

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому  
развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада №4  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 29.08.2025 г. №1

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом и.о. заведующего  
ГБДОУ детского сада №4  
Невского района Санкт-Петербурга  
От 29.08.2025 г. № 3

/Л.С. Тихонова/



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Уроки здоровья»  
Срок освоения программы 36 часов  
Возраст обучающихся 6-7 лет**

Разработчик:  
Гольвей Евгения Владиславовна  
Педагог дополнительного образования

## **Пояснительная записка**

Дополнительная обще развивающая программа «Уроки здоровья» имеет социально - педагогическую направленность (социально – гуманитарную направленность).

### **Адресат программы:**

Дети дошкольного возраста: 6-7 лет.

### **Актуальность программы:**

Актуальность программы определяется запросом со стороны детей и их родителей. Данная программа позволяет педагогу концентрировать внимание в настоящее время на укрепление здоровья подрастающего поколения. Как для отдельного человека, так и для общества в целом самое дорогое богатство – здоровье. В основе здоровья лежит способность организма приспосабливаться к меняющимся условиям внешней среды. Фундамент здоровья и формирования тела закладывается уже в младшем дошкольном возрасте. Целенаправленное развитие функциональных возможностей детского организма обеспечивает повышение его устойчивости к неблагоприятным воздействиям.

**Уровень освоения программы – общекультурный.**

**Объем и сроки освоения:** 36 часов (1 академический час равен 30 минут), 36 дней.

**Цель:** Формирование знаний о ЗОЖ и безопасности жизнедеятельности.

### **Обучающие задачи:**

Обучить навыкам ЗОЖ.

Дать систему знаний о строении и функции организма. Сформировать навыки безопасного поведения в быту и в природе.

### **Развивающие задачи:**

Развивать познавательный интерес в области ЗОЖ.

Развивать знания о строении и функциях человеческого организма.

Развивать познавательный интерес об области безопасности жизнедеятельности.

### **Воспитательные задачи:**

Воспитывать чувство личной ответственности за сохранение своего здоровья.

Воспитывать у детей бережное отношение к своему организму, осознание значений отдельных органов и их функций.

Воспитывать у детей правильное поведение в быту и в различных ситуациях.

### **Планируемые результаты:**

Результат	
Предметные	Сформированы навыки ЗОЖ
	Сформированы знания о строении и функции человеческого организма.
	Сформированы навыки безопасного поведения в быту и в природе
Метапредметные	Развиты навыки ЗОЖ
	Развиты знания о строении функции человеческого организма
	Развиты навыки безопасного поведения в быту и в природе
Личностные	Воспитано чувство личной ответственности за сохранение своего здоровья
	Воспитано бережное отношение к своему организму, осознание значений отдельных органов и их функций
	Воспитано правильное поведение в быту и в различных ситуациях

**Организационно – педагогические условия реализации программы.**

**Язык реализации программы:** русский.

**Форма обучения по программе:** очная.

**Особенности реализации программы:** долгосрочная

**Условия набора и формирования группы в коллектив:** принимаются все желающие в возрасте 6 – 7 лет.

**Количество учащихся в группе:** не менее 15 человек.

**Формы организации занятий:** групповые.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие, творческая мастерская, игровое занятие, экспериментирование.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:** групповая.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования.

**Материально – техническое обеспечение:**

-Различные пособия, демонстрационный материал: плакаты, дорожные знаки, модели разных видов транспорта, куклы, атрибуты для игр и игры по правилам уличного движения, транспорт различного функционального назначения. Карточки «Тело человека», «Цветы полевые», «Грибы», «Ягоды», «Виды спорта»;

-Настольно - печатные развивающие игры по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, воспитанию ЗОЖ и другие: «Машинки - спецтехника», «Дорожные знаки», «Зелёный светофор», «Профессии», «Что такое хорошо, что такое плохо», сюжетно-ролевая игра «больница»;

-Подборки книг, познавательных детских энциклопедий;

Создание развивающей среды, отвечающей возможностям и потребностям ребенка, способствует развитию познавательных и интеллектуальных способностей детей, от чего в первую очередь зависит эффективность решения задач по формированию у детей знаний о правилах безопасного поведения и здорового образа жизни, воспитанию ценностного отношения к себе и окружающему миру.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Реализации дополнительной общеразвивающей программы

«Уроки здоровья»

На 2025-2026 учебный год

Педагог дополнительного образования: Гольвей Е.В.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09.2025	31.05.2026	36 недель	36 дней	36 часов	1 раз в неделю по 1 академическому часу (30 минут)

### Учебный план:

№ п/п	Название раздела/модуля/темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Карта наблюдений
2.	Модуль №1 «Здоровый ребёнок»	11	5,5	5,5	Игры, опрос, упражнения
3.	Модуль: №2 «Строение человека»	8	4	4	Игры, опрос, упражнения
4.	Модуль: №3 «Безопасность жизнедеятельности»	15	7,5	7,5	Игры, опрос, упражнения
5.	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	игра «Брейн - ринг» по теме: «Если хочешь быть здоров».
	<b>Всего:</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	

### Рабочая программа

#### Задачи по текущему году

##### **Обучающие задачи:**

Обучить навыкам ЗОЖ.

Дать систему знаний о строении и функции организма.

Сформировать навыки безопасного поведения в быту и в природе.

##### **Развивающие задачи:**

Развивать познавательный интерес в области ЗОЖ.

Развивать знания о строении и функции человеческого организма.

Развивать познавательный интерес о безопасности жизнедеятельности.

##### **Воспитательные задачи:**

Воспитать чувство личной ответственности за сохранение своего здоровья.

Воспитать у детей бережное отношение к своему организму, осознание значений отдельных органов и их функций.

Воспитать у детей правильное поведение в быту и в различных ситуациях.

## **Ожидаемые результаты по текущему году**

### **Предметные:**

Сформированы навыки ЗОЖ.

Сформированы знания о строении и функции человеческого организма.

Сформированы навыки безопасного поведения в быту и в природе.

### **Метапредметные:**

У детей развиты навыки знания ЗОЖ.

У детей развиты знания о строении человека.

У детей развиты навыки безопасного поведения в быту и в природе.

### **Личностные:**

Воспитано чувство личной ответственности за сохранение своего здоровья.

Воспитано бережное отношение к своему организму, развито знание о значении отдельных органов человека и их функций.

Воспитано правильное поведение в быту и в различных жизненных ситуациях.

## **Содержание образовательной программы**

<b>Раздел</b>	<b>Содержание</b>
1.Вводное занятие	<b>Теория:</b> беседа о ЗОЖ, инструктаж по правилам безопасности во время групповых занятий. <b>Практика:</b> рассматривание иллюстраций о ЗОЖ. <b>Форма контроля:</b> карта наблюдений.
<b>Модуль №1 «Здоровый ребёнок»</b>	
1.«Полезные и вредные привычки»	<b>Теория:</b> беседа с детьми «Здоровье – главная ценность человеческой жизни». <b>Практика:</b> д/и «Вредно – полезно». Рассматривание иллюстраций по сказке «Фырка и Здравик» Лазарева М.Л. <b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.
2.«Быть здоровыми хотим»	<b>Теория:</b> беседа с детьми, изучение художественной литературы. Чтение стихотворения С.Баруздина «Стихи о человеке и его часах». <b>Практика:</b> прослушивание пословиц. Работа с технологическими картами. Рассматривание иллюстраций. <b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.

3.«Что такое ЗОЖ»	<p><b>Теория:</b> чтение рассказа Эдуарда Успенского «Дядя Фёдор, пёс и кот», разгадывание загадок о здоровом образе жизни, рассматривание иллюстраций на заданную тему.</p> <p><b>Практика:</b> подвижная игра с детьми: «Круг радости», знакомство с котом Матроскиным и Шариком. Разгадывание загадок.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
4.«Правильное питание, голод и переедание»	<p><b>Теория:</b> беседа с детьми о правильном питании, вкусной и полезной пищи. Беседа с детьми, о том какие продукты какие витамины содержат.</p> <p><b>Практика:</b> рассказ о пользе витаминов, их значении и взаимосвязи здоровья и питания, д/и «Меню для сказочных героев», д/и «Приготовь блюдо».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
5.«Правильный уход за полостью рта»	<p><b>Теория:</b> беседа о строении и функции рта, о правилах ухода за зубами. Сформировать понятие о языке – как органе чувств. Чтение Г.Зайцев «Крепкие – крепкие зубы».</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Угадай по вкусу». Д/и «Съедобное – не съедобное».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
6.«Зачем мыть руки и мыться»	<p><b>Теория:</b> беседа с детьми о предметах личной гигиены, чистоте и аккуратности. Чтение стихотворения К. Чуковского «Мойдодыр».</p> <p><b>Практика:</b> разгадывание загадок о предметах гигиены, д/и «Собери картинку». Физминутка «Льется чистая водица».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
7.«Гимнастика для отдыха»	<p><b>Теория:</b> чтение рассказа «Забавная гимнастика».</p> <p><b>Практика:</b> д/и «На зарядку становись!». Физминутка «Бабочка».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
8.«Режим дня»	<p><b>Теория:</b> рассматривание иллюстраций «Режим дня». Чтение рассказа о мальчике Алёше.</p>

	<p><b>Практика:</b> д/и «В какое время суток?». Работа с технологическими картами.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
9.«Растения в жизни человека»	<p><b>Теория:</b> беседы: «Значение растений в жизни человека», «Лекарственные свойства растений», «Ядовитые и не ядовитые растения».</p> <p><b>Практика:</b> п/и «Найди свой цветок». Физминутка «На лужайке поутру».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
10.«Письмо ко всем детям о ЗОЖ»	<p><b>Теория:</b> беседа: «Как можно дать понять, что такое ЗОЖ в детском саду, своим друзьям и близким».</p> <p><b>Практика:</b> рассматривание иллюстраций о ЗОЖ. Физминутка «Мы писали».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
11.«Физкультура –это класс, все здоровые у нас!»	<p><b>Теория:</b> беседа о видах спорта (футбол, волейбол, баскетбол, теннис, бокс, легкая атлетика и др.).</p> <p><b>Практика:</b> отгадывание загадок. Физминутка «Спортивная фигура – замри». Д/и: «Назови спортсмена».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
Модуль №2 «Строение человека»	
1.«Нос, уши и глаза, помогают нам всегда»	<p><b>Теория:</b> беседа об органах: обоняния, слуха, осязания. Рассматривание иллюстраций. Стихи и загадки на заданную тему.</p> <p><b>Практика:</b> работа с технологической картой. Прослушивание стихов. Разгадывание загадок.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
2.«Сердце – самый главный орган»	<p><b>Теория:</b> чтение художественной литературы Г.Х. Андерсен «Снежная королева». Беседа о зависимости работы сердца от физических нагрузок</p> <p><b>Практика:</b> игра – исследование: «Как бьётся сердце». Знакомство с прибором фонендоскоп.</p>

	<p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
3.«Знакомство с лёгкими»	<p><b>Теория:</b> беседа о том, что дыхание – это одна из важнейших функций организма, где воздух загрязнен, а где более чист, о строение дыхательной системы.</p> <p><b>Практика:</b> экспериментирование. Дыхательная гимнастика.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
4.«Пищеварительная система»	<p><b>Теория:</b> беседа о питании и пищеварительной системе. Чтение Л. Зильберг «Полезные продукты».</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Съедобное – несъедобное». Д/и «Полезные продукты».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
5.«Кожа и кожный покров»	<p><b>Теория:</b> беседа о коже и её основных функциях, защите и высокой чувствительности кожи и правилах ухода за ней.</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Чудесный мешочек». Д/и «Вредно – полезно». Физминутка « Как живёшь?»</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
6.«Каркас человека»	<p><b>Теория:</b> беседа о скелете человека, правильной осанке. Рассматривание сюжетных картинок с неправильной осанкой.</p> <p><b>Практика:</b> физминутка «Три медведя», д/и «Можно— нельзя».</p> <p><b>Форма контроля:</b> тренинг: «Красота в правильной осанке».</p>
7.«Самомассаж»	<p><b>Теория:</b> беседа о различных самомассажах, их пользе. Чтение стихов.</p> <p><b>Практика:</b> картотека «игрового самомассажа».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
8.«Зарядка и закаливающие процедуры»	<p><b>Теория:</b> чтение стихов о пользе зарядки. Чтение сказки «Зарядка и простуда».</p>

	<p><b>Практика:</b> рисование фигуры человека в движении. Физминутка «А теперь на месте шаг».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
Модуль №3 «Безопасность жизнедеятельности»	
1. «Безопасность в детском саду»	<p><b>Теория:</b> чтение книги: «Главные правила для воспитанных детей». Беседа о необходимости соблюдать правила Безопасности в детском саду.</p> <p><b>Практика:</b> рассматривание иллюстраций. Физминутка «Два сапога - пара».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
2. «Полезные бытовые приборы»	<p><b>Теория:</b> беседа с детьми о значимости бытовых приборов в жизни человека.</p> <p><b>Практика:</b> рассматривание иллюстраций «Бытовые приборы». Физминутка. Разгадывание загадок.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
3. «Медицинские приборы»	<p><b>Теория:</b> беседа с детьми о медицинских инструментах: термометр, шпатель, шприц, лекарства (пустые коробочки). Чтение стихотворения С. Михалкова «Прививка».</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Доктор».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
4. «Один дома»	<p><b>Теория:</b> беседа «безопасность дома», как предвидеть опасные ситуации по возможности избегать их. Чтение рассказа Радзиевская, Л. И. «Ты один дома».</p> <p><b>Практика:</b> разгадывание загадок. Игра – ситуация «Звонок в дверь».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
5. «Балкон, открытое окно»	<p><b>Теория:</b> объяснить детям, что нельзя самим открывать Окна и выглядывать из них, выходить играть на балконе. Загадывание загадок.</p> <p><b>Практика:</b> рассматривание технологических карт.</p>

	<p>Д/и «Можно или нельзя».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
6.«Огонь друг, огонь враг»	<p><b>Теория:</b> беседа о правилах пожарной безопасности. Чтение литературного произведения «Не затущенный костер».</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Не ошибись». Д/и «Разрезные картинки».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
7.«Старшие приятели»	<p><b>Теория:</b> беседа об источниках опасности для жизни и здоровья. Беседа « Умей говорить - нет!»</p> <p><b>Практика:</b> игра – ситуация «Опасные приятели».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
8.«Незнакомый человек»	<p><b>Теория:</b> беседа о различии между группами людей «Свои, чужие». Чтение стихотворения К. Чуковского «Котауси и Мауси». Рассматривание иллюстраций к сказкам.</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Знакомый, свой, чужой». Коммуникативный тренинг «Спасибо, нет!».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
9.«Игры во дворе»	<p><b>Теория:</b> беседа с детьми «Прогулка во дворе». Чтение стихотворений.</p> <p><b>Практика:</b> работа с раскраской. Д/и «Четвертый лишний».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
10.«Я и мой транспорт»	<p><b>Теория:</b> беседа о ПДД. Чтение стихотворения В.Берестова «Велосипедист».</p> <p><b>Практика:</b> разгадывание загадок. Д/и «Я грамотный!».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
11.«Школа пешеходных наук»	<p><b>Теория:</b> беседа о соблюдении правил дорожного движения и действиях по их предотвращению. Изучение дорожных знаков.</p> <p><b>Практика:</b> игры, опрос, упражнения.</p>

	<p>Физминутка «Дорожные знаки».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
12.«Осторожно тонкий лёд»	<p><b>Теория:</b> беседа о безопасном поведении на льду водоёмов. Беседы о воде, о состоянии воды, о том, как вода помогает человеку.</p> <p><b>Практика:</b> рассматривание иллюстраций по теме «Вода». Опыты с водой, наблюдения за льдом, снегом.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
13.«Вот сидит лохматый зверь»	<p><b>Теория:</b> беседа о правилах безопасного поведения при контакте с животными. Чтение стихотворения В.Приходько «Несостоявшееся знакомство».</p> <p><b>Практика:</b> д/и «узнай по голосу». Имитационное упражнение «Покажи животное».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
14.«Безопасность на воде и у водоёмов»	<p><b>Теория:</b> беседа о правилах безопасного поведения на воде и у водоёмов. Чтение рассказа « Путешествие маленькой капельки».</p> <p><b>Практика:</b> рассматривание иллюстраций, п/и «Пловцы».</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
15.«Я - спасатель»	<p><b>Теория:</b> беседа о профессии спасателя, ответственности и взаимопомощи. Чтение художественной литературы, Рассматривание иллюстраций, беседы.</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Спасение утопающего». Рассматривание тематических и картинок.</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>
Итоговое занятие	<p><b>Теория:</b> беседа о важности соблюдения правил о ЗОЖ.</p> <p><b>Практика:</b> д/и «Подари тепло другу»</p> <p><b>Форма контроля:</b> игры, опрос, упражнения.</p>

Название тем занятий	Количество часов		Дата занятий	
	Теория	практика	план	факт
Наименование разделов/модулей				
1.Вводноезанятие	0,5	0,5		
<b>Модуль №1 «Здоровый ребёнок»</b>				
1.«Полезные и вредные привычки»	0,5	0,5		
2.«Быть здоровыми хотим»	0,5	0,5		
3.«Что такое ЗОЖ»	0,5	0,5		
4.«Правильное питание, голод и переедание»	0,5	0,5		
5.«Правильный уход за полостью рта»	0,5	0,5		
6.«Зачем мыть руки и мыться»	0,5	0,5		
7.«Гимнастика для отдыха»	0,5	0,5		
8.«Режим дня»	0,5	0,5		
9.«Растения в жизни человека»	0,5	0,5		
10.«Письмо ко всем детям о ЗОЖ»	0,5	0,5		
11.«Физкультура- это класс, все здоровые у нас!»	0,5	0,5		
<b>Модуль №2 «Строение человека»</b>				
1.«Нос, уши и глаза, помогают нам всегда»	0,5	0,5		
2.«Сердце – самый главный орган»	0,5	0,5		

3.«Знакомство с лёгкими»	0,5	0,5		
4.«Пищеварительная система»	0,5	0,5		
5.«Кожа и кожный покров»	0,5	0,5		
6.«Каркас человека»	0,5	0,5		
7.«Самомассаж»	0,5	0,5		
8.«Зарядка и закаливающие процедуры»	0,5	0,5		
<b>Модуль №3 «Безопасность жизнедеятельности»</b>				
1. «Безопасность в детском саду»	0,5	0,5		
2.«Полезные бытовые приборы»	0,5	0,5		
3.«Медицинские приборы»	0,5	0,5		
4.«Один дома»	0,5	0,5		
5.«Балкон, открытое окно»	0,5	0,5		
6.«Огонь друг, огонь враг»	0,5	0,5		
7.«Старшие приятели»	0,5	0,5		
8.«Незнакомый человек»	0,5	0,5		
9.«Игры во дворе»	0,5	0,5		
10.«Я и мой транспорт»	0,5	0,5		
11.«Школа Пешеходных наук»	0,5	0,5		

12.«Осторожно тонкий лёд»	0,5	0,5		
13.«Вот сидит лохматый зверь»	0,5	0,5		
14.«Безопасность на воде и у водоёмов»	0,5	0,5		
15.«Я - спасатель»	0,5	0,5		
Итоговое занятие	0,5	0,5		
<b>Итого:</b>	18	18		

### Методические и оценочные материалы

#### Методические материалы.

№	Тема программы	Форма организации занятия	Методы и приёмы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы контроля
1.	Вводное занятие	Учебное занятие	Беседы, словесные рассказы, чтение художественной литературы, наглядные материалы	Дидактическая игра «Покажи, как правильно»	Карта наблюдений
2.	Модуль №1 «Здоровый ребёнок»	Учебное занятие	Беседы, словесные рассказы, чтение художественной литературы, наглядные материалы	Дидактические игры: «Вредно – полезно», «Утро начинается!», «Меню для сказочных героев», «Приготовь блюдо», «Угадай по вкусу», «Съедобное – несъедобное», «Собери	Игры, опрос, упражнения

				картинку», «На зарядку становись!», «Повтори движение», «В какое время суток?», «Разложи правильно», «Назови спортсмена»	
3.	Модуль№2 «Строение человека»	Учебное занятие	Беседы, словесные рассказы, чтение художественной литературы, наглядные материалы	Дидактические игры: «Съедобное – несъедобное», «Полезные продукты», «Чудесный мешочек», «Вредно – полезно», «Можно - нельзя»	Игры, опрос, упражнения
4.	Модуль№3 «Безопасность жизнедеятельности»	Учебное занятие	Беседы, словесные рассказы, чтение художественной литературы, наглядные материалы	Дидактические игры: «Как позвать на помощь?», «Доктор», «Не ошибись», «Разрезные картинки», «Разрешается – запрещается», «Знакомый, свой, чужой», «Четвертый лишний», «Я грамотный!», «Перекресток», «Профессионал дорожной безопасности», «Узнай по голосу»,	Игры, опрос, упражнения

				«Простые правила», «Спасение утопающего»	
5.	Итоговое занятие	Учебное занятие	Беседы, словесные рассказы, наглядные материалы	Дидактическая игра: «Подари тепло другу»	Игры, опрос, упражнения

### **Информационные источники (списки литературы, интернет – источники)**

#### **Литература для педагогов**

1. Александрова Галина Сергеевна, Кобзева Татьяна Геронимовна, Холодова И.А. «Правила дорожного движения». Система обучения дошкольников. ФГОС ДО. Класс дошкольное обучение.
2. Антонов Ю.Е. ,Кузнецова М.Н. и др.– М.: Гардарики Здоровый дошкольник: социально оздоровительная технология ХХI века, 2008. – 164 с.
3. Бабенко, Е.А. Игры, которые лечат/Е.А.Бабенко, О.Н. Федоровская.— М.: Сфера, 2010.
4. Богина Т.Л. ,Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях /Т.Л.Богина.—М.: Мозаика-Синтез, 2006.
5. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ/Л.В.Гаврючина. — М.:ТЦ Сфера, 2010.
6. Гумелюк Е.И. ,Слисенко Н.А. Неделя здоровья в детском саду: метод. пособие. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО\_ПРЕСС», 2013. – 160 с.
7. Кочеткова Л.Н. Оздоровление детей в условиях детского сада/ Л.Н. Кочеткова — М.: Москва,2007. "Оздоровление детей в условиях детского сада". Издательство Творческий Центр СФЕРА. Направление педагогам и логопедам. ISBN 5891446154. Количество страниц112.
8. Тимофеева Л. Л. Формирование культуры безопасности. Планирование образовательной деятельности: метод. Пособие. – СПБ.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015 – 192.
9. Федоровская Ольга Михайловна (соавтор), Бабенкова Евгения Алексеевна «Игры которые лечат». Для детей от 5 до 7 лет. Серия. Растим детей здоровыми. Издательство ТЦ Сфера. Год2016 . Страниц 64.

10. Шорыгина Т.А.Беседы о здоровье. Издательство: Сфера. Годиздания: 2022. Артикул: 4088.

### **Литература для детей**

1. Бабенко У.Анатомия. Все секреты тела человека. Книжка с окошками. Издательство Malamalama, серия «Умные окошки».2021 г.,
2. Войцеховский Борис «Тело человека». Книга с окошками. Издательство Манн, Иванови Фербер, серия «Книги с окошками», 2024. - 20 с.
3. Кретова Марина Александровна «Забавные рассказы». Для старших дошкольников. Издательство ТЦ Сфера, 2018 г. -64 с.
4. Татьяна Попова «Правила безопасности. Детская энциклопедия». Издательство Манн, Иванов и Фербер. Серия Чевостик. 2022. – 80 с.
5. Чуковский Корней Иванович «Мойдодыр». Издательство АСТ. Серия «Библиотека для дошкольята» (АСТ). 2021г. – 64с.

### **Литература для родителей**

1. Зимонина С.А. «Воспитание ребенка - дошкольника. Расту здоровым». Программа и методическое пособие. Издательство Владос. 2004. Входит в УМКНет. Класс Дошкольники.
2. Кретова Марина Александровна «Большая книга эмоций». Издательство Феникс-Премьер, серия «В помощь маме». Год издания: 2024 - 80 с.
3. Прищепа С.С. «Здоровый ребенок - улыбающийся ребенок». Семейный дневник для детей 6-7 года жизни и их родителей. Издательство Русское слово. 2017. Входит в УМКНет. Класс Дошкольники 6,7 лет.
4. Тараненко Марина Викторовна «Правила безопасности. Как вести себя дома и на улице». Издательство РОСМЭН, серия «Очень полезные советы и истории».2024- 32с.
5. Юлия Василюк «Правила безопасности на дороге».Издательство Эксмо. Серия Мамабудет спокойна. 2018 -48с.

### **Интернет источники:**

<https://www.takzdorovo.ru/http://s>

[alatshop.ru/http://vitaportal.ru/](http://alatshop.ru/http://vitaportal.ru/)

<https://kopilkaurokov.ru/prochee/presentacii/pieriechien-elielectronnykh-intierniet-riesursov-zdorovyi-intierniet>

<https://www.teremoc.ru>

<http://ivalex.vi>«Вседлядетскогосада»

<http://www.7ya.r>«7я.py»<http://www.detisРазвивающиеигрыдлядетей.>

<http://doshvozra/>

<http://potomy.ru/>

<http://shkola7gn/>

<http://www.solne/>

### **Оценочные материалы**

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой основной адаптированной образовательной программой дошкольного образования.

Практическая реализация программы неизбежно предполагает оценку эффективности и измерение достигнутого уровня образованности детей в области ЗОЖ. Для определения результативности программы, была разработана диагностика компетентности детей по реализации образовательной области «Здоровье».

1. Сформированность системы знаний в области ЗОЖ.
2. Сформированность системы отношений и мотивации.
3. Сформированность системы умений и навыков использовать знания в области ЗОЖ как в своем стиле, так и в повседневной жизни.

### **Разработанные критерии и диагностические материалы для определения результатов и качества образовательного процесса**

Формирование представлений детей о здоровом образе жизни происходит в условиях семьи и (или) воспитательно-образовательного дошкольного учреждения, поэтому для выявления уровня представлений о здоровом образе жизни может быть использована диагностическая программа, состоящая из трёх критериев соответствующих 3 модулям программы:

Критерий 1.«Здоровый ребёнок»

Критерий 2.«Строение человека»

Критерий 3.«Безопасность жизнедеятельности»

### **Критерии оценки интегративных качеств:**

**Высокий уровень (3 балла — ребёнок имеет полностью усвоенные представления по указанному критерию)** – ребёнок имеет некоторые правильные представления о ЗОЖ как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья;

- о здоровье как о состоянии физического и психического благополучия организма;
- о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья;
- о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых;
- о возможных причинах заболеваний;
- осознаёт значение для здоровья ЗОЖ, а также значение для здоровья и ЗОЖ состояние окружающей природной и социальной среды;

- ребёнок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности;
- ребёнок активен и самостоятелен в своих суждениях и высказываниях;
- его представления о ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер.
- проявляет инициативу и самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно - гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости;
- присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность.

**Средний уровень** (2 балла — ребёнок имеет частично усвоенные, неточные, неполные представления по указанному критерию) - ребёнок имеет элементарные представления о ЗОЖ, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья;

- о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет;
- некоторые представления о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья;
- о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний;
- он способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, некоторых факторов окружающей природной и социальной среды, при этом ему требуется помочь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров.
- способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности;
- для актуализации представлений ему требуется эмоционально - стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы.
- у ребёнка сформированы единичные представления о здоровье и ЗОЖ в условиях большого города.
- он может проявлять инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно - гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально - чувственным переживанием;
- частично присваивает переданный взрослыми опыт и переносит его в самостоятельную деятельность.

**Низкий уровень** (1 балл — ребёнок не имеет представлений по указанному критерию) – ребёнок затрудняется объяснить смысловое значение понятие "здоровье", значение для здоровья знакомых ему видов деятельности.

- имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта;
- не имеет представлений о факторах вреда и пользы для здоровья.
- Не осознаёт зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды;
- не способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности.
- у ребёнка сформированы отрывочные бессистемные представления о здоровье и болезни без учёта влияния окружающей среды.
- ребёнок не проявляет инициативу и самостоятельность в ситуациях оздоровительных, закаливающих и санитарно - гигиенических мероприятий, не присваивает переданный взрослыми опыт и не переносит его в самостоятельную деятельность.

**Форма фиксации уровня образовательных результатов представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровом образе жизни на начало года**

№ п/ п	Фамилия имя ребёнка	«Здоровый ребёнок»	«Строение человека»	«Безопасность жизнедеятельности»	Средний итоговый балл
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

**Форма фиксации уровня образовательных результатов представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровом образе жизни на конец года**

№ п/ п	Фамилия имя ребёнка	«Здоровый ребёнок»	«Строение человека»	«Безопасность жизнедеятельности»	Средний итоговый балл
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					