье хорошо воспринимаются детьми, приносят положительные результаты.

Новизна программы заключается в оригинальности представленной системы работы, в соответствии с возрастными возможностями и способностями дошкольников, распределении валеологического образования и воспитания дошкольников младшего, среднего и старшего возраста, 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. Объектом обобщения опыта является система работы по формированию валеологической культуры дошкольников. Предметом обобщения опыта является использование современных оздоровительных технологий, нетрадиционных подходов к организации различных форм работы с детьми. Представленная диагностика дошкольников позволит воспитателям, специалистам и родителям спроектировать целостный, но при этом вариативный здоровьесберегающий педагогический процесс. Ориентация воспитанников на здоровый образ жизни основывается на многоэтапной, постоянной, непрерывной учебно-воспитательной работе.

Отличительной особенностью является то, что ребёнок становится не объектом, а активным субъектом. Основным способом обучения детей будет являться импровизация, она способствует формированию представлений о

двигательной выразительности, поможет войти в воображаемую ситуацию, даст возможность для личностного самовыражения.

Данная программа **педагогически целесообразна**, так как ориентирована на формирование у детей позиции познания ценности здоровья физического, психического и социального, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширения знаний и навыков по гигиенической культуре и культуре питания.

Педагогическая целесообразность программы заключается в возможности тесного сотрудничества педагога с учащимися, а также использовании гармоничной образовательной среды и её компонентов, дающих хороший воспитательный и развивающий эффект.

Адресат программы

Возраст предлагается от 3-х до 7 лет. Группа комплектуется с учетом возраста в количестве учащихся в группе - 15 человек .

Объем и срок реализации программы

Срок реализации программы – 4 года.

1 год обучения - количество часов на учебный год – 37, 2-й год обучения-36 часов,

3-й год обучения- 37 часов, 4 года обучения – 36 часов.

Режим занятий

Программа дополнительного бесплатного образования проводится в форме кружковой работы.

Кружок 1 раз в неделю в младшей группе (от 3 до 4 лет) длительностью не более 15 минут (1-ый год обучения);

Кружок 1 раз в неделю в средней группе (от 4 до 5 лет) длительностью не более 20 минут (2-ой год обучения);

Кружок 1 раз в неделю в старшей группе (от 5 до 6 лет) длительностью не более 25 минут (3-ий год обучения);

Кружок 1 раз в неделю в подготовительной к школе группе (от 6 до 7 лет) длительностью не более 30 минут (4-ый год обучения);

Режим занятий соответствует СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Формы обучения

Выполнение данной программы предполагает проведение:

- Игры - занятия
- Дидактические игры и упражнения
- Элементарные опыты
- Наблюдения
- Экскурсии
- Продуктивные виды деятельности
- Чтение художественной литературы
- Поисково-проблемные ситуации

- Сюжетно-ролевые игры
- Подвижные игры
- Трудовые поручения
- Праздники
- Досуги
- Развлечения

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целью Формировать у детей дошкольного возраста элементарные представления об органах чувств человека как не заменимых источниках получения информации об окружающем мире с учетом интересов, индивидуальных особенностей и социальной ситуации развития ребенка.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать представления у детей дошкольного возраста о состоянии собственного тела и функционировании человеческого организма;
- сформировать позитивное самосознание, ценностное отношение к собственной жизни и жизни другого человека;
- расширить знания дошкольников о питании, закаливании, режиме дня, культурно-гигиенических навыках;

Воспитательные:

- воспитать потребность в здоровом образе жизни, любовь и бережное отношение к своему телу, восхищение его возможностями

Развивающие:

- развить умение видеть причины нарушения здоровья; взаимосвязь между здоровьем природы и здоровьем человека;
- развить свободную, здоровую личность, обладающую чувством собственного достоинства и уважения к людям;
- развить интерес к экспериментированию, самонаблюдению, самообследованию.

1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения (37 ч.)

№	Название раздела,	Количество часов	Формы
---	-------------------	------------------	-------

п/п	темы	Всего	Теория	Практика	аттестации/ контроля
1	«Вот я какой!»	5	2	3	Беседа Практические задания
2	«Мои ручки»	4	1	3	Беседа Практические задания
3	«Мои ножки»	5	2	3	Беседа Практические задания
4	«Глаза – орган зрения»	4	1	3	Беседа Практические задания
5	«Уши – орган слуха»	4	1	3	Беседа Практические задания
6	«Нос – орган обоняния»	4	1	3	Беседа Практические задания
7	«Зачем человеку язык»	5	2	3	Беседа Практические задания
8	«В гости к тете Зубной щетке»	4	1	3	Беседа Практические задания
9	Итоговое занятие	2	1	1	Практические задания

2 год обучения (36 ч.)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Вот я какой!»	4	2	2	Беседа Практические задания
2	«Мои ручки»	5	2	3	Беседа Практические задания
3	«Мои ножки»	5	2	3	Беседа Практические задания
4	«Глаза – орган зрения»	4	1	3	Беседа Практические задания
5	«Уши – орган слуха»	4	1	3	Беседа Практические задания

6	«Нос – орган обоняния»	4	1	3	Беседа Практические задания
7	«Зачем человеку язык»	4	1	3	Беседа Практические задания
8	«В гости к тете Зубной щетке»	4	1	3	Беседа Практические задания
9	Итоговое занятие	2	1	1	Практические задания

3-й год обучения (37 ч.)

№ п/п	Название раздела, Темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Вот я какой!»	2	1	1	Практические задания
2	«Мои ручки»	3	1	2	Практические задания
3	«Мои ножки»	3	1	2	Практические задания
4	«Глаза – орган зрения»	2	1	1	Практические задания
5	«Уши – орган слуха»	2	1	1	Беседа Практические задания
6	«Нос – орган обоняния»	2	1	1	Беседа Практические задания
7	«Зачем человеку язык»	3	1	2	Беседа Практические задания
8	«В гости к тете Зубной щетке»	2	1	1	Беседа Практические задания
9	«Кожа или Живая одежда»	2	1	1	Беседа Практические задания
10	«Скелет и мышцы»	3	1	2	Беседа Практические задания
11	«Великий труженик и волшебные реки»	2	1	1	Беседа Практические задания
12	«Об удивительных превращениях пищи внутри нас»	3	1	2	Беседа Практические задания

13	«Кто помогает тебе быть здоровым?»	4	1	3	Беседа Практические задания
14	«Про царя в голове, или Суперсоветчик – суперответчик»	2	1	1	Беседа Практические задания
15	Итоговое занятие	2	1	1	Практические Задания

4-й год обучения (36 ч.)

№ п/п	Название раздела, Темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Вот я какой!»	2	1	1	Практические задания
2	«Мои ручки»	2	1	1	Практические задания
3	«Мои ножки»	1		1	Практические задания
4	«Глаза – орган зрения»	1		1	Практические задания
5	«Уши – орган слуха»	2	1	1	Беседа Практические Задания
6	«Нос – орган обоняния»	2	1	1	Беседа Практические задания
7	«Зачем человеку язык»	2	1	1	Беседа Практические задания
8	«В гости к тете Зубной щетке»	2	1	1	Беседа Практические задания
9	«Кожа или Живая одежда»	2	1	1	Беседа Практические задания
10	«Скелет и мышцы»	3	1	2	Беседа Практические задания
11	«Великий труженик и волшебные реки»	2	1	1	Беседа Практические задания
12	«Об удивительных превращениях пищи внутри нас»	3	1	2	Беседа Практические задания

13	«Кто помогает тебе быть здоровым?»	4	1	3	Беседа Практические задания
14	«Про царя в голове, или Суперсоветчик – суперответчик»	2	1	1	Беседа Практические задания
15	Итоговое занятие	2	1	1	Практические Задания

1.4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1 год обучения

«Вот я какой!»

Теория: Знакомство детей с внешним строением тела человека .

Практика: Игры, игровые упражнения, подвижные игры, чтение стихов о частях тела.

«Мои ручки»

Теория: Значение рук для жизни человека.

Практика: Игры, пальчиковая гимнастика, чтение стихов, потешек, конструктивно- модельная деятельность.

«Мои ножки»

Теория: Представление о значении ног в жизни человека.

Практика: дидактические игры, минутки здоровья, беседы, чтение художественной литературы, эксперименты.

«Глаза – орган зрения»

Теория: Роль зрения в жизни человека, особенности строения глаза, зрительного восприятия.

Практика: Опыты, загадки, зрительная гимнастика, чтение художественной литературы.

«Уши – орган слуха»

Теория: Роль слуха в жизни человека, причины нарушения слуха.

Практика: Сюжетные игры, игровые упражнения, опыты, подвижные игры, чтение художественной литературы.

«Нос – орган обоняния»

Теория: Особенности функционирования носа, его значением в жизни человека, правила ухода за ним.

Практика: Эксперимент, игровое упражнение, точечный массаж, пальчиковая гимнастика.

«Зачем человеку язык»

Теория: Значение языка в жизни человека.

Практика: Практические упражнения, загадки, художественная литература, артикуляционная гимнастика.

«В гости к тете Зубной щетке»

Теория: Представление о способах ухода за полостью рта и чистке зубов.

Практика: Дидактические игры, эксперименты, физминутки, беседы, артикуляционная гимнастика, сюжетно-ролевые игры.

Содержание учебного плана 2 год обучения

«Вот я какой!»

Теория: Знакомство детей с внешним строением тела человека .

Практика: Игры, игровые упражнения, подвижные игры, чтение стихов о частях тела.

«Мои ручки»

Теория: Значение рук для жизни человека.

Практика: Игры, пальчиковая гимнастика, чтение стихов, потешек, конструктивно- модельная деятельность.

«Мои ножки»

Теория: Представление о значении ног в жизни человека.

Практика: дидактические игры, минутки здоровья, беседы, чтение художественной литературы, эксперименты.

«Глаза – орган зрения»

Теория: Роль зрения в жизни человека, особенности строения глаза, зрительного восприятия.

Практика: Опыты, загадки, зрительная гимнастика, чтение художественной литературы.

«Уши – орган слуха»

Теория: Роль слуха в жизни человека, причины нарушения слуха.

Практика: Сюжетные игры, игровые упражнения, опыты, подвижные игры, чтение художественной литературы.

«Нос – орган обоняния»

Теория: Особенности функционирования носа, его значением в жизни человека, правила ухода за ним.

Практика: Эксперимент, игровое упражнение, точечный массаж, пальчиковая гимнастика.

«Зачем человеку язык»

Теория: Значение языка в жизни человека.

Практика: Практические упражнения, загадки, художественная литература, артикуляционная гимнастика.

«В гости к тете Зубной щетке»

Теория: Представление о способах ухода за полостью рта и чистке зубов.

Практика: Дидактические игры, эксперименты, физминутки, беседы, артикуляционная гимнастика, сюжетно-ролевые игры.

Содержание учебного плана 3 год обучения

«Вот я какой!»

Теория: Знакомство детей с внешним строением тела человека .

Практика: Игры, игровые упражнения, подвижные игры, чтение стихов о частях тела.

«Мои ручки»

Теория: Значение рук для жизни человека.

Практика: Игры, пальчиковая гимнастика, чтение стихов, потешек, конструктивно- модельная деятельность.

«Мои ножки»

Теория: Представление о значении ног в жизни человека.

Практика: дидактические игры, минутки здоровья, беседы, чтение художественной литературы, эксперименты.

«Глаза – орган зрения»

Теория: Роль зрения в жизни человека, особенности строения глаза, зрительного восприятия.

Практика: Опыты, загадки, зрительная гимнастика, чтение художественной литературы.

«Уши – орган слуха»

Теория: Роль слуха в жизни человека, причины нарушения слуха.

Практика: Сюжетные игры, игровые упражнения, опыты, подвижные игры, чтение художественной литературы.

«Нос – орган обоняния»

Теория: Особенности функционирования носа, его значением в жизни человека, правила ухода за ним.

Практика: Эксперимент, игровое упражнение, точечный массаж, пальчиковая гимнастика.

«Зачем человеку язык»

Теория: Значение языка в жизни человека.

Практика: Практические упражнения, загадки, художественная литература, артикуляционная гимнастика.

«В гости к тете Зубной щетке»

Теория: Представление о способах ухода за полостью рта и чистке зубов.

Практика: Дидактические игры, эксперименты, физминутки, беседы, артикуляционная гимнастика, сюжетно-ролевые игры.

«Кожа или Живая одежда»

Теория: Особенности и функции живой «одежды» для человека.

Практика: Игровые упражнения, практические упражнения, беседы, опыты, чтение стихов.

«Скелет и мышцы»

Теория: Знакомство детей с конструкцией скелета тела человека.

Практика: Практические упражнения, чтение художественной литературы, гимнастика.

«Великий труженик и волшебные реки»

Теория: Представление о работе сердца, его расположении, строении. Деятельность и выполняемые функции клеток крови.

Практика: Загадки, эксперименты, практические упражнения, сюжетно-ролевые игры.

«Об удивительных превращениях пищи внутри нас»

Теория: Значение пищеварительного тракта, его основные отделы и выполняемые функции.

Практика: Чтение художественной литературы, практические упражнения, беседы.

«Кто помогает тебе быть здоровым?»

Теория: Формирование у детей понятия ценности здоровья.

Практика: Игровые упражнения, практические упражнения, беседы, опыты, чтение стихов, дидактические игры.

«Про царя в голове, или Суперсоветчик – суперответчик»

Теория: представление о том, что мозг главный и важный орган человека.

Практика: Чтение художественной литературы, игровые упражнения, беседы.

Итоговое занятие:

Теория: Закрепление пройденного материала.

Практика: развлечение, досуг, Квест-игра

Содержание учебного плана на 4 год обучения

«Вот я какой!»

Теория: Знакомство детей с внешним строением тела человека .

Практика: Игры, игровые упражнения, подвижные игры, чтение стихов о частях тела.

«Мои ручки»

Теория: Значение рук для жизни человека.

Практика: Игры, пальчиковая гимнастика, чтение стихов, потешек, конструктивно- модельная деятельность.

«Мои ножки»

Теория: Представление о значении ног в жизни человека.

Практика: дидактические игры, минутки здоровья, беседы, чтение художественной литературы, эксперименты.

«Глаза – орган зрения»

Теория: Роль зрения в жизни человека, особенности строения глаза, зрительного восприятия.

Практика: Опыты, загадки, зрительная гимнастика, чтение художественной литературы.

«Уши – орган слуха»

Теория: Роль слуха в жизни человека, причины нарушения слуха.

Практика: Сюжетные игры, игровые упражнения, опыты, подвижные игры, чтение художественной литературы.

«Нос – орган обоняния»

Теория: Особенности функционирования носа, его значением в жизни человека, правила ухода за ним.

Практика: Эксперимент, игровое упражнение, точечный массаж, пальчиковая гимнастика.

«Зачем человеку язык»

Теория: Значение языка в жизни человека.

Практика: Практические упражнения, загадки, художественная литература, артикуляционная гимнастика.

«В гости к тете Зубной щетке»

Теория: Представление о способах ухода за полостью рта и чистке зубов.

Практика: Дидактические игры, эксперименты, физминутки, беседы, артикуляционная гимнастика, сюжетно-ролевые игры.

«Кожа или Живая одежда»

Теория: Особенности и функции живой «одежды» для человека.

Практика: Игровые упражнения, практические упражнения, беседы, опыты, чтение стихов.

«Скелет и мышцы»

Теория: Знакомство детей с конструкцией скелета тела человека.

Практика: Практические упражнения, чтение художественной литература, гимнастика.

«Великий труженик и волшебные реки»

Теория: Представление о работе сердца, его расположении, строении. Деятельность и выполняемые функции клеток крови.

Практика: Загадки, эксперименты, практические упражнения, сюжетно-ролевые игры.

«Об удивительных превращениях пищи внутри нас»

Теория: Значение пищеварительного тракта, его основные отделы и выполняемые функции.

Практика: Чтение художественной литературы, практические упражнения, беседы.

«Кто помогает тебе быть здоровым?»

Теория: Формирование у детей понятия ценности здоровья.

Практика: Игровые упражнения, практические упражнения, беседы, опыты, чтение стихов, дидактические игры.

«Про царя в голове, или Суперсоветчик – суперответчик»

Теория: представление о том, что мозг главный и важный орган человека.

Практика: Чтение художественной литературы, игровые упражнения, беседы.

Итоговое занятие:

Теория: Закрепление пройденного материала.

Практика: развлечение, досуг, Квест-игра

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании 1 года обучения

Дети должны называть и показывать (на себе, других людях, игрушках, животных) части тела (руки, ноги, голова, животик, пальцы на руках и на ногах);

Органы чувств (глаза, уши, нос, язык);

Уметь объяснять – зачем нужны органы чувств и части тела;

Владеть элементарными навыками гигиены (умываться, мыть уши, глазки, чистить носик, мыть руки).

По окончании 2 года обучения

Дети должны называть и показывать (на себе, других людях, игрушках, животных) части тела (руки, ноги, голова, животик, пальцы на руках и на ногах);

Органы чувств (глаза, уши, нос, язык);

Уметь объяснять – зачем нужны органы чувств и части тела;

Владеть элементарными навыками гигиены (умываться, мыть уши, глазки, чистить носик, мыть руки).

Знать правила безопасного поведения на улице, дома, в детском саду.

По окончании 3 года обучения

Дети должны называть и показывать (на себе, других людях, игрушках, животных) части тела (руки, ноги, голова, животик, пальцы на руках и на ногах);

Органы чувств (глаза, уши, нос, язык);

Уметь объяснять – зачем нужны органы чувств и части тела;

Владеть элементарными навыками гигиены (умываться, мыть уши, глазки, чистить носик, мыть руки).

Знать правила безопасного поведения на улице, дома, в детском саду.

Дети должны знать:

- название органов чувств, отдельных внутренних органов (сердце, легкие, желудок);
- некоторые особенности функционирования организма;
- правила охраны органов чувств (глаз, ушей, носа, кожи) и ухода за ними;
- правила сохранения здоровья внутренних органов;
- правила безопасного поведения на улице, дома, в детском саду (и выполнять их).

Устанавливать связи:

- между органами тела человека и выполняемыми им функциями;
- между отношением к своему организму и возможным заболеванием;

Уметь:

- содержать в чистоте свое тело, мыть руки перед едой, после прогулки, по мере загрязнения;
- анализировать свои поступки и поступки других людей с позиции нравственных норм (их пользы или вреда для здоровья человека);
- оказывать элементарную помощь человеку (предложить сесть, сообщить взрослым, позвонить в службу экстренной медицинской помощи).

По окончании 4 года обучения

Дети должны знать:

- название органов чувств, отдельных внутренних органов (сердце, легкие, желудок);
- некоторые особенности функционирования организма;
- правила охраны органов чувств (глаз, ушей, носа, кожи) и ухода за ними;
- правила сохранения здоровья внутренних органов;
- правила безопасного поведения на улице, дома, в детском саду (и выполнять их).

Устанавливать связи:

- между органами тела человека и выполняемыми им функциями;
- между отношением к своему организму и возможным заболеванием;

Уметь:

- содержать в чистоте свое тело, мыть руки перед едой, после прогулки, по мере загрязнения;
- анализировать свои поступки и поступки других людей с позиции нравственных норм (их пользы или вреда для здоровья человека);
- оказывать элементарную помощь человеку (предложить сесть, сообщить взрослым, позвонить в службу экстренной медицинской помощи).

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Продолжительность учебного года	Режим работы
Начало учебного года: 1 сентября	Режим работы кружка: один раз в неделю
Окончание учебного года: 31 мая	Продолжительность занятия: от 3 до 4 лет - 15 минут (1-ый год обучения); от 4 до 5 лет - 20 минут (2-ой год обучения); от 5 до 6 лет - 25 минут (3-ий год обучения); от 6 до 7 лет - 30 минут (4-ый год обучения);
36 недель	Продолжительность перерыва: 10 минут

Календарный учебный график составлен в соответствии с календарным учебным графиком МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик на учебный год.

Календарные учебные графики кружка приведены в *приложении 1*.
План воспитательной работы в *приложении 3*.

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально - техническое обеспечение.

Для проведения теоретических занятий требуется подготовленная зона в групповой, музыкальном зале, соответствующим санитарно- гигиеническим нормам и требованиям.

Перечень необходимого оборудования

Таблица с изображением фигуры человека.

Мяч

Изображение строения человека и его внутренних органов

Различные предметы одежды

Картины с нарушением стопы, небольшие шарики

Схематическое строение глаза, зеркало, линза

Носовой платок, стерильная салфетка, вода, бинт, жгут

Схематическое изображение строения уха человека, морская ракушка

Вода, песок, лист бумаги, стекло, барабан, металлофон и др.

Гитара, бумажная трубочка, баночка, скрепка, резинка, деревянная палочка

Пластины, обклеены фольгой, бархатной бумагой, мехом, металлические и деревянные пластины

Перекись, зеленка, пластырь

Вазы с цветами, флаконы из под духов, туалетное мыло и т. д.

зеркало

Муляжи: хлеб, огурец, апельсин, банан, кофе, цветок и др.

Плакат со схематичным изображением скелета человека

Цветные рисунки, изображающие строение сердца

Фонендоскоп

Модели клеток крови, схема системы кровообращения

Воздушные шарики, детская гармошка, мягкая игрушка; схематическое изображение системы дыхания

Плакат с изображением пищеварительного тракта; муляжи продукты питания, длинная веревка, яблоки

Предметные картинки с изображением продуктов питания

Зубная щетка, детская зубная паста

Модель головного мозг, грецкие орехи

Иллюстрации с изображением голяша девочки и голяша мальчика

Иллюстрации с изображением беременной женщины, семьи новорожденного ребенка

Схематическое изображение ровного и искривленного позвоночника

Ножницы, молоток, пила, утюг и др.

Набор карточек с изображением опасных и неопасных для жизни и здоровых ситуациях.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Диагностика определений знаний и представлений детей об организме человека

(разработана О.А. Князевой)

Этапы осуществления контроля

1. Первичный контроль
2. Текущий контроль
3. Итоговый контроль

Данная диагностика на примере определения уровня знаний и представлений детей старшего дошкольного возраста об органах чувств человека. Применяется до и после специальной работы по формированию элементарных представлений об организме человека.

Обследование проводится в индивидуальной форме, состоит из двух частей:

1. Перечисление ребенком известных ему частей тела и их характеристика.
2. Составление рассказов по сюжетным картинкам.

Методика проведения обследования

1-ая часть обследования

Ребенку предлагается назвать части тела. В целях облегчения выполнения задания можно предложить рассмотреть рисунок и дорисовать недостающие части (на листе изображен контур головы и шеи; волосы, брови, рот и одно ухо).

Уровень знаний определяется по количеству баллов:

«высокий» - называние 10 и более частей тела,

«средний» - называние 8-9 частей тела,

«крайне низкий» - называние 5 и менее частей тела.

Помимо перечисления частей тела ребенок по возможности должен назвать функциональное назначение каждого органа (т.е. зачем нужна та или иная часть организма, почему это орган именно такой и находится именно на этом месте), как беречься от травм и болезней. Ответы фиксируются в протоколе. Каждый правильный ответ оценивается как «+1 балл», неправильный – как «-1 балл», отсутствие ответа – «0 баллов». Наводящие и уточняющие вопросы задаются лишь в случае крайней необходимости. Основанием перехода от одного вопроса к другому при отсутствии ответа служит пауза более 10-15 сек.

Конечное количество баллов определяется в результате суммирования баллов за правильные ответы.

Распределение результатов 1-ой части обследования

Таблица № 1

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Уровень			
		Высокий	Средний	Низкий	Крайне низкий
		Количество баллов			
		21 и более	17-20	12-16	11 и менее
1					
2					

2-ая часть обследования

Перед ребенком разложены в ряд стороной вверх 10 сюжетных картинок. Предлагается рассмотреть их, а затем, выбирая по одной, рассказать, о чем эта картинка (составление сюжетного рассказа).

За правильный рассказ по картинке ребенок получает оценку «2 балла», при допущении небольших ошибок или лингвистических неточностей – «1 балл», если отвечает неправильно или не отвечает совсем - «0 баллов».

По окончании подсчитывается количество описанных картинок и количество баллов, полученных при описании каждой из них.

Таблица № 2
Распределение результатов 2-ой части обследования

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	№ карточки	Количество баллов
1			
2			

Затем результаты 2-ой части обследования суммируются с результатами его 1-ой части. Распределение конечных показателей фиксируется в табл. 3.

Распределение конечных результатов обследования

Таблица № 3

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Уровень			
		Высокий	Средний	Низкий	Крайне низкий
		Количество баллов			
		41 и более	30-40	29-19	18 и менее
1					
2					

В целях осуществления текущего контроля проводится беседа по каждому разделу мини-программы или коллективное составление рекомендаций по охране организма (с акцентом на конкретный орган).

Примерные темы:

- Береги глаза
- Как работают наши уши
- Кожа человека и животных
- Дышите глубже
- Вкусовые ощущения

Воспитателям при этом необходимо обращать внимание на активность детей и на усвоение ими основных понятий по каждому разделу мини-программы.

На протяжении всей работы целесообразно проводить текущий контроль в повседневной жизни за содержанием и характером проведения детских игр, сюжетами рисунков, отмечать их изменения, а также беседовать с родителями по поводу того, какие они наблюдают изменения в поведении своих детей.

Методика выявления представлений детей старшего дошкольного возраста о человеческом организме (разработана С.Е.Шукшиной)

Предлагаемая методика направлена на выявление содержания детских представлений о человеческом организме и имеет комплексный характер. В нее вошли серии вопросов по основным разделам программы и небольшой круг вопросов социально-нравственной и здоровьесберегающей направленности. По возможности в вопросы включаются небольшие практические задания. Это позволяет ребенку прислушаться к себе, ощутить, почувствовать свое тело, свой организм.

Методика предполагает индивидуальный опрос, который способствует установлению более полных и точных представлений об анатомо-физиологических особенностях организма человека, о способах ухода за своим телом, профилактике болезней.

Целесообразно использовать дополнительные вопросы, уточнения, примеры, что поможет полнее раскрыть смысл основного вопроса и сориентировать ребенка в случае возникшего затруднения при ответе.

Методика проведения индивидуального опроса

1-ый этап. Ребенку предлагается рассмотреть книгу на тему строения организма человека (ориентированную на дошкольный или младший школьный возраст) или специальный набор картинок. Взрослый ничего не объясняет, но дает предварительную установку, что это иллюстративный материал о том, как устроен человек. После просмотра иллюстраций ребенок должен рассказать, каково строение его тела. Это способствует активизации психических процессов перед началом опроса.

2-ой этап. Проводится беседа по предложенным вопросам. Ответы детей точно фиксируются. При необходимости задаются уточняющие, проблемные вопросы. Позиция взрослого по отношению к ребенку: «Я не понимаю, я не знаю, я спрашиваю тебя, объясни мне» оказавшись в позиции «учителя», объясняющего, дошкольник еще раз все переосмысливает, вычленяет основные, важные, на его взгляд, факты, аргументирует свои представления, ищет доказательства их истинности. Все это сопровождается усилением мыслительной деятельности, активизацией внимания, памяти, воображения.

3-ий этап. Полученные результаты анализируются: проводится количественная и качественная обработка отдельных методик (по разделам, по сериям вопросов); делается общий вывод; дается общее заключение об имеющихся у детей старшего дошкольного возраста представлений о строении и функциональных особенностях организма человека, способах безопасного (здорового, нравственного) поведения.

Обработка полученных данных проводится на основании разработанных критериев и показателей сформированности представлений о человеческом организме, которые включают в себя:

- ***Наличие знаний о человеческом организме:***
- *научность* (соответствие истинным медицинским знаниям);
- *полнота* (в пределах предложенной программы);
- *глубина* (понимание сути того или иного физиологического процесса или явления);

- ***отношение к своему организму:***

а) желание помогать своему организму, вести здоровый образ жизни, отдавать приоритет в сохранении здоровья профилактике и гигиене, физкультуре и спорту;

б) готовность помогать другим людям (своим товарищам, близким людям и незнакомым), оказание внимания, сочувствия окружающим; способность к моральному поступку (оказание помощи инвалиду, старым людям и др.);

*** применение знаний о человеческом организме в повседневной жизни:** сформированность привычек гигиенического поведения; умение предвидеть возможные альтернативы поведения в разных условиях, конкретной ситуации, умение предвосхищать возможный результат поступков как для себя, так и для окружающих.

Первая серия вопросов (1-2) помогает выявить уровень знаний дошкольников о внешнем и внутреннем строении тела человека.

Следующая серия вопросов (3-21) имеет целью выяснить знания дошкольников о внутреннем анатомо-физиологическом строении человеческого организма: об опорно-двигательном аппарате (3-5), о системе кровообращения (6-11), о дыхании (12-14), о пищеварительном тракте (15-17), о нервной системе (18-20), о тождественности внешнего и внутреннего «устройства» людей (21).

Вопросы 22-25 позволяют определить отношение дошкольников к своему организму; знание способов ухода за ним и правил здорового образа жизни; отношение к людям с ограниченными возможностями.

Вопросы 26-27 направлены на выявление интереса к проблеме и установление ведущей мотивации этого интереса.

Диагностическая методика

1. Как ты думаешь, из чего ты «сделан», из чего состоит твоё тело?
2. Представь себе, что у тебя есть волшебная подзорная труба, которую можно приставить к животу и посмотреть, что там находится. Как ты думаешь, что можно там увидеть?
3. Что такое твердое, прочное находится внутри твоего тела, защищает твой организм?
4. Интересно, если бы внутри тебя не «сидел» скелет, а взял и убежал, не оставив ни одной косточки:
 - а) твоё тело осталось таким же или стало другим?
 - б) ты смог бы жить без скелета? Почему?
5. Что за «силачи» находятся в твоём теле и заставляют двигаться твой скелет? Что могут делать твои мышцы?
6. Что за неутомимый мастер стучит у тебя внутри?
7. Для чего нужно сердце?
8. Смог бы ты жить, если бы твоё сердце захотело отдохнуть и перестало работать? Почему?
9. Для чего нужна кровь?
10. Скажи, в каком состоянии находится кровь внутри тебя: она неподвижна или постоянно движется:
 - а) когда ты ходишь, бегаешь?
 - б) когда ты сидишь?
 - в) когда ты лежишь (спишь)?
11. Что заставляет кровь двигаться?
12. Зачем мы дышим?
13. Что может с тобой случиться, если ты перестанешь, не сможешь дышать? Почему?
14. Куда попадает воздух после того, как ты вдохнул его носом? (Сделай глубокий вдох и удержи дыхание. Прислушайся к себе. Покажи то место, куда попал воздух).
15. Для чего нужно принимать пищу?
16. Куда попадает пища и что с ней происходит после того, как ты положил её в рот?
17. Куда исчезает съеденная за день пища?
18. Что находится у тебя в голове? Покажи, где находится мозг?
19. Для чего нужен мозг, что он может делать, чем и как тебе помогает?
20. Как ты думаешь, нужна ли нам боль? Помогает нам жить или мешает? Что было бы с нами, если бы мы не почувствовали боли?

21. Как ты думаешь, строение всех людей одинаково или все внутри устроены по-разному?
22. Почему люди болеют?
23. Как ты думаешь, ты должен помогать своему организму? Чем и как ты ему помогаешь?
24. Что ты должен делать, как себя вести, чтобы:
- а) быть здоровым и никогда не болеть?
 - б) не сделать больно другим людям, не стать причиной их болезни?
25. Что это за люди-инвалиды? Как и чем мы им можем помочь?
26. Тебе интересно узнать, как ты устроен, из чего «сделан», что у тебя внутри, как работает твой организм, твое тело?
27. Зачем тебе это нужно?
- а) чтобы все знать;
 - б) чтобы помогать своему организму и никогда не болеть.

Функциональные исследования

1. Подвижность позвоночника:

- при наклоне вперед.

Норма – достать пол пальцами, лучше ладонями.

Недостаточность – измеряется расстояние от среднего пальца до пола.

- при наклоне назад.

Норма – 9-10 см

Менее 6 см – дети 7-11 лет

Выше 12 см – подвижность чрезмерная.

- при наклоне туловища в сторону (боковая).

Измеряется расстояние от третьего пальца до пола у детей 15-20 см.

Сравнивается симметричность измерений с двух сторон.

2. Оценка силовой выносливости мышц туловища:

- спина

Норма 5-7 лет – 1 минута.

- правая и левая стороны туловища

Норма 6-11 лет – 1-1,5 минуты.

- брюшной пресс

Норма 5-7 лет – 15 раз.

Критерии оценки ответов детей

Высокий уровень- ребенок четко отвечает на все поставленные вопросы, его ответ конкретен, по существу, максимально полон; он рассуждает, объясняет свое мнение, приводит примеры из жизни; перечисляет важные для жизнедеятельности человека органы и системы, называет основные функции внутренних органов, понимает значение органа для жизни; определяет многочисленные причины болезней, отдает приоритет в сохранении здоровья

здоровому образу жизни (профилактике, физкультуре и спорту); может предвидеть последствия своих поступков для здоровья и жизни как своей, так и других людей; характерен высокий познавательный интерес к строению собственного организма.

Средний уровень - ребенок отвечает больше чем на половину поставленных вопросов, его ответ не полон, не конкретен: он затрудняется объяснить свое мнение; его знания о функциях внутренних органов и их значении для жизни не всегда адекватны (т.е. не соответствуют реальности); узко понимает причины болезни, приоритет в сохранении здоровья отдает в основном лечебным процедурам; его представления о здоровьесохранительном поведении ограничены; проявляет интерес к строению организма.

Низкий уровень - ребенок отвечает примерно на треть вопросов (9-12), его ответы односложные; он перечисляет внешние части тела, случаи названия внутренних органов единичны; представления о строении органа, его значении и выполняемых функциях отсутствуют или совершенно не соответствуют реальности, довольно часто отмечаются фантазии, домыслы; он не имеет представлений о причинах болезней и способах «помощи» своему организму; может проявлять некоторый интерес к строению организма или вовсе его не испытывать.

Отсутствие представлений - нелепые фантазии, молчание, обусловленное незнанием.

2.4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Выбор педагогических технологий, применяемых при реализации данной программы, определяется целями и задачами, возрастными особенностями детей и спецификой содержания учебного материала. Личностно ориентированные технологии, технологии сотрудничества, развивающие. Для достижения результатов при реализации задач программы используются следующие разнообразные педагогические методы и приемы:

Репродуктивный метод. Цель – воспроизведение информации. Используется при объяснении новой темы. Приемы: рассказ, репродуктивная беседа.

Объяснительно-иллюстративный. Цель – проиллюстрировать информацию с помощью наглядных средств. Приемы: словесный, работа с наглядным материалом, с видеоматериалами. Игровые методы. Применяются при изучении материала, закреплении. Приемы: игры в помещении, упражнения на развитие памяти, внимания и мышления.

Метод проблемного обучения. Цель – новые знания достигаются детьми в решении проблемных вопросов. Приемы – создание проблемной ситуации, ролевые игры. Частично-поисковый метод. Цель навести ребенка на решение каких-то проблем.

Метод взаимодействия. Приемы: работа в группах, ситуации совместных переживаний.

Метод контроля. Прием: наблюдение, соревнования.

Метод мотивации и стимулирования. Цель – формирование познавательного интереса. Приемы : беседа, игра.

Основными принципами обучения учащихся являются: индивидуальный подход, систематичность и последовательность в обучении, связь теории с практикой, сознательность и активность обучаемых, доступность, наглядность, прочность знаний. Привитие самостоятельности достигается осмысленным изучением материала: обобщением, сравнением, определением важности действий, объяснением причин неправильного выполнения технических приемов. Для лучшего восприятия материала нередко одни методы обучения заменяют другими. Так, при изложении нового теоретического материала вместо объяснения проводят беседу, в процессе которой учащиеся делают основные выводы. Выбор материала зависит также от индивидуальных особенностей дошкольников и условий занятия. Занятие по каждой теме любого раздела имеет свою специфику, которая определяется как содержанием учебного материала, так и воспитательными целями.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Шукшина С.Е. «Я и мое тело» Москва 2009 год «Школьная пресса»
2. Серкина Р.Б., Авдеева Н.Н., Князева «Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста» (методическое пособие), 1997 г.
3. Глазырина Л.Д. «Физкультура –дошкольникам» методическое пособие, 2005 г.
4. Бабенкова Е.А., О.М. Федоровская «Игры, которые лечат» Москва 2009 г. ТЦ «Сфера»
5. Волчкова В.Н. Волчкова, Степанова Н.В. «Конспекты занятий в старшей группе детского сада» «Познавательное развитие» Воронеж 2006 г. ТЦ Учитель
6. Авдеева Н.Н. «Жизнь вокруг нас» (учебно-методическое пособие) 2003 г.
7. Гаврючина Л.. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» 2007 г.
8. «Радуга» Программа и руководство воспитания в средней группе, Москва «Просвещение», 1994 г.
9. Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» (из опыта работы), 2007 г.
10. Вареник Н.Е. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет», 2010 г.
11. Алямовская В.Г. «Беседы о поведении ребенка за столом» (методическое пособие), 2 Пензулаева Л. И. «Оздоровительная гимнастика». – М.: Мозаика – Синтез, 2014. – 128 с.
- 12.8. Силантьева С.В. «Подвижные игры на каждый день для укрепления
13. здоровья детей». – СПб: Литера, 2012. – 64 с.

- 14.9. Степаненкова Э. Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика – Синтез, 2005. – 128 с.
15. Журнал «Дошкольное воспитание» № 3 2000 г.
16. Журнал «Дошкольное воспитание» № 3 1997 г.
17. Журнал «Ребенок в детском саду» № 1 2006 г.
18. Журнал «Дошкольное воспитание» № 2 1997 г.
19. Журнал «Дошкольное воспитание» № 10 2002 г.
20. Журнал «Дошкольное воспитание» № 12 2003 г.
21. Журнал «Дошкольное воспитание» № 3 2004 г.

Для обучающихся:

1. Картошина М. Ю. «Зелёный огонёк здоровья». – М.: Творческий Центр Сфера, 2007. – 207 с
2. Кириллова Ю. А. «Навстречу Олимпиаде». – М.: Детство – Пресс, 2014. – 80 с.
3. ПДД для детей. – 3-е изд. Испр. и доп. – М.: Эксмо, 2013 – 160 с.: ил. Хорошие манеры. – М.: Мой Мир ГмбХ&Ко.КГ, 2007 – 256 с. – (Азбука дошкольного воспитания)
4. Шорыгина Т. А. - М.: Книголюб, 2004 – 80 с. Осторожные сказки: Безопасность для малышей (развивающие сказки для детей.)
5. Шалаева Г.П. – М.: АСТ: СЛОВО, 2009 – 176 с. Правила дорожного движения для воспитанных детей.
6. Жариков Е.С. , Крушельницкий Е.Л. Для тебя и о тебе . М.; Просвещение ,2000г.
7. Карточная настольная игра «Правда-ложь»
8. Карточная настольная игра «Привет, человечки»
9. В. Лебедев –Кумач «Закаляйся»
10. О питании
11. З. Александрова «Большая ложка»
12. Е. Благина «Про малину»
13. В. Ковальчук «Сказка о здоровом питании»
14. А. Кардашова «За ужином»
15. С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»
16. Н. Носов «Мишкина каша»
17. Ю. Тувим «Овощи»
18. Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»
19. О сне
20. П. Воронько «Спать пора»
21. Н. Лоткин «Тихий час
22. С. Михалков «Не спать»
23. С. Маршак «Дремота и зевота
24. О теле

- 25.С. Волков «Руки могут всё достать» «Для чего всем людям уши?»
«Зачем нам рот»
- 26.М. Ефремов «Тело человека»
- 27.И. Ильина «Про всё»
- 28.Н. Кнушевицкая «Руки» «Ноги» «Глаза» «Охрана зрения» «Нос»
«Кожа»

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной программе «Расти здоровым, малыш!»
на 2023-2024 учебный год, 1 год обучения (34 часа), дети 3-4 года
Дни занятий: вторник

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	5	15.30-15.45	. I часть «Вот Я какой» II часть Д/и « Умею - не умею»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
2.	сентябрь	12	15.30-15.45	. I часть «Человек – живой организм» II часть Практические упражнения	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
3.	сентябрь	19	15.30-15.45	I часть «Мои ручки» II часть Игр. Упр – е « Кто быстрее наденет...»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
4.	сентябрь	26	15.30-15.45	. I часть «Руки – правая и левая» II часть Пальчиковая гимнастика	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
5.	октябрь	3	15.30-15.45	I часть «Мои ножки» II часть Игр. Упр - е «Кто быстрее	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

				достигнет цели»				
6.	октябрь	10	15.30-15.45	И часть «Как ухаживать за ногами» II часть Упр - е, для профилактики плоскостопия	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
7.	октябрь	17	15.30-15.45	И часть «Разные, но одинаковые» II часть Д/ упр- е «Сходства и различия»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
8.	октябрь	24	15.30-15.45	И часть «Глаза – орган зрения» II часть Гимнастика для глаз «Самолет»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
9.	октябрь	31	15.30-15.45	И часть «Болезни глаз» II часть Упр – я для активизации работы мышц глаза	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
10.	ноябрь	7	15.30-15.45	И часть «Слепые люди» II часть «Оказание первой помощи при травме глаз»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
11.	ноябрь	14	15.30-15.45	И часть «Уши- орган	1	комбинированное	МКДОУ детский сад	Беседа

				слуха» II часть Игр. Упр-е «Определи по звуку»			№16 «Золотой ключик»	Практическое задание
12.	ноябрь	21	15.30-15.45	I часть «Слушай во все уши» II часть «Правила хорошего слуха»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
12.	ноябрь	28	15.30-15.45	. I часть «Кожа, или живая одежда» II часть Игр. Упр- е «Найди пару»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
14.	декабрь	5	15.30-15.45	I часть «Зачем человеку кожа?» II часть Практич. упр-е « Обработка раны»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
15.	декабрь	12	15.30-15.45	I часть « Нос – орган обоняния» II часть Дыхательная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
16.	декабрь	19	15.30-15.45	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
17.	декабрь	26	15.30-15.45	I часть «Мой нос « II часть Игр. Упр – е «Угадай по запаху».	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

18.	январь	16	15.30-15.45	1 часть «Зачем человеку язык?» 2 часть «Правила гигиены полости рта»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
19.	январь	23	15.30-15.45	1 часть «Скелет и мышцы» 2 часть Ритмическая гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
20.	январь	30	15.30-15.45	I часть «Для чего нужны кости и мышцы» II часть «Как сохранить кости здоровыми и крепкими»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
21.	февраль	6	15.30-15.45	I часть «Великий труженик» II часть Знакомство с фонендоскопом	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
22.	февраль	13	15.30-15.45	I часть Волшебные реки» II часть «Кровь» Н. Клушвицкой. Первая помощь при кровотечениях.	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
23.	февраль	20	15.30-15.45	I часть «Путешествие воздушных человечков»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
24.	февраль	27	15.30-15.45	I часть	1	комбинированное	МКДОУ детский сад	Беседа

				«Об удивительных превращениях пищи внутри нас» II часть «Правила здорового питания»			№16 «Золотой ключик»	Практическое задание
25.	март	5	15.30-15.45	I часть «В стране Зубарии» II часть Д/и «Полезная и вредная еда»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
26.	март	12	15.30-15.45	I часть «Подружись с зубной щеткой» II часть «Что полезно для зубов, что не полезно» Игра с мячом	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
27.	март	19	15.30-15.45	. I часть «Про царя в голове» II часть Релаксационная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
28.	март	26	15.30-15.45	I часть «Про мальчиков и девочек» II часть Чтение басни Л.Н. Толстого «Старый дед и	1	теория	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

				внучек»				
29.	апрель	2	15.30-15.45	1 часть «Микробы» опыт «Мытье рук» 2 часть чтение стих-ия А.Барто «Девочка чумазая»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
30.	апрель	9	15.30-15.45	I часть «Витамины укрепляют организм» 2 часть «Где живут витамины»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
31.	апрель	16	15.30-15.45	I часть «Осанка – красивая спина II часть Упр – е для формирования осанки	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
32.	апрель	23	15.30-15.45	I часть «Опасные предметы в доме» II часть Д/и « Опасно – неопасно»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
33.	апрель	30	15.30-15.45	I часть « Как вести себя с незнакомыми людьми» II часть Д/и «Что такое хорошо и что такое плохо»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

34.	май	07	15.30-15.45	I часть «Сохрани свое здоровье сам» II часть Ритмическая гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
35.	май	14	15.30-15.45	I часть «Спорт – это здоровье» II часть Комплекс ритмической гимнастики препятствий	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
36.	май	21	15.30-15.45	I часть «Опасные предметы в доме» II часть Д/и « Опасно – неопасно»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Практические задания, опрос
37.	май	28	15.30-15.45	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Практические задания, опрос
Итого					37			

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной программе «Расти малыш, здоровым!»
на 2024-2025 учебный год, 2-й год обучения (34 часа), дети 4 - 5 лет
Дни занятий: вторник

№ п/п	Месяц	Число	Время Проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	03	15.40-16.00	. I часть «Вот Я какой» II часть Д/и « Умею - не умею»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
2.	сентябрь	10	15.40-16.00	. I часть «Человек – живой организм» II часть Практические упражнения	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
3.	сентябрь	17	15.40-16.00	I часть «Мои ручки» II часть Игр. Упр – е « Кто быстрее наденет...»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
4.	сентябрь	24	15.40-16.00	. I часть «Руки – правая и левая» II часть Пальчиковая гимнастика	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
5.	октябрь	01	15.40-16.00	I часть «Мои ножки» II часть Игр. Упр - е «Кто быстрее	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

				достигнет цели»				
6.	октябрь	08	15.40-16.00	И часть «Как ухаживать за ногами» II часть Упр - е, для профилактики плоскостопия	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
7.	октябрь	15	15.40-16.00	И часть «Разные, но одинаковые» II часть Д/ упр- е «Сходства и различия»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
8.	октябрь	22	15.40-16.00	И часть «Глаза – орган зрения» II часть Гимнастика для глаз «Самолет»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
9.	октябрь	29	15.40-16.00	И часть «Болезни глаз» II часть Упр – я для активизации работы мышц глаза	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
10.	ноябрь	05	15.40-16.00	И часть «Слепые люди» II часть «Оказание первой помощи при травме глаз»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
11.	ноябрь	12	15.40-16.00	И часть «Уши- орган слуха»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой	Беседа Практическое

				II часть Игр. Упр-е «Определи по звуку»			ключик»	задание
12.	ноябрь	19	15.40-16.00	I часть «Слушай во все уши» II часть «Правила хорошего слуха»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
12.	ноябрь	26	15.40-16.00	. I часть «Кожа, или живая одежда» II часть Игр. Упр- е «Найди пару»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
14.	декабрь	03	15.40-16.00	I часть «Зачем человеку кожа?» II часть Практич. упр–е « Обработка раны»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
15.	декабрь	10	15.40-16.00	I часть « Нос – орган обоняния» II часть Дыхательная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
16.	декабрь	17	15.40-16.00	I часть «Мой нос « II часть Игр. Упр – е «Угадай по запаху».	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
17.	декабрь	24	15.40-16.00	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой	Беседа Практическое

							ключик»	задание
18.	Январь	14	15.40-16.00	1 часть «Зачем человеку язык?» 2 часть «Правила гигиены полости рта»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
19.	Январь	21	15.40-16.00	1 часть «Скелет и мышцы» 2 часть Ритмическая гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
20.	Январь	28	15.40-16.00	I часть «Для чего нужны кости и мышцы» II часть «Как сохранить кости здоровыми и крепкими»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
21.	февраль	04	15.40-16.00	I часть «Великий труженик» II часть Знакомство с фонендоскопом	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа
22.	февраль	11	15.40-16.00	I часть Волшебные реки» II часть «Кровь» Н. Клушвицкой. Первая помощь при кровотечениях.	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
23.	февраль	18	15.40-16.00	I часть «Путешествие воздушных человечков»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

24.	Март	04	15.40-16.00	І часть «Об удивительных превращениях пищи внутри нас» ІІ часть «Правила здорового питания»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
25.	Март	11	15.40-16.00	І часть «В стране Зубарии» ІІ часть Д/и «Полезная и вредная еда»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
26.	Март	19	15.40-16.00	І часть «Подружись с зубной щеткой» ІІ часть «Что полезно для зубов, что не полезно» Игра с мячом	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
27.	Март	25	15.40-16.00	. І часть «Про царя в голове» ІІ часть Релаксационная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
28.	Апрель	01	15.40-16.00	І часть «Про мальчиков и девочек» ІІ часть Чтение басни Л.Н. Толстого «Старый дед и внучек»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

29.	Апрель	08	15.40-16.00	1 часть «Микробы» опыт «Мытье рук» 2 часть чтение стих-ия А.Барто «Девочка чумазая»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
30.	апрель	15	15.40-16.00	I часть «Витамины укрепляют организм» 2 часть «Где живут витамины»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
31.	апрель	22	15.40-16.00	I часть «Осанка – красивая спина II часть Упр – е для формирования осанки	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
32.	апрель	29	15.40-16.00	I часть «Опасные предметы в доме» II часть Д/и « Опасно – неопасно»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
33.	май	06	15.40-16.00	I часть « Как вести себя с незнакомыми людьми» II часть Д/и «Что такое хорошо и что такое плохо»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
34.	май	13	15.40-16.00	I часть «Сохрани свое здоровье	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой	Беседа Практическое

				сам» II часть Ритмическая гимнастика			ключик»	задание
35.	май	20	15.40-16.00	I часть «Спорт – это здоровье» II часть Комплекс ритмической гимнастики препятствий	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
36.	май	27	15.40-16.00	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Практические задания, опрос
Итого					36			

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной программе «Расти малыш, здоровым!»
на 2025-2026 учебный год, 3-й год обучения (36 часов), дети 5 - 6 лет
Дни занятий: вторник

№ п/п	Месяц	Число	Время Проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	02	15.40-16.05	. I часть «Вот Я какой» II часть Д/и « Умею - не умею»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
2.	сентябрь	09	15.40-16.05	. I часть «Человек – живой организм» II часть Практические упражнения	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
3.	сентябрь	16	15.40-16.05	I часть «Мои ручки» II часть Игр. Упр – е « Кто быстрее наденет...»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
4.	сентябрь	23	15.40-16.05	. I часть «Руки – правая и левая» II часть Пальчиковая гимнастика	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
5.	сентябрь	30	15.40-16.05	I часть «Мои ножки» II часть Игр. Упр - е «Кто быстрее достигнет цели»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

6.	октябрь	07	15.40-16.05	I часть «Как ухаживать за ногами» II часть Упр - е, для профилактики плоскостопия	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
7.	октябрь	14	15.40-16.05	I часть «Разные, но одинаковые» II часть Д/ упр- е «Сходства и различия»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
8.	октябрь	21	15.40-16.05	I часть «Глаза – орган зрения» II часть Гимнастика для глаз «Самолет»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
9.	октябрь	28	15.40-16.05	I часть «Болезни глаз» II часть Упр – я для активизации работы мышц глаза	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
10.	ноябрь	11	15.40-16.05	I часть «Слепые люди» II часть «Оказание первой помощи при травме глаз»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
11.	ноябрь	18	15.40-16.05	I часть «Уши- орган слуха» II часть	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

				Игр. Упр-е «Определи по звуку»				
12.	ноябрь	25	15.40-16.05	I часть «Слушай во все уши» II часть «Правила хорошего слуха»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
12.	декабрь	02	15.40-16.05	. I часть «Кожа, или живая одежда» II часть Игр. Упр- е «Найди пару»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
14.	декабрь	09	15.40-16.05	I часть «Зачем человеку кожа?» II часть Практич. упр–е « Обработка раны»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
15.	декабрь	16	15.40-16.05	I часть «Нос – орган обоняния» II часть Дыхательная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
16.	декабрь	23	15.40-16.05	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
17.	декабрь	30	15.40-16.05	I часть «Мой нос « II часть Игр. Упр – е «Угадай по запаху».	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
18.	Январь	13	15.40-16.05	I часть «Зачем человеку	1	комбинированное	МКДОУ детский сад	Беседа

				язык?» 2 часть «Правила гигиены полости рта»			№16 «Золотой ключик»	Практическое задание
19.	Январь	20	15.40-16.05	1 часть «Скелет и мышцы» 2 часть Ритмическая гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
20.	Январь	27	15.40-16.05	I часть «Для чего нужны кости и мышцы» II часть «Как сохранить кости здоровыми и крепкими»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
21.	февраль	03	15.40-16.05	I часть «Великий труженик» II часть Знакомство с фонендоскопом	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа
22.	февраль	10	15.40-16.05	I часть Волшебные реки» II часть «Кровь» Н. Кпушивицкой. Первая помощь при кровотечениях.	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
23.	февраль	17	15.40-16.05	I часть «Путешествие воздушных человечков» 2 часть Дыхательная гимнастика	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
24.	февраль	24	15.40-16.05	I часть	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад	Беседа

				«Об удивительных превращениях пищи внутри нас» II часть «Правила здорового питания»			№16 «Золотой ключик»	Практическое задание
25.	Март	03	15.40-16.05	I часть «В стране Зубарии» II часть Д/и «Полезная и вредная еда»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
26.	Март	10	15.40-16.05	I часть «Подружись с зубной щеткой» II часть «Что полезно для зубов, что не полезно» Игра с мячом	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
27.	Март	17	15.40-16.05	. I часть «Про царя в голове» II часть Релаксационная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
28.	Март	24	15.40-16.05	I часть «Про мальчиков и девочек» II часть Чтение басни Л.Н. Толстого «Старый дед и внучек»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
29.		31	15.40-16.05	I часть	1	комбинированное	МКДОУ детский сад	Беседа

				« Откуда берутся дети?» II часть С/р игра «Семья»			№16 «Золотой ключик»	Практическое задание
30.	апрель	07	15.40-16.05	I часть «Витамины укрепляют организм» 2 часть «Где живут витамины»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
31.	апрель	14	15.40-16.05	I часть «Осанка – красивая спина» II часть Упр – е для формирования осанки	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
32.	апрель	21	15.40-16.05	I часть «Опасные предметы в доме» II часть Д/и « Опасно – неопасно»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
33.		28	15.40-16.05	I часть « Как вести себя с незнакомыми людьми» II часть Д/и «Что такое хорошо и что такое плохо»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
34.	май	05	15.40-16.05	I часть «Сохрани свое здоровье сам» II часть Ритмическая гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
35	май	12	15.40-16.05	I часть		комбинированно	МКДОУ детский сад	Беседа

				«Об удивительных превращениях пищи внутри нас» II часть «Правила здорового питания»			№16 «Золотой ключик»	Практическое задание
36.	май	19	15.40-16.05	I часть «Витамины укрепляют организм» 2 часть «Где живут витамины»		комбинированно	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
37.	май	26	15.40-16.05	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
Итого					37			

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной программе «Расти малыш, здоровым!»
на 2026-2027 учебный год, 4-й год обучения (34 часа), дети 6 – 7 лет
Дни занятий: вторник

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	08	15.40-16.10	. I часть «Вот Я какой» II часть Д/и « Умею - не умею»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
2.	сентябрь	15	15.40-16.10	. I часть «Человек – живой организм» II часть Практические упражнения	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
3.	сентябрь	22	15.40-16.10	I часть «Мои ручки» II часть Игр. Упр – е « Кто быстрее наденет...»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
4.	сентябрь	29	15.40-16.10	. I часть «Руки – правая и левая» II часть Пальчиковая гимнастика	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
5.	октябрь	06	15.40-16.10	I часть «Мои ножки» II часть Игр. Упр - е «Кто быстрее достигнет цели»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
6.	октябрь	13	15.40-16.10	I часть	1	Комбинированное	МКДОУ детский	Беседа

				«Как ухаживать за ногами» II часть Упр - е, для профилактики плоскостопия			сад №16 «Золотой ключик»	Практическое задание
7.	октябрь	20	15.40-16.10	I часть «Разные, но одинаковые» II часть Д/ упр- е «Сходства и различия»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
8.	октябрь	27	15.40-16.10	I часть «Глаза – орган зрения» II часть Гимнастика для глаз «Самолет»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
9.	ноябрь	03	15.40-16.10	I часть «Болезни глаз» II часть Упр – я для активизации работы мышц глаза	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
10.	ноябрь	10	15.40-16.10	I часть «Слепые люди» II часть «Оказание первой помощи при травме глаз»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
11.	ноябрь	17	15.40-16.10	I часть «Уши- орган слуха» II часть Игр. Упр-е «Определи по звуку»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
12.	ноябрь	24	15.40-16.10	I часть «Слушай во все уши»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16	Беседа Практическое

				II часть «Правила хорошего слуха»			«Золотой ключик»	задание
12.	декабрь	01	15.40-16.10	I часть «Кожа, или живая одежда» II часть Игр. Упр-е «Найди пару»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
14.	декабрь	08	15.40-16.10	I часть «Зачем человеку кожа?» II часть Практич. упр-е « Обработка раны»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
15.	декабрь	22	15.40-16.10	I часть « Нос – орган обоняния» II часть Дыхательная гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
16.	декабрь	29	15.40-16.10	I часть «Мой нос « II часть Игр. Упр – е «Угадай по запаху».	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
17.	январь	12	15.40-16.10	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
18.	Январь	19	15.40-16.10	1 часть «Зачем человеку язык?» 2 часть «Правила гигиены полости рта» Чтение сказки «О царе, который не любил чистить зубы»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

19.	Январь	26	15.40-16.10	1 часть «Скелет и мышцы» 2 часть Ритмическая гимнастика	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
20.		02	15.40-16.10	I часть «Для чего нужны кости и мышцы» II часть «Как сохранить кости здоровыми и крепкими»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
21.	Февраль	09	15.40-16.10	1 часть «Живой моторчик» 2 часть «Знакомство с фонендоскопом» эксперимент «Послушай свое сердце»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
22.	Февраль	16	15.40-16.10	I часть Волшебные реки» II часть «Кровь» Н. Кпушивицкой. Первая помощь при кровотечениях.	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
23.	февраль	20	15.40-16.10	I часть «Путешествие воздушных человечков» 1 часть «В стране легких или путешествие воздушных человечков» 2 часть Дыхательная гимнастика	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
24.	март	02	15.40-16.10	1 часть «Кастрюлька-скороварка» 2 часть чтение стих-ия «Куда пропала пицца?»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
25.	март	09	15.40-16.10	I часть «В стране Зубарии» II часть Д/и «Полезная и вредная еда»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

				Приготовление фруктового шашлычка				
26.	Март	16	15.40-16.10	I часть «Подружись с зубной щеткой» II часть «Что полезно для зубов, что не полезно» Игра с мячом	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
27.	Март	16	15.40-16.10	1 часть «Мозг и нервная система» 2 часть Релаксационная гимнастика. Составление правил поведения для сохранения здоровой нервной системы	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
28.	Март	23	15.40-16.10	I часть «Про мальчиков и девочек» II часть Чтение басни Л.Н. Толстого «Старый дед и внучек»	1	Комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
29.	март	30	15.40-16.10	I часть « Откуда берутся дети?» II часть С/р игра «Семья»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
30.	апрель	06	15.40-16.10	1 часть «Витамины укрепляют организм» 2 часть «Какую воду мы пьем»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
31.	апрель	13	15.40-16.10	I часть «Осанка – красивая спина II часть Упр – е для формирования	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание

				осанки				
32.	апрель	20	15.40-16.10	I часть «Опасные предметы в доме» II часть Д/и « Опасно – неопасно»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
33.	апрель	27	15.40-16.10	I часть « Как вести себя с незнакомыми людьми» II часть Д/и «Что такое хорошо и что такое плохо»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
34.	май	11	15.40-16.10	1 часть «Сохрани свое здоровье сам» 2 часть «Что такое здоровье и что такое болезнь?»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
35.	май	18	15.40-16.10	1 часть «Спорт-это здоровье» 2 часть Спортивные игры «Футбол», «Волейбол», «Баскетбол»	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Беседа Практическое задание
36.	май	25	15.40-16.10	Итоговое занятие	1	комбинированное	МКДОУ детский сад №16 «Золотой ключик»	Практические задания, опрос
Итого					36			

Оценочные материалы к промежуточной и итоговой аттестации

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (3-4 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Здоровье»

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья</i>			
1.	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест		наблюдение
2.	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1-2 раза в год)		наблюдение (Приложение №6)
<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>			
1.	проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом		наблюдение
2.	имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья		наблюдение беседа
3.	сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом		наблюдение
<i>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i>			
1.	знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой		наблюдение беседа
2.	имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище		наблюдение беседа
3.	знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение		наблюдение беседа
4.	сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья		наблюдение беседа
5.	умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия		наблюдение беседа
6.	имеет представление о составляющих здорового образа жизни		наблюдение беседа
Итого:		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ(3-4 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Физическая культура»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)</i>			
1.	прыгает в длину с места		тестирование (Приложение №3)
2.	может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200—240 м		тестирование (Приложение №3)
3.	бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.		тестирование (Приложение №3)
<i>Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)</i>			
1.	ходит свободно, держась прямо, не опуская головы		наблюдение (Приложение №4)
2.	уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие		наблюдение (Приложение №4)
3.	умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз		наблюдение (Приложение №4)
4.	в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется,		наблюдение (Приложение №4)
5.	ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его		наблюдение (Приложение №4)
6.	бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку		наблюдение (Приложение №4)
7.	чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет		наблюдение (Приложение №4)
<i>Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</i>			
1.	активен, с интересом участвует в подвижных играх		наблюдение
2.	инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях		наблюдение
3.	умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр		наблюдение
Итого		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (3-4 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Безопасность»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям</i>			
1.	соблюдает осторожность, оказавшись в новых жизненных обстоятельствах		наблюдение беседа
<i>Формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них</i>			
1.	выполняет правила безопасного поведения в детском саду и дома		наблюдение беседа
<i>Приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения</i>			
1.	соблюдает элементарные правила поведения в природе		наблюдение беседа
<i>Передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства</i>			
1.	соблюдает элементарные правила поведения на улице и в транспорте		наблюдение беседа
2.	знает элементарные правила безопасного дорожного движения		наблюдение беседа
Итого			«+» - ____; «-» - ____
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (4-5 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____
 Возраст _____
 Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Здоровье»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы Диагностики
<i>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья</i>			
3.	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест		Наблюдение
4.	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1-2 раза в год)		наблюдение (Приложение №6)
<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>			
1.	проявляет привычку самостоятельно умывать, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом		наблюдение
2.	имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья		наблюдение беседа
3.	сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом		наблюдение
<i>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i>			
1.	знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой		наблюдение беседа
2.	имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище		наблюдение беседа
3.	знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение		наблюдение беседа
4.	сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья		наблюдение беседа
5.	умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия		наблюдение беседа
6.	имеет представление о составляющих здорового образа жизни		наблюдение беседа
Итого:		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ(4-5 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Физическая культура»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)</i>			
1.	прыгает в длину с места не менее 70 см		тестирование (Приложение №3)
2.	может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200—240 м		тестирование (Приложение №3)
3.	бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.		тестирование (Приложение №3)
<i>Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)</i>			
1.	ходит свободно, держась прямо, не опуская головы		наблюдение (Приложение №4)
2.	уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие		наблюдение (Приложение №4)
3.	умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами		наблюдение (Приложение №4)
4.	в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге		наблюдение (Приложение №4)
5.	ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его		наблюдение (Приложение №4)
6.	бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку		наблюдение (Приложение №4)
7.	чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет		наблюдение (Приложение №4)
<i>Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</i>			
1.	активен, с интересом участвует в подвижных играх		наблюдение
2.	инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях		наблюдение
3.	умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр		наблюдение
Итого		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (4-5 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Безопасность»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям</i>			
1.	соблюдает осторожность, оказавшись в новых жизненных обстоятельствах		наблюдение беседа
<i>Формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них</i>			
1.	выполняет правила безопасного поведения в детском саду и дома		наблюдение беседа
<i>Приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения</i>			
1.	соблюдает элементарные правила поведения в природе		наблюдение беседа
<i>Передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства</i>			
1.	соблюдает элементарные правила поведения на улице и в транспорте		наблюдение беседа
2.	знает элементарные правила безопасного дорожного движения		наблюдение беседа
Итого			«+» - ____; «-» - ____
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (5-6 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Здоровье»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей</i>			
1.	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест		наблюдение
2.	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1-2 раза в год)		наблюдение (Приложение №6)
<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>			
1.	умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу		наблюдение
2.	имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых)		наблюдение
3.	сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком)		наблюдение
4.	владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом		наблюдение
<i>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i>			
1.	имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье		беседа
2.	знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня		беседа
3.	имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека		беседа
4.	имеет представление о правилах ухода за больным		беседа
Итого:		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ(5-6 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Физическая культура»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)</i>			
1.	может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку		наблюдение
2.	умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа		наблюдение
3.	умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча		наблюдение
<i>Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)</i>			
1.	умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп		наблюдение
2.	выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие		наблюдение
3.	умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом		наблюдение
4.	ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами		наблюдение
5.	умеет кататься на самокате		наблюдение
6.	умеет плавать (произвольно)		наблюдение
7.	Участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах		наблюдение
<i>Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</i>			
1.	участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей		наблюдение
2.	проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений		наблюдение
3.	Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры		наблюдение
4.	Проявляет интерес к разным видам спорта		наблюдение
Итого:		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ(5-6 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Безопасность»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям</i>			
1.	соблюдает элементарные правила организованного поведения в детском саду		наблюдение
<i>Передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства</i>			
1.	понимает значения сигналов светофора. Узнает и называет дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети», «Остановка общественного транспорта», «Подземный пешеходный переход», «Пункт медицинской помощи»		беседа
2.	различает и называет специальные виды транспорта («Скорая помощь», «Пожарная», «Милиция»), объясняет их назначение		наблюдение
3.	соблюдает элементарные правила поведения на улице и в транспорте, элементарные правила дорожного движения.		наблюдение
4.	Различает проезжую часть, тротуар, подземный пешеходный переход, пешеходный переход «Зебра»		
<i>Приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения</i>			
1.	Знает и соблюдает элементарные правила поведения в природе (способы безопасного взаимодействия с растениями и животными, бережного отношения к окружающей природе)		Беседа
Итого		«+» - ____ ; «-» - ____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (6-7 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Здоровье»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей</i>			
1.	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест		наблюдение
2.	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1 раз в год)		наблюдение (Приложение №6)
<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>			
1.	усвоил основные культурно-гигиенические навыки: быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскает рот после еды, моет ноги перед сном		наблюдение
2.	правильно пользуется носовым платком и расческой		наблюдение
3.	следит за своим внешним видом		наблюдение
4.	быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви		наблюдение
<i>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i>			
1.	имеет сформированные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье		наблюдение беседа
2.	имеет представления о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье		наблюдение беседа
3.	знает основные особенности строения и функции организма человека		наблюдение беседа
Итого		«+» _____ ; «-» _____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ(6-7 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Физическая культура»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)</i>			
1.	- может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см) - мягко приземляться - прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см) - с разбега (180 см) - в высоту с разбега (не менее 50 см) - прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами		тестирование (Приложение №3)
2.	- может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), - бросать предметы в цель из разных исходных положений, - попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, - метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, - метать предметы в движущуюся цель		тестирование (Приложение №3)
3.	ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске		тестирование (Приложение №3)
4.	плавает произвольно на расстояние 15 м		наблюдение
5.	проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений		тестирование (Приложение №3)
<i>Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)</i>			
1.	выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья		наблюдение (Приложение №4)
2.	умеет перестраиваться: - в 3-4 колонны, - в 2-3 круга на ходу - в две шеренги после расчета на «первый-второй» - соблюдать интервалы во время передвижения		наблюдение
3.	выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции		наблюдение
4.	следит за правильной осанкой		наблюдение
<i>Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</i>			
1.	участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис)		наблюдение
2.	умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры		наблюдение беседа
3.	проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта		наблюдение беседа
4.	проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол)		наблюдение
Итого:		«+» ; «-»	
Уровень*			

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ(6-7 ЛЕТ)

Ф.И.ребёнка _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области **«Безопасность»**

№ п/п	Компоненты интегративного качества	Отметка о развитии («+»/ «-»)	Методы диагностики
<i>Передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства</i>			
1.	соблюдает элементарные правила организованного поведения в детском саду, на улице и в транспорте, правила дорожного движения		наблюдение
2.	различает и называет специальные виды транспорта «Скорая помощь», «Пожарная», «Милиция»), объясняет их назначение		наблюдение
<i>Формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них</i>			
1.	знает назначение светофора, узнает и называет дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети», «Остановка общественного транспорта», «Подземный пешеходный переход», «Пункт медицинской помощи»		Беседа
2.	различает проезжую часть, тротуар, подземный пешеходный переход, пешеходный переход «Зебра»		Беседа
<i>Приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения</i>			
1.	знает и соблюдает элементарные правила поведения в природе (способы безопасного взаимодействия с растениями и животными, бережного отношения к окружающей природе)		наблюдение
Итого		«+» - ____ ; «-» - ____	
Уровень*			

* Оценка уровня:

- **«высокий»** уровень – 3 балла - все компоненты интегративного качества отмечены знаком «+»;
- **«средний»** уровень- 2 балла - большинство компонентов отмечены знаком «+»;
- **«низкий»** уровень – 1 балл - большинство компонентов отмечены знаком « - ».

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Месяц	Название мероприятия	Направление воспитательной работы
сентябрь	«День знаний» развлечение	Гражданское и патриотическое Воспитание потребности в ЗОЖ
октябрь	«Если хочешь быть здоров» беседа	Воспитание потребности в ЗОЖ
Ноябрь	Беседа «Защита Родины – долг каждого» Изготовление чесночных кулонов	Гражданское и патриотическое Воспитание потребности в ЗОЖ
декабрь	«Государственные символы России»	Гражданское и патриотическое
Январь	Беседа о здоровом образе жизни «В здоровом теле, здоровый дух» - спортивное развлечение	Воспитание потребности в ЗОЖ
февраль	Спортивное развлечение к 23 февраля «Будущие солдаты»	Гражданское и патриотическое
Март	«Правила пожарной безопасности: дома и на природе» спортивное развлечение	Воспитание потребности в ЗОЖ
Апрель	День космонавтики- флешмоб 7 апреля день здоровья	Гражданское и патриотическое Воспитание потребности в ЗОЖ
Май	«Путешествие в страну здорового питания» Квест-игра	Воспитание потребности в ЗОЖ

