



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа
№606 с углубленным изучением английского языка Пушкинского района Санкт-Петербурга
имени Героя Российской Федерации К.Ю.Сомова

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
Протокол № 229 от 28.05.2025

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ школы № 606
_____ М.М.Шмулевич
Приказ № 63
от 30.05.2025

Дополнительная общеразвивающая программа "Крепыш"

Срок освоения: 20 дней

Возраст обучающихся 3-7 лет

Разработчик:
Каримова Анна
Витальевна
Старший
воспитатель

Санкт – Петербург

2025

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Крепыш» (далее – Программа) имеет социально-педагогическую (социально-гуманитарную) направленность, что предполагает ориентацию занятий по ДОП: Формирование социальной компетентности, как основы социализации за счёт присвоения ценностей о здоровом образе жизни.

Адресат: Программа адресована детям в возрасте 3-7 лет. В группе могут быть и мальчики, и девочки. Возможно формирование групп разновозрастных детей.

Наличие базовых знаний по Программе и специальных способностей в данной предметной области не требуется.

Актуальность продиктована изменениями в образовательной политике государства на уровне общего образования, связанного с внесением изменений в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (в редакции 17.02.2023), а также поиском новых подходов к организации занятий по формированию ценностей здорового образа жизни, в том числе не представленных в ФОП: а именно первичные сведения о валеологии.

1. ФОП (18.5.1) обогащать представления детей об основных источниках и видах опасности в быту, на улице, в природе, в общении с незнакомыми людьми, знакомить детей с простейшими способами безопасного поведения в опасных ситуациях; формировать представления о правилах безопасного дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства.
2. ФОП (22.6.1) воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.
3. ФГОС (1.6) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей творческого потенциала каждого ребёнка, как субъекта отношений с самим собой, и другими детьми, взрослым миром.

Программа позволяет сформировать первичные представления детей о предмете «Валеология»

Содержание Программы отражает запрос администрации и возможности образовательного учреждения.

Основная идея Программы – использование соляной комнаты, как условие для образовательной деятельности по формированию основ ЗОЖ.

Уровень освоения – общекультурный

Срок освоения – 20 дней

Цель Программы - Знакомство с основами валеологии.

Задачи ДОП

Образовательные

- Познакомить детей с представлениями о строении тела человека.
- Познакомить с представлениями о здоровом питании.
- Познакомить с основами безопасного поведения в окружающей среде.

Развивающие

- Развить уровень установления причинно-следственных связей.
- Развить уровень умения высказывать суждения.

Воспитательные

- Создать условия для формирования самостоятельности при выполнении задания педагога.

Планируемые результаты освоения

Предметные

- Ребёнок будет знаком с представлениями о строении тела человека.
- Ребёнок будет знаком с представлениями о здоровом питании.
- Ребёнок будет знаком с основами безопасного поведения в окружающей среде.

Метапредметные

- Ребёнок сможет устанавливать причинно-следственные связи.
- Ребёнок сможет высказывать суждения о взаимосвязи явлений (4-6 предложений)

Личностные

- Ребёнок сможет самостоятельно выполнять задания педагога.

Организационно-педагогические условия реализации

Язык программы – русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации: Программа реализуется в условиях соляной пещеры. Программа предусматривает работу с обучающимися с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в формате беседы, диалога с использованием наглядных пособий, размещённых для удобного обзора сидящих в соляной комнате детей.

Условия набора: набор детей осуществляется на свободной основе, принимаются все желающие.

Условия формирования группы: списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом особенностей реализации программы

Количество обучающихся – не менее 15 человек.

Формы организации занятий

Учебные занятия проводятся в группах, сочетая следующие формы:

- фронтальная: весь состав объединения – беседа, объяснение, показ, игровая ситуация;
- работа в малых группах (парах) при выполнении определенных заданий педагога – дидактические игры;
- при необходимости педагог оказывает индивидуальную помощь ребенку при выполнении заданий.

Формы проведения занятий

Программа предусматривает только аудиторные занятия.

Занятие строится в игровой форме.

Материально-техническое оснащение:

аудитория комплекты оборудования, аудиосистема, набор музыкальных композиций, ноутбук, видеопроектор

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Раздел.	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	0.5	0.5	В процессе занятия
2.	Блок «Тело человека»	5	1	4	В процессе занятия
3.	Блок «Принципы здорового питания»	5	1	4	В процессе занятия
4.	Блок «Безопасность в окружающем мире»	7	1	6	В процессе занятия
5.	Диагностика	1		1	В процессе занятия
6	Итоговое занятие	1	0.5	0.5	
Итого часов:		20	4	16	

3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Особенность обучения

Реализация программы проходит в условиях соляной пещеры. Программа «Мастерская здоровья» построена по принципу, который предполагает чередование различных форм представления материала для знакомства.

Задачи:

Образовательные

- Познакомить детей с представлениями о строении тела человека.
- Познакомить с представлениями о здоровом питании.
- Познакомить с основами безопасного поведения в окружающей среде.

Развивающие

- Развить уровень установления причинно-следственных связей.
- Развить уровень умения высказывать суждения.

Воспитательные

- Создать условия для формирования самостоятельности при выполнении задания педагога.

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие

Теория: правила поведения в соляной комнате

Практика: «Давайте познакомимся» - игровая ситуация

2. Раздел «Тело человека»

Теория: рассказы, беседы о строении тела человека.

Практика: высказывание суждений с объяснением «почему»

Тема №1 «Я человек!»

Тема №2 «Скелет-наша опора»

Тема №3 «Как ты растёшь?»

Тема №4 «Как ты дышишь?»

Тема №5 «Как ты слышишь?»

Тема №6 «В мире звуков?»

Тема №7 «Как ты видишь?»

Тема №8 «Гигиена тела»

Тема №9 – викторина

3. Раздел «Принципы питания»

Теория: рассказы, беседы о здоровом питании.

Практика: высказывание суждений с объяснением «почему»

Тема №1 «Береги здоровье смолоду»

Тема №2 «Зачем нужна еда?»

Тема №3 «Полезная и вредная пища»

Тема №4 «Влияние пищи на организм человека»

Тема №5 «Витамины я люблю-быть здоровым я хочу!»

Тема №6 «Полезные овощи»

Тема №7 «Кто живёт в молочной стране?»

Тема №8 «Каша-радость наша»

Тема №9 «В магазин за продуктами» Тема

Тема № 10 – викторина

4. Раздел «Безопасность в окружающем мире»

Теория: рассказы, беседы о безопасном поведении в окружающем мире.

Практика: высказывание суждений с объяснением «почему»

Тема №1 «Наш город»

Тема №2 «Советы светофора»

Тема №3 «Как правильно переходить улицу»

Тема №4 «Если ты потерялся»

Тема №5 «Контакты с незнакомыми людьми на улице»

Тема №6 «Общение с животными»

Тема №7 «Лесная аптека и ядовитые растения»

Тема №8 «Насекомые-польза и вред»

Тема №9 «Правила поведения детей на воде»

Тема №10 «Запомните, детки, таблетки - не конфетки»

Тема № 11 – викторина

5. Раздел – ДИАГНОСТИКА: текущий контроль.

6. Раздел – итоговое занятие:

Теория: беседа

Практика: викторина по итогам программы

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала занятия	Дата окончания занятия	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов
1 год	01.09. Текущего года	31.05. Следующего года	4	20	20

Планируемые результаты

Предметные

- Ребёнок будет знаком с представлениями о строении тела человека.

- Ребёнок будет знаком с представлениями о здоровом питании.
- Ребёнок будет знаком с основами безопасного поведения в окружающей среде.

Метапредметные

- Ребёнок сможет устанавливать причинно-следственные связи.
- Ребёнок сможет высказывать суждения о взаимосвязи явлений (4-5 предложений)

Личностные

- Ребёнок сможет самостоятельно выполнять задания педагога.

6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методологическое обеспечение:

- Таблицы, карточки-схемы упражнений;
- Иллюстрации к произведениям.
- Подборка художественной литературы;
- Дополнительное речевое упражнение;

Методы и приемы, используемые при знакомстве с основами валеологии

Наглядный	Словесный	Практический
Показ, имитация, зрительные ориентиры	Объяснения, пояснения, вопросы к детям, словесная инструкция	Ответы детей (предложения причинно-следственных связей), высказывания – 3- 4 предложения

Примерная структура занятия.

Вводная часть

Техника безопасности: педагог проводит инструктаж по технике безопасности и рассказывает о правилах поведения на занятиях по знакомству с валеологией (краткий инструктаж по технике безопасности проводится на каждом занятии). Педагог расскажет об оборудовании, которое используется при работе.

«Разминка» (игровой момент, пальчиковая гимнастика, нейрогимнастика, привлечение внимания, показ рисунка): проводится в начале каждого занятия, способствует повышению интереса к беседе.


Основная часть

Заключительная часть

Подведение итогов занятия.

Технологические карты – ПРИЛОЖЕНИЕ 1

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Валеологическое воспитание детей в дошкольном образовательном учреждении - <https://moluch.ru/archive/334/74484/>
2. Дидактические игры по валеологии - <https://fizinstruktor.ru>
3. Сказки Страны здоровья. Беседы с детьми о здоровом образе жизни - <https://www.litres.ru/book/natalya-ivanova/skazki-strany-zdorovya-besedy-s-detmi-o-zdorovom-obraze-zh-57232368/chitat-onlayn/>
4. 4 Сказки Страны здоровья. Беседы с детьми о здоровом образе жизни <http://cpd.yaroslavl.ru/shdo/mod/book/tool/print/index.php?id=19563>
5. Здоровое питание детей. Сказки. Готовим и играем вместе с детьми.- <http://libdiv.ru/>
6. Анатомия для малышей и дошкольников: как рассказать ребёнку об устройстве тела - <https://gdemoideti.ru/blog/ru/kak-rasskazat-rebyonku-ob-ustrojstve-tela>
7. «Анатомикум» Пакстон Дженнифер Иллюстрированная энциклопедия ИЗДАТЕЛЬСТВО «Махаон» 2024г.
8. [АНАТОМИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ](https://www.youtube.com/watch?v)  Структура тела человека ... <https://www.youtube.com/watch?v>
9. [Л. Л. Тимофеева «Формирование культуры безопасности у старших дошкольников» методическое пособие. СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2022.-192с.](#)

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля: текущий контроль – в форме наблюдения высказывания детей конкретной темы, итоговый контроль (подведения итогов реализации программы) – в форме беседы, диалога, викторины с использованием всего объема изученного материала.

Педагогические категории, в которых предлагается выражать результаты:

- знания и умения - способность и готовность к их предъявлению по заданию педагога
- характеристики поведения / действий - самостоятельность

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

- текущий контроль - в форме наблюдения за детьми в процессе занятий (таблица 1);

Диагностическая карта текущего контроля

Таблица 1

№ п/п	фамилия имя	знания			умения		сумма баллов	уровень освоения
		Тело человека	Здоровое питание	Безопасность	установление причинно - следственных связей	высказывание		

**проводится в конце изучения по каждой теме*

Текущая оценка приобретенных знаний и умений оценивается по критериальной системе в соответствии с таблицей 1

Знания:

Тело человека (здоровое питание, безопасность)

Высокий уровень (3 балла) – ребёнок самостоятельно может высказать суждение о строении человека (4-6 предложений), о роли здорового питания, об основных принципах безопасного поведения в окружающем мире.

Средний уровень (2 балла) - ребёнок с помощью педагога может высказать суждение о строении человека (4-6 предложений), о роли здорового питания, об основных принципах безопасного поведения в окружающем мире.

Низкий уровень (1 балл) - ребёнок не может высказать суждение о строении человека (4-6 предложений), о роли здорового питания, об основных принципах безопасного поведения в окружающем мире.

Умения:

Уровень установления причинно-следственных связей (на примере предложенной ситуации) + уровень высказывания.

Высокий уровень (3балла) – ребёнок самостоятельно устанавливает причинно-следственные связи (4-6 предложений)

Средний уровень (2 балла) – ребёнок с помощью педагога устанавливает причинно-следственные связи (4-6 предложений)

Низкий уровень (1 балл) – ребёнок не может установить причинно-следственные связи (4-6 предложений)

Итоговый контроль (подведения итогов реализации программы) – учебные ситуации, где педагог дает возможность продемонстрировать умения каждому обучающемуся.

Итоговая оценка приобретенных умений оценивается по критериальной системе и представлена в таблице 2

Итоговая диагностическая карта по Программе «Мастерская здоровья»

Таблица 2

№ п/п	Фамилия имя	обучение			развитие	воспитание	сумма баллов	уровень освоения
		Тело человека	Здоровое питание	Безопасность	высказывания	самостоятельность		
								высокий средний низкий

Обучение + развитие – смотри диагностику текущей диагностики.

Воспитание:

Самостоятельность

Выше среднего уровня (3 балла)

Ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

Средний уровень (2 балла)

Ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого.

Самостоятельность частичная

Ниже среднего уровня (1 балл)

Ребенок не может выполнить предложенные задания.

Уровень освоения ДОП:

15-12 баллов-высокий уровень

11-9 баллов-средний уровень

8 и менее баллов-низкий уровень

Технологические карты.

Развивающая задача	ФГОС п.4.6	Действие педагога	Действие ребёнка	Особенности
Развить уровень установления причинно-следственных связей	Ребёнок проявляет любознательность; интересуется причинно-следственными связями; пытается самостоятельно придумать объяснения.	Показывает иллюстрации. Задаёт вопросы.	Ребёнок слушает, рассматривает иллюстрации, отвечает на вопросы.	Словесно-наглядный (опора на иллюстрации) Словесно-наглядный

Развивающая задача	ФГОС п.4.6	Действие педагога	Действие ребёнка	Особенности
Развить уровень умений высказывать суждения	Развита монологическая речь; вносит умение выразить свои мысли	Организует работу группы; объясняет план действий; предлагает выбрать иллюстрацию для работы	Умеет управлять своим поведением; слушает; договаривается; выбирает иллюстрацию.	Словесно-наглядный Объяснение - инструкция Практическое задание опора на иллюстрацию