

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 27»
Изобильненского городского округа Ставропольского края

ПРИНЯТО:
на заседании педагогического
совета «Детский сад №27»
ИГОСК
Протокол № 6 от 02.08.2023г.



УТВЕРЖДАЮ:
и.о. Заведующего
МКДОУ «Детский сад №27»
ИГОСК
Е.В. Штомпель
Приказ № 81 от 02.08.2023г.

Дополнительная
общеразвивающая программа
«Здоровейка»
Направленность – физкультурно-спортивная
Возраст воспитанников – 5-6 лет
Срок обучения – 1 год
Уровень усвоения программы - стартовый

Составитель:
Воспитатель МКДОУ
«Детский сад № 27» ИГОСК
Чеботарева О.В.

х. Ширококов
2023 год

Пояснительная записка

Дети, посещающие наш детский сад, отличаются ослабленным здоровьем, проблемами социально - эмоционального плана. Они имеют ослабленный иммунитет, а значит, чаще болеют простудными и инфекционными заболеваниями. Стать здоровыми - естественное желание каждого из них. Как стать крепкими и никогда не болеть, что для этого делать, они еще не знают. Наша задача, как педагогов, объяснить им это. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте, и поэтому очень важно с самого детства формировать у человека валеологическую культуру. Важно научить ребёнка понимать, сколь ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровейка» разработана в соответствии со следующими **нормативными документами:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Устава МКДОУ «Детский сад № 27» ИГОСК

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Актуальность. Статистика свидетельствует: физиологически зрелыми сегодня рождается не более 10% детей, т.е. большинство сразу после рождения не готовы к физиологически полноценной жизни. Более того до 25-35% детей, приходящих в 1 класс, имеют физические недостатки или хронические заболевания. Приведенные цифры заставляют задуматься о причинах этого. Одной из главных причин является культурный кризис общества, низкий уровень

культуры отдельного человека, семьи, воспитательного пространства в целом.

В связи с этим возникает уверенность, что воспитание потребности в физической культуре и здоровом образе жизни актуально уже в дошкольном возрасте.

Новизна программы в том, что организация образовательной деятельности воспитанников строится на основе игровой деятельности, что помогает поддерживать интерес в ходе всей деятельности, а также физическую и умственную работоспособность детей, что, в свою очередь, дает положительный оздоровительный эффект, создает условия для формирования мотивации здоровья. Очень важно не упустить те возможности, которые дает детство для формирования у детей берегающего и ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих их людей, для приобретения детьми устойчивых навыков здорового образа жизни.

Адресат программы: программа рассчитана на детей 5-6 лет, наполняемость - до 10 человек одного возраста.

Условия реализации программы

Срок реализации программы и режим занятий: 1 год обучения -36 часов, 1 раз в неделю по 1 часу (по СанПиНу длительность занятия 30 минут).

Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

| Уровень обучения | № группы | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Кол-во учебных недель в год | Кол-во учебных дней в год | Кол-во учебных часов нед./год. | Режим занятий |
|------------------|----------|---------------------|------------------------|-----------------------------|---------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| стартовый | старшая | 01.09.22 | 31.05.23 | 36 | 36 | 1/36 | 1 раз в неделю по 1 часу |

Уровень освоения программы - стартовый

Форма обучения: очная.

Кадровое обеспечение: Программа реализуется воспитателем ДОУ, стаж работы- 1год.

Цель программы: развитие личности ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Задачи программы:

Обучающие:

- Сформировать представление детей об основных принципах здорового питания, полезных продуктах.

- Сформировать элементарные знания о строении человеческого тела, о значении организма.
- Изучать причины возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них, соблюдение мер безопасности.

Развивающие:

- Развивать потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье.

Воспитательные:

- Воспитывать гуманную, социально активную личность, способную понимать и любить окружающий мир, природу и бережно к ним относиться.
- Выработать привычку ежедневных физических упражнений.

Ожидаемый результат:

Развитие значимых для данной деятельности личностных качеств:

- умение находить выходы из экстремальных ситуаций, соблюдение мер безопасности.

- бережно относиться к природе и окружающему миру.

Предметными результатами является формирование следующих умений:

Выполнение ежедневных физических упражнений.

Знать строение человеческого тела, о значении организма.

Введение здорового образа жизни и умение заботиться о своем здоровье.

Знать наименование полезных продуктов.

Метапредметные результаты:

- перерабатывать полученную информацию: наблюдать и самостоятельно делать простейшие обобщения и выводы.

- вступать в беседу и обсуждение на занятии и в жизни;

- договариваться сообща;

Учащиеся должны:

знать:

- правила гигиены и ухода за своим телом;

- опасные факторы риска для здоровья и жизни;

- как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;

- о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.

- правила поведения за столом.

уметь:

- оказать первую медицинскую помощь.

- вести себя умело в экстремальных ситуациях,

- правильно пользоваться личными вещами;

- вовремя и правильно мыть руки;

-уметь пользоваться телефоном в обращении за помощью в службу милиции, скорой помощи, пожарную службу.

-проводить закаливающие процедуры;

-правильно пользоваться личными вещами;

-вовремя и правильно мыть руки;

иметь навыки:

-уход за своим телом

-сервировки стола как теоретически.

-проводить закаливающие процедуры;

**Учебно-тематический план
(стартовый уровень)**

| № | Название тем, разделов | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|----|--|------------------|--------|----------|----------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1. | Тема 1. Вводное занятие Входная аттестация. | 1 | 1 | | беседа |
| 2. | Тема 1. «Человек - живое существо» | 4 | 3 | 1 | беседа |
| 3. | Тема 2. «В гостях у Мойдодыра» | 4 | 2 | 2 | Беседа, творческое задание |
| 4. | Тема 3. «Помоги себе сам» | 5 | 2 | 3 | практикум |
| 5. | Тема 4. «Золотые правила питания» | 6 | 2 | 4 | Беседа, практикум |
| 6 | Тема 5. «Человек и природа» | 5 | 1 | 4 | Беседа |
| 7 | Тема 6. «Откуда берутся болезни» | 4 | 1 | 3 | Беседа, тренинг |
| 8 | Тема 7. «Овощи и фрукты - полезные продукты» | 5 | 1 | 4 | Беседа, ароматерапия |
| 9. | Тема 8. Итоговое занятие. | 2 | | 2 | Тестирование |
| | Итого: | 36 | 12 | 24 | |

Содержание программы.

Тема 1. Вводное занятие. Входная аттестация. Инструктаж по ТБ.

Тема 2. Тема №1: Человек - живое существо.

Теория. Входная аттестация. Ознакомление детей со строением тела человека, с функциями основных органов и систем, с тем, что необходимо человеку для нормального существования. Человек не может прожить без тепла, света, без пищи и гигиенических навыков, без труда, человеческого общения и занятия спортом.

Практика. Рисунок человека.

Тема № 3. В гостях у Мойдодыра. Предполагает формирование у детей элементарные гигиенические умения и навыки. Как правильно ухаживать за зубами и что влияет на здоровье людей, как водой и мылом можно предупредить различные болезни, закаливание организма водой, солнцем и воздухом.

Практика. Создание кроссворда «Советы доктора Зубболита».

Тема № 4. Помоги себе сам. «Формирование элементарных навыков оказания первой медицинской помощи умение вести себя умело в экстремальных ситуациях, обращаться за помощью в службу милиции, скорой помощи, пожарную службу.

Практика. Наложение различных видов повязок. Оказание первой помощи при кровотечении.

Тема № 5. Золотые правила питания. Формирует представление о правильном и полезном питании, какие продукты полезны для организма, а какие - нет. Закрепить у детей правила поведения за столом и правила сервировки стола как теоретически, так и практически.

Практика. Сервировка стола.

Тема № 6. Человек и природа. Знакомство детей с охраной окружающей среды, учим называть и различать лекарственные и ядовитые растения и грибы.

Практика. Создание альбома с лекарственных растений.

Тема № 7. Откуда берутся болезни. Из этой темы дети узнают о возникновении болезней и способов их профилактики, о формировании правильного отношения к своему здоровью.

Тема № 8. Овощи и фрукты - полезные продукты. Ставит задачи: «Дать детям представление о витаминах, в каких продуктах они содержатся, и какую пользу приносят организму человека».

Практика. Создание фито-бара.

Тема 9. Итоговое занятие.

Практика. Решение ситуационных задач.

Формы аттестации и оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся следующие виды аттестации:

| Виды контроля | Формы проведения | Сроки |
|---------------|------------------|-------|
|---------------|------------------|-------|

| | | |
|----------|---|----------|
| Входной | Входная аттестация, наблюдение, беседа | Сентябрь |
| Текущий | Анализ приобретённых навыков, наблюдение | Декабрь |
| Итоговый | Итоговая аттестация | Май |

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Условные обозначения:

- 1 – низкий уровень;
- 2 – средний уровень;
- 3 – высокий уровень.

Высокий уровень – задание понимает полностью, правильно и самостоятельно выполняет.

Средний уровень – задание понимает частично (понимает и выполняет простую инструкцию не в полной мере), справляется при поддержке взрослого.

Низкий уровень – задание не понимает, и выполнить не может.

Материально-техническое обеспечение:

Занятия проводятся в помещении.

Техническое оснащение:

- столы;
- стулья;
- компьютер с экраном и проектором;
- подборка энциклопедической литературы;
- схематические рисунки;
- плакаты «Тело человека»;
- манекен мальчика;
- автомобильная аптечка, бинты, материал для наложения повязок,
- настольные игры по ЗОЖ,
- методическая литература.
- оборудование к сюжетно-ролевым играм;
- натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы);
- ростомеры;
- сантиметровые линейки для измерения головы, грудной клетки;
- градусники для тела и воды, пипетки, вата, зеркала, овощи, фрукты;
- вода, аптечка, зубные щетки;
- набор посуды.

Основные методы, используемые для реализации программы:

В обучении – практический, наглядный, словесный.

- Словесный (беседы, объяснения, диалоги, описания, чтение,

рассказывание, анализы);

- Наглядный (картины, картинки, игрушки);
- Практический (упражнения, дидактические игры).

Формы проведения занятий:

- групповая;
- индивидуальные дифференцированные задания;
- работа по командам.

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала используются **дидактические материалы** (наглядные пособия) следующих видов:

- схематический (схемы, таблицы);
- картинный (картины, иллюстрации, фотоматериалы);
- дидактические пособия (раздаточный материал, практические упражнения);
- книги (художественная литература);
- тематические подборки материалов.

Дидактический материал подбирается и систематизируется в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями.

Литература для педагога и родителей

1. Авдеева, Н. и др. Безопасность глазами ребенка: Учебно-методическое пособие по работе с детьми старшего дошкольного возраста. /Авдеева Н., Князева О., Стёркина Р.// Основы безопасности жизни.-2018. - №4.-С.10-13.
2. Белая. К.К). Как обеспечить безопасность дошкольника [текст]: методическое пособие - 2-е изд. - М. : 2019. -108 с.
3. З.Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях [текст]: методическое пособие /Т.Л.Богина. - М.: Мозаика-Синтез2018. - 112с.-(Библиотека воспитателя)
4. Борисова, Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками [текст]: методическое пособие - 2-е изд. переработ. - М.: Глобус; Волгоград: Панорама, 2017. - 144 с. - (Дошкольное образование) 5.Внимание! Опасно! Правила безопасного поведения ребенка [текст]. - М.: Школьная пресса, 2019. - 24с. - (Я - человек).
5. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений [текст, таблицы]: рекомендации - 2-е изд., испр. и доп. - М.: АРКТИ, 2019. - 107с. - (Развитие и воспитание дошкольника).
6. Деркунская. В. Как воспитать ребенка валеологически культурным?: [текст] /В.Деркунская, Н.Поведенок// Дошкольное воспитание. - 2018-№11.- С.12-15.
7. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми [текст]: методическое пособие - 2-е изд. испр. и доп.. - М.: 2019.- 94 с.
8. Лоскин, В.А., Голубева, Л.Г. Растем играя: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физической культуры. - М.: Просвещение, 2019. - 1 Юс. Ю.Маханева, М.Д.

Интернет-источники

Мультфильмы про здоровый образ жизни:

<https://tsvetyzhizni.ru/budjte-zdorovy/multfilmy-pro-zdorovyj-obraz-zhizni.html>

Приложение №1. Календарно-тематический учебный график

| № п/п | Число | Месяц | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
|-------|-------|-------|--------------------------|---------------|--------------|--|-------------------|----------------|
| 1 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Входная аттестация. | Групповая комната | беседа |
| | | | | | 4 | Тема 1. Человек - живое существо | Групповая комната | |
| 2 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Из чего мы состоим? (наличие основных жизненноважных органов и систем) | Групповая комната | беседа |
| 3 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Органы чувств | Групповая комната | беседа |
| 4 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Что необходимо для роста и развития человека (пища, вода, воздух, тепло, одежда, жилье, режим, человеческое общение) | Групповая комната | беседа |
| 5 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | В здоровом теле - здоровый дух (формирование привычек к ежедневным физическим упражнениям, играм) | Групповая комната | беседа |
| | | | | | 4 | Тема 2. В гостях у Мойдодыра | Групповая комната | |
| 6 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Чтобы зубы были здоровыми (правила ухода за зубами) | Групповая комната | опрос |
| 7 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Почему болят зубы? (советы доктора Зубболита и бобра Суперзуба) | Групповая комната | опрос |
| 8 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | От простой воды и мыла у микробов тают силы (гигиена тела) | Групповая комната | опрос |
| 9 | | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Солнце, воздух и вода - наши лучшие | Групповая | опрос |

| | | | | | | | | |
|----|--|-------------|-----------|---|--|--|--------------------------------|--|
| | | | | | | друзья (закаливание организма) | комната | |
| | | | | | 5 | Тема 3. Помоги себе сам | | |
| 10 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Если случится с кем-то беда, помощь сумею я вызвать всегда (службы 01, 02, 03) | Групповая комната | опрос | |
| 11 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Правила поведения на улице | Групповая комната | Опрос | |
| 12 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Если трудно станет вдруг, мне поможет старший друг (учить избегать опасных ситуаций, обращаться за помощью к взрослым) | Групповая комната | опрос | |
| 13 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Оказание первой доврачебной помощи | Групповая комната | Практическое задание | |
| 14 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Текущая аттестация | Групповая комната | Выполнение контрольных заданий | |
| | | | | | 6 | Тема 4. Золотые правила питания | Групповая комната | |
| 15 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Еда Здоровячков и Хлюпиков (полезные и неполезные продукты) | Групповая комната | Опрос | |
| 16 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Здоровая пища для всей семьи | Групповая комната | Опрос | |
| 17 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Правила поведения за столом | Групповая комната | Практическое задание | |
| 18 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Сервировка стола (приглашаем к нам на день рождения) | Групповая комната | Практическое задание | |
| 19 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Узнай и назови овощи и фрукты | Групповая комната | Наблюдение | |
| 20 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Разложи на тарелках полезные продукты | Групповая | Практическое | |

| | | | | | | | | |
|----|--|-------------|---------------------------|---|---|---|---------|--------------------------------|
| | | | | | | | комната | задание |
| | | | | | 5 | Раздел 5: Человек и природа | | |
| 21 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Лекарственные и ядовитые растения - помощники и враги | Групповая комната | | Опрос |
| 22 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Влияние загрязнения окружающей среды на жизнь и здоровье людей (неблагоприятная экология) | Групповая комната | | Опрос |
| 23 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Охрана окружающей среды (что влечет за собой нарушение взаимосвязей в природе) | Групповая комната | | Опрос |
| 24 | | 15.45-16.15 | Групповая | 1 | Умей сказать «нет» (о вредных привычках) | Групповая комната | | Выполнение контрольных заданий |
| 25 | | 15.45-16.15 | Групповая, индивидуальная | 1 | Решение ситуационных задач. | Групповая комната | | Выполнение контрольных заданий |
| | | | | | 5 | Раздел 6: Человек и природа | | |
| 26 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Болезни и здоровье. Признаки заболевания | Групповая комната | | Выполнение контрольных заданий |
| 27 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Боль физическая и душевная | Групповая комната | | Опрос |
| 28 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Как вести себя во время болезни | Групповая комната | | Опрос |
| 29 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Профилактика заболеваний | Групповая комната | | Опрос |
| | | | | | 5 | Раздел 7: Овощи и фрукты - полезные продукты | | |
| 30 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Ценность овощей и фруктов. | Групповая | | беседа |

| | | | | | | | | |
|----|--|-------------|---------------------------|----|--|--|-------------------|--------------------------------|
| | | | | | | | комната | |
| 31 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Лук - от семи недугов (о пользе лука и чеснока) | | Групповая комната | беседа |
| 32 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Зачем нужны соки и фрукты. Витамины - маленькое чудо природы | | Групповая комната | беседа |
| 33 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Профилактика заболеваний | | Групповая комната | беседа |
| 34 | | 15.45-16.15 | групповая | 1 | Определение продуктов по вкусу | | Групповая комната | Практическое задание |
| | | | | 2 | Раздел 8. Итоговое занятие | | | |
| 35 | | 15.45-16.15 | Групповая, индивидуальная | 1 | Решение ситуационных задач. | | Групповая комната | Выполнение контрольных заданий |
| 36 | | 15.45-16.15 | Групповая, индивидуальная | 1 | КВН «Именины витаминов» | | Групповая комната | Смотр |
| | | | ИТОГО: | 36 | | | | |

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №27»
Изобильненского городского округа Ставропольского края

ПРИНЯТО:
на заседании педагогического
совета «Детский сад №27»
ИГОСК
Протокол № 6 от 02.08.2023г.



УТВЕРЖДАЮ:
и.о. Заведующего
МКДОУ «Детский сад №27»
ИГОСК
Е.В. Штомпель
Приказ № 81 от 02.08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

«ЗДОРОВЕЙКА»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год

Автор программы:
Чеботарева Ольга Викторовна,
воспитатель

х. Ширококов
год разработки программы 2023

Занятия проводятся в раз в неделю по 1 часу

Цель программы: всестороннее развитие личности ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Задачи программы:

Обучающие:

- Сформировать представление детей об основных принципах здорового питания, полезных продуктах.
- Сформировать элементарные знания о строении человеческого тела, о значении организма.
- Изучать причины возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них, соблюдение мер безопасности.

Развивающие:

- Развивать потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье.

Воспитательные:

- Воспитывать гуманную, социально активную личность, способную понимать и любить окружающий мир, природу и бережно к ним относиться.
- Выработать привычку ежедневных физических упражнений.

Ожидаемый результат:

Развитие значимых для данной деятельности личностных качеств:

- умение находить выходы из экстремальных ситуаций, соблюдение мер безопасности.

- бережно относиться к природе и окружающему миру.

Предметными результатами является формирование следующих умений:

Выполнение ежедневных физических упражнений.

Знать строение человеческого тела, о значении организма.

Введение здорового образа жизни и умение заботиться о своем здоровье.

Знать наименование полезных продуктов.

Метапредметные результаты:

- перерабатывать полученную информацию: наблюдать и самостоятельно делать простейшие обобщения и выводы.

- вступать в беседу и обсуждение на занятии и в жизни;

- договариваться сообща;

Учащиеся должны:

знать:

- правила гигиены и ухода за своим телом;

- опасные факторы риска для здоровья и жизни;
- как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
- о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.
- правила поведения за столом.

уметь:

- оказать первую медицинскую помощь.
- вести себя умело в экстремальных ситуациях,
- правильно пользоваться личными вещами;
- вовремя и правильно мыть руки;
- уметь пользоваться телефоном в обращении за помощью в службу милиции, скорой помощи, пожарную службу.
- проводить закаливающие процедуры;
- правильно пользоваться личными вещами;
- вовремя и правильно мыть руки;

иметь навыки:

- уход за своим телом
- сервировки стола как теоретически.
- проводить закаливающие процедуры;

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Базовый уровень

| № п/п | Название темы | Количество часов | | | | |
|-------|--|------------------|-------|-------|---------------|----------|
| | | всего | теор. | прак. | Дата по плану | По факту |
| 1. | Входная аттестация. | 1 | | 1 | 01.09.2023 | |
| 2. | Из чего мы состоим? (наличие основных жизненноважных органов и систем) | 1 | 1 | | | |
| 3. | Органы чувств | 1 | 1 | | | |
| 4. | Что необходимо для роста и развития человека (пища, вода, воздух, тепло, одежда, жилье, режим, человеческое общение) | 1 | 1 | | | |
| 5. | В здоровом теле - здоровый дух (формирование привычек к ежедневным физическим упражнениям, играм) | 1 | | 1 | | |
| 6. | Чтобы зубы были здоровыми (правила ухода за зубами) | 1 | 1 | | | |
| 7. | Почему болят зубы? (советы доктора Зубболита и бобра Суперзуба) | 1 | 1 | | | |
| 8. | От простой воды и мыла у микробов тают силы (гигиена тела) | 1 | | 1 | | |
| 9. | Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья (закаливание организма) | 1 | | 1 | | |
| 10. | Если случится с кем-то беда, помощь сумею я вызвать всегда | 1 | 1 | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|----|----|----|--|--|
| | (службы 01, 02, 03) | | | | | |
| 11. | Правила поведения на улице | 1 | | 1 | | |
| 12. | Если трудно станет вдруг, мне поможет старший друг (учить избегать опасных ситуаций, обращаться за помощью к взрослым) | 1 | 1 | | | |
| 13. | Оказание первой доврачебной помощи | 1 | | 1 | | |
| 14. | Текущая аттестация | 1 | | 1 | | |
| 15. | Еда Здоровячков и Хлюпиков (полезные и неполезные продукты) | 1 | 1 | | | |
| 16. | Здоровая пища для всей семьи | 1 | 1 | | | |
| 17. | Правила поведения за столом | 1 | | 1 | | |
| 18. | Сервировка стола (приглашаем к нам на день рождения) | 1 | | 1 | | |
| 19. | Узнай и назови овощи и фрукты | 1 | | 1 | | |
| 20. | Разложи на тарелках полезные продукты | 1 | | 1 | | |
| 21. | Лекарственные и ядовитые растения - помощники и враги | 1 | 1 | | | |
| 22. | Влияние загрязнения окружающей среды на жизнь и здоровье людей (неблагоприятная экология) | 1 | | 1 | | |
| 23. | Охрана окружающей среды (что влечет за собой нарушение взаимосвязей в природе) | 1 | | 1 | | |
| 24. | Умей сказать «нет» (о вредных привычках) | 1 | | 1 | | |
| 25. | Решение ситуационных задач. | 1 | | 1 | | |
| 26. | Болезни и здоровье. Признаки заболевания | 1 | 1 | | | |
| 27. | Боль физическая и душевная | 1 | | 1 | | |
| 28. | Как вести себя во время болезни | 1 | | 1 | | |
| 29. | Профилактика заболеваний | 1 | | 1 | | |
| 30. | Ценность овощей и фруктов. | 1 | | 1 | | |
| 31. | Лук - от семи недугов (о пользе лука и чеснока) | 1 | | 1 | | |
| 32. | Зачем нужны соки и фрукты. Витамины - маленькое чудо природы | 1 | 1 | | | |
| 33. | Профилактика заболеваний | 1 | | 1 | | |
| 34. | Определение продуктов по вкусу | 1 | | 1 | | |
| 35. | Решение ситуационных задач. | 1 | | 1 | | |
| 36. | КВН «Именины витаминов» | 1 | | 1 | | |
| | Итого: | 36 | 12 | 24 | | |