

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
БЕЛГОРОДСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «УСПЕХ»
БЕЛГОРОДСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ»**

Программа рассмотрена
на заседании педагогического совета
от «31» мая 2024 г., протокол №5



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДО «ЦДО «Успех»

Приказ № 225 «31» мая 2024 г.

В.И. Мантулова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АЛГОРИТМ ЗДОРОВЬЯ»
(базовый уровень)**

Направленность – естественнонаучная

Объем – 72 часа

Срок реализации – 36 недель

Возраст обучающихся – 5-7 лет

Разработчик – Макшанова Екатерина Андреевна,
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ЦДО «Успех»

Белгородский район, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.	Основные характеристики программы	3
	Пояснительная записка	3
	Воспитательная компонента	6
	Учебный план	7
	Содержание	9
2.	Организационно-педагогические условия	14
	Формы аттестации	14
	Календарный учебный график	15
	Методические материалы	15
	Список литературы	17
	Приложение	19
	Приложение 1	
	Приложение 2	
	Приложение 3	
	Приложение 4	
	Приложение 5	
	Приложение 6	
	Приложение 7	

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Алгоритм здоровья» (далее программа) имеет *естественнонаучную* направленность. Уровень программы - *базовый*, обеспечивает общую трансляцию содержательно-тематического направления программы. В программе сохраняется логика: от общих представлений о среде обитания и условиях существования к конкретному влиянию основных экологических факторов на организм. Программа формирует у обучающихся представление об адаптации организма человека к природным факторам, о взаимоотношениях человека и природы. Значительное внимание уделяется вопросам сохранения и укрепления здоровья человека, профилактики заболеваний, безопасного поведения в окружающей среде. Обучающиеся смогут применить полученные знания и умения для решения практических задач в повседневной жизни. Дети научатся анализировать и оценивать состояние своего здоровья и здоровья окружающих.

Теоретической базой для разработки программы стали нормативно - правовые документы Российской Федерации:

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р»;

4. СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

6. Паспорта Федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный проектным комитетом по национальному проекту «Образование» от 7 декабря 2018 года протокол №3;

7. Устава и локальных актов образовательной организации;

Актуальность программы заключается в вовлечении обучающихся в изучение биологических объектов и человека как части природы, что создает

определенные условия для формирования экологической культуры и здорового образа жизни.

Дошкольный возраст является решающим в формировании экологической грамотности, культуры и физического здоровья. Ведь именно до семи лет закладываются основы мировоззрения человека, его отношение к окружающему миру и природе родного края, к своему здоровью, формируется характер и черты личности. Важно на этом этапе сформировать у детей целостный взгляд на природу и место человека в ней. Дети должны понимать, насколько тесно природные компоненты связаны между собой и как живые организмы зависят от среды обитания. Человек - неотъемлемая часть природы.

На современном этапе развития общества уделяется большое внимание укреплению здоровья детей, и, прежде всего формированию здорового образа жизни ребёнка.

Новизна программы заключается в том, что формирование основ экологических знаний на учебных занятиях базируется на применении игровых технологий. В педагогический процесс включены разные виды игр, так как игра в дошкольном возрасте является ведущим типом деятельности. Применение на учебных занятиях игровых технологий закладывает основы для плавного перехода ведущего типа деятельности с игровой у дошкольников на учебную у младших школьников в дальнейшем.

Русские народные подвижные игры можно использовать как один из методов экологического образования и одной из форм оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Искон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, окружающий мир, природа родного края, национальные устои. Представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. В народных играх ребенок приобретает огромный опыт.

Отличительные особенности программы в том, что значительное место в данном курсе занимает организация игровой и практической деятельности обучающихся. Это является эффективным для формирования культуры здоровья, стремления обучающихся к ведению здорового образа жизни, положительного эмоционально-ценностного отношения к природе, развитие стремления действовать в окружающей среде в соответствии с экологическими нормами поведения.

Адресат программы

Обучение по программе рассчитано на обучающихся 5-7 лет и учитывает возрастные и психологические особенности данного возраста. Дошкольный возраст характеризуется периодом интенсивного формирования личности во всех сферах: повышения интеллекта, воспитание духовно-нравственных качеств, проявление характера, силы воли, умение управлять эмоциями, физической подготовки.

Именно в это время проявляются совершенно новые, индивидуальные качества, растут потребности обучающихся в получении новых знаний,

навыков и умений. Сама природа, как будто подсказывает, что пора переходить к активному образовательному процессу, который бы со всех сторон охватывал совершенствование личности, вырабатывал различные индивидуальные черты характера.

Особенности самой деятельности детей дошкольного возраста, равно как и стремление к всестороннему совершенствованию, характеризуются ярким проявлением все новых потребностей. В этом возрасте дети стремятся расширить знания о тех предметах или явлениях, которые лично не наблюдали. Насколько глубоко они проникают в изучение и является определяющей в гармоничном формировании личности.

Объем программы и срок освоения программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 72 часа. Число занятий в неделю 2 раза по 1 часу. Срок реализации программы - 1 год.

Формы, периодичность, продолжительность и режим занятий

Форма обучения – очная, групповая.

Количество обучающихся в группе: 10-15 человек.

Продолжительность занятий в день 1 час по 30 минут.

Цель программы - создание условий для формирования у обучающихся ответственного, экологически-грамотного поведения в природе и обществе, осознания неразрывной связи человека с природой, овладения знаниями и умениями вести здоровый образ жизни.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить обучающихся с основными экологическими и физиологическими понятиями;
- познакомить с основами строения и физиологии организма человека, как единого целого, принципами формирования здорового образа жизни;
- обучить «слушать» и «слышать» свой организм;
- расширить представления о жизнедеятельности организма человека в тесной взаимосвязи с окружающей средой;
- обучить основам экологической культуры и культуры здоровья через русские народные подвижные игры и опытно - экспериментальную деятельность;

Развивающие:

- заложить основы для развития ценностного отношения к природе;
- развивать мотивацию по укреплению своего здоровья, здорового образа жизни;
- развивать познавательную активность и творческие способности обучающихся.

Воспитательные:

- сформировать навыки здорового образа жизни, умение применять для укрепления здоровья оздоровительную силу природы своего края;

- воспитывать потребность к подвижному образу жизни через упражнения и игры по профилактике плоскостопия и нарушения осанки у детей;
- воспитывать чувственно-эмоциональные реакции детей на окружающую среду;
- воспитывать у детей заботливое отношение к природе через общение с окружающей средой.

Воспитательная компонента

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие.

Воспитательная составляющая ДООП: *формирование потребности в общении с живой природой, интереса к познанию ее законов; установок и мотивов деятельности, направленной на осознание универсальной ценности природы; убеждений в необходимости беречь природу, сохранять собственное и общественное здоровье; потребности участвовать в труде по изучению и охране природы, пропаганде экологических идей.*

Цель - создать максимально благоприятные условия для развития обучающегося с учетом его образовательных потребностей и способностей, особенностей психофизиологического развития, формирование у обучающихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи:

- сформировать бережное отношение к природе как к ценности, когда нравственная норма, определяет характер социальных отношений человека, готовность взаимодействовать. Такое формирование возможно, если эта норма определяет осмысленное проектирование своей жизни в соответствии с поставленными целями;
- воспитывать у обучающихся ответственность за окружающий мир через осознание принадлежности к природе (призвано формировать у них готовность ко взаимодействию с окружающей средой);
- освоить экологическую этику, опирающейся на соответствующую мотивацию в нравственном «поле» личности;
- сформировать мотивы общения с природой, интереса к ее изучению и стремление к охране природы;
- сформировать стремление оказывать помощь нуждающимся, быть аккуратным, дисциплинированным, выполнять поставленные цели.

Ожидаемый результат в образе обучающегося:

1. В познавательной сфере: развитие творческих способностей, ощущения и восприятия, памяти и воображения, внимание.
2. В социальной сфере: способность к самореализации, саморазвитию, самосовершенствованию в пространстве учреждения, района, области, России.
3. Формирование потребности в профессиональном самоопределении в соответствии с индивидуальными способностями.
4. Формирование отношения к образованию как к общечеловеческой ценности, выражающейся в интересе обучающихся к знаниям, в стремлении к

интеллектуальному овладению материальными и духовными достижениями человечества, достижению личного успеха в жизни.

Реализация воспитательного потенциала ДООП представляет собой совместную деятельность педагога и ребенка как инструмент целевого формирования у него (ребенка) способности осваивать социокультурные ценности, технологии развития личности, определяющие механизм ее самореализации, составляющие общекультурный эмоционально значимый для ребенка фон по освоению предметного содержания; многообразие предметного содержания и направлений освоения социального опыта. Выделяется познавательная, исполнительская, организаторская, творческая деятельность.

Планируемые образовательные результаты

В конце реализации программы, обучающиеся будут знать:

- основные экологические и физиологические понятия и термины;
- основы здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- строение собственного организма и особенности окружающей среды;
- факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;
- правила поведения в природе;
- экологические закономерности в природе;
- правила гигиены;
- меры профилактики заболеваний;
- о пользе физических упражнений;
- народные традиционные игры;
- особенности природы родного края.

обучающиеся будут уметь:

- слышать свой организм и жить в гармонии с природой.
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье;
- соблюдать личную гигиену с осуществлением гигиенических процедур в течение дня;
- применять знания и умения при проведении природоохранных мероприятий;
- проводить агитацию по природоохранному поведению;
- уважать традиции своего народа, бережливо относиться к окружающему миру.

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	В путь за секретами здоровья!	4	2	2	
1.1.	Давай-ка познакомимся! Входная диагностика.	2	1	1	Тестирование. Практическая работа.
1.2.	Здоровье природы -	2	1	1	Педагогическое

	здоровье человека				наблюдение
2.	Путешествие по сказочной стране «Здоровья»	20	10	10	
2.1.	В гостях у волшебницы Гигиены и её друзей	4	2	2	Индивидуальный и фронтальный опрос.
2.2.	Знакомство с Зубной Феей	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Практическая работа
2.3.	Поварёнок против вредных советов	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Творческая работа.
2.4.	Мой друг Режим	4	2	2	Дискуссия. Практическая работа.
2.5.	Спасения мальчика Мити из Царства вредных привычек	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Творческая работа.
3.	Фабрика «Мой Организм»	5	3	2	
3.1.	Из чего состоит наша фабрика «Мой Организм?». Какие клеточки живут на фабрике	3	2	1	Педагогическое наблюдение. Практическая работа.
3.2.	На чём стоит фабрика? Скелет и мышцы	2	1	1	Беседа. Практическая работа.
4.	Механизм работы фабрики «Мой Организм»	12	5	7	
4.1.	Головной мозг - супер компьютер фабрики. Работа нервной системы	2	1	1	Педагогическое наблюдение.
4.2.	Надёжные помощники - органы чувств	3	1	2	Практическая работа.
4.3.	Сердце и кровообращение. Великие труженики и волшебные реки	3	1	2	Фронтальный опрос.
4.4.	Как дышит фабрика?	2	1	1	Дискуссия.
4.5.	Машина пищеварения	2	1	1	Беседа.
5.	Удивительные реакции на фабрике «Мой Организм»	6	3	3	
5.1.	Проделки Вируса	4	2	2	Творческая работа.
5.2.	Аптечный пункт	2	1	1	Педагогическое наблюдение.
6.	Формула жизни.	18	7	11	

	Промежуточная аттестация.				
6.1.	Воздух и вода наши лучшие друзья.	4	2	2	Практическая работа.
6.2.	Витаминная радуга	4	2	2	Фронтальный опрос.
6.3.	Капризы природы	2	1	1	Практическая работа.
6.4.	Ключ к своему здоровью	8	2	6	Педагогическое наблюдение. Практическая работа. Тестирование.
7.	Ярмарка здоровья. Итоговое занятие.	7	2	5	
7.1.	Народные забавы	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Дискуссия. Практическая работа.
7.2.	Сила родной природы	3	1	2	Практическая работа.
	Итого:	72	32	40	

Содержание

Раздел 1. В путь за секретами здоровья! (4 часа)

Тема 1.1 Давай-ка познакомимся! Входная диагностика. (2 часа)

Теоретические знания. Цель и задачи программы «Алгоритм здоровья - 31». Основные формы работы. Знакомство обучающихся с общими правилами безопасности на занятиях. Что такое природа? Взаимосвязь человека и природы (человек-вода, человек-воздух) условия выживания человека. Человек - часть природы. Основные экологические понятия.

Практическая деятельность. Игры на знакомство «Давай - ка, познакомимся», «Моё имя». Тестирование.

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение за соблюдением правил безопасности на занятиях.

Тема 1.2 Здоровье природы здоровье человека (2 часа)

Теоретические знания. Понятие здоровый человек. Анализ сказки «Как заботится о своём здоровье». Просмотр и обсуждение отечественного мультфильма «Быть здоровым здорово!» Природа — источник красоты, вдохновения, здоровья, отдыха. Отношения современного человека с природой. Примеры «ошибок» человека. Вымершие, исчезающие, редкие животные, растения; почему они нуждаются в нашей защите. Примеры рационального использования природы человеком.

Практическая деятельность. Подвижные игры «Волшебный лес», «Воздух, земля, вода, огонь». Изготовления коллажа «Человек - часть природы».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, творческая работа.

Раздел 2. Путешествие по сказочной стране «Здоровья» (24 часа)

Тема 2.1 В гостях у волшебницы Гигиены и её друзей (4 часа)

Теоретические знания. Особый дар природы вода. Основные свойства воды. Различные состояния воды. Использование воды человеком. Природа охранные мероприятия. Вода в нашем доме. Правила личной гигиены.

Практическая деятельность. Подвижные игры «Осадки», «Капельки». Русская народная игра «Лягушки на болоте». Дидактические игры «Вымой трубочиста», «Только для меня». Опыт «Очищение воды».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, практическая работа, викторина.

Тема 2.2 Знакомство с Зубной Феей (4 часа)

Теоретические знания. Зубы и их функция. Влияние окружающей среды на состояние зубов и дёсен. Дар природы кальций, фосфор, фтор. Почему зубы болят? Отчего выпадают молочные зубы? Правила ухода за зубами.

Практическая деятельность. Игра - кричалка «Да или нет». Дидактическая игра «Здоровые зубы». Квест «Путешествие в город Стоматология».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, творческая работа.

Тема 2.3 Поварёнок против вредных советов (4 часа)

Теоретические знания. Почва как верхний слой земли: «живая земля». Растения — пища человека. Загрязнение почвы, влияние на растительные культуры выращиваемых человеком. Необходимость охраны почвы. Польза и вред продуктов питания для здоровья человека. Правила здорового питания.

Практическая деятельность. Дидактическая игра «Дары природы». Русские народные подвижные игры «Пирожки в лесу», «Колосок». Игра кричалка «ДА и НЕТ».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, творческая работа.

Тема 2.4 Мой друг Режим (4 часа)

Теоретические знания. Цикличности природных явлений, причины смены дня и ночи, части суток, времена года. Правила использования назначения суток. Значение режима дня в жизни человека. Правила соблюдения режимных моментов для сохранения и укрепления здоровья.

Практическая деятельность. Дидактическая игра «Что наступило?». Русская народная подвижная игра «Сова». Дидактическая игра «Мой день». Опыт «Почему день сменяется ночью?»

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, дискуссия, практическая работа.

Тема 2.5 Спасения мальчика Мити из Царства вредных привычек (4 часа)

Теоретические знания. Что такое привычка? Влияние полезных и вредных привычек на здоровье природы и человека. Полезная привычка - беречь природу! Правила бережного отношения к Родной природе.

Практическая деятельность. Дидактическая игра «Хорошо и плохо», Жестовая игра «Хорошо и плохо», Практические эксперименты: «Свалка и дождь», «Как нефть влияет на природу. Нефтяная речка», «Птицы и нефть». Рисунки на тему «Хорошие привычки - ключ к здоровью природы и человечества».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, творческая работа.

Раздел 3. Фабрика «Мой Организм» (5 часов)

Тема 3.1 Из чего состоит наша фабрика «Мой Организм»? Какие клеточки живут на фабрике.(3 часа)

Теоретические знания. Строение человеческого организма. Клетки тела.

Практическая деятельность. Дидактическая игра «Познакомимся с собой». Дидактические игры: «Собери человека», «Моё тело», «Клетка и микроскоп». Подвижная игра «Мы топаем ногами».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, практическая работа.

Тема 3.2 На чём стоит фабрика? Скелет и мышцы(2 часа)

Теоретические знания. Скелет опоры человека. Кости защита нашего тела. Как происходят переломы? Зачем человеку мышцы?

Практическая деятельность. Дидактическая игра «Деревянный человек». Аппликация «Скелет человека». Подвижная игра «Повтори движение».

Текущий контроль. Беседа. Практическая работа.

Раздел 4. Механизм работы фабрики «Мой Организм» (12 часов)

Тема 4.1 Головной мозг - супер компьютер фабрики. Работа нервной системы (2 часа)

Теоретические знания. Строения головного мозга. Из каких частей состоит головной мозг? Работа нервной системы.

Практическая деятельность. Подвижная игра «Умная машина мозг человека».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение.

Тема 4.2 Надёжные помощники органы - чувства (3 часа)

Теоретические знания. Как мы видим. Что значит зрение для человека? Правила острого зрения. Орган слуха, функция и строение человека. Как сохранить чуткий слух? Любопытный нос и его способность обоняние. Что умеет твой язык. Как язык различает вкусы. Кожа -самый большой орган, и её чувствительность.

Практическая деятельность. Игра по опытно - экспериментальной деятельности «Наши умные помощники-органы чувств».

Текущий контроль. Практическая работа.

Тема 4.3 Сердце и кровообращение.

Великие труженики и волшебные реки (3 часа)

Теоретические знания. Сердце, его работа и расположение. Строение и работа кровеносных сосудов. Правила сохранения здорового сердца.

Практическая деятельность. Опыты: «Размер сердца», «Положения сердца», «Мышцы сердца», «Как сердце стучит?», «Считаем пульс», «Смотрим на пульс». Подвижная игра «Работа сердца». ОРУ с «сердечками». Круговая тренировка «Путешествие из порта «Сердце» по рекам «Артерия» и «Вена».

Текущий контроль. Фронтальный опрос.

Тема 4.4 Как дышит фабрика? (2 часа)

Теоретические знания. Строение органов дыхания, их значения для жизни человека.

Практическая деятельность. Опыт «Как происходит процесс дыхания».

Текущий контроль. Дискуссия.

Тема 4.5 Машина пищеварения (2 часа)

Теоретические знания. Строение и работа пищеварительной системы.

Практическая деятельность. Опыты: «Пища во рту», «Пища в пищевode», «Жидкая пища».

Текущий контроль. Беседа

Раздел 5. Удивительные реакции на фабрике «Мой Организм» (6 часов)

Тема 5.1 Прodelки Вируса(4 часа)

Теоретические знания. Микробы и вирусы. Роль микробов и вирусов в природе. Полезные и вредные микробы для здоровья человека. Сказка «Зачем нужно делать прививки?».

Практическая деятельность. Опыт «Микробы под микроскопом». Экспериментальная деятельность «Микробы вокруг нас». Подвижная игра «Вирусы». Рисунки на тему «Я с микробами борюсь».

Текущий контроль. Творческая работа.

Тема 5.2. Аптечный пункт (2 часа)

Теоретические знания. Разнообразие видов растений в природе. Части растений. Понятие «Лекарственные растения» их польза. Профессия врач, учёный - следователь, биолог, фармацевт.

Практическая деятельность. Русская народная подвижная игра «За клюквой по болоту».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение.

Раздел 6.Формула жизни. Промежуточная аттестация. (18 часов)

Тема 6.1 Воздух и вода наши лучшие друзья (4 часа)

Теоретические знания. Воздух вокруг нас. Свойства воздуха, его роль в жизни человека. Ветер — движение воздуха. Роль ветра в природе и жизни человека. Источники загрязнения: автомобили, заводы, фабрики их влияние на «жизнь». Чистый воздух и наше здоровье. Вода в жизни наземных растений, животных, человека. Круговорот воды в природе. Польза воды для тела человека. Правила питьевого режима. Почему воду нужно беречь. Загрязнение водоемов и его влияние на жизнь животных, растений, человека.

Практическая деятельность. Опыты: «Пёрышко», «Буря в стакане». Подвижная игра «Воздушные гонки». Подвижная игра «Ручейки и озёра».

Текущий контроль. Практическая работа.

Тема 6.2. Витаминная радуга (4 часа)

Теоретические знания. Понятие «Витамины», польза витаминов, их значение для жизни, взаимосвязи здоровья и питания. Классификация продуктов питания по наличию в них наибольшего количества определённых витаминов. Солнце – большая звезда. Солнце — источник света и тепла. Влияния солнца на здоровье человека. Правила приёма солнечных ванн.

Практическая деятельность. Подвижные игры: «Путешествие в страну витаминов», «Солнышко и дождик». Пальчиковая игра с прищепками «Солнышко». Подвижная игра «Солнечные лучи».

Текущий контроль. Фронтальный опрос.

Тема 6.3. Капризы природы (2 часа)

Теоретические знания. Понятие «погода», «климат». Где на Земле какой климат. Метеозависимость. Значение погоды и климата в жизни человека.

Практическая деятельность. Дидактическая игра «Какая погода». Игра «Эстафета». Участие в акции «Берегите первоцветы».

Текущий контроль. Практическая работа.

Тема 6.4 Ключ к своему здоровью. (8 часов)

Теоретические знания. Понятие «Плоскостопие», причина заболевания и способы профилактики. Понятие «Сколиоз», причина заболевания и способы профилактики. Обсуждения стихотворения «Мальчик и дедушка».

Практическая деятельность. Комплекс упражнений для укрепления мышц стопы. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия с маленьким мячом (д=8-10 см) (в кругу). Самомассаж ступней. Ходьба по массажным дорожкам. Лазание по гимнастической стенке. Ходьба по канату правым и левым боком приставным шагом. Подвижная игра «Скоморохи». Оздоровительная игра «Точка, точка, запятая... ». Комплекс упражнений для формирования, профилактики и закрепления правильной осанки. Подвижные игры: «Послушный мяч», «Переправа с грузом на голове», «Летим на марс».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, практическая работа, тестирование.

Раздел 7. Ярмарка здоровья (7 часов)

Тема 7.1 Народные забавы (4 часа)

Теоретические знания. Культура и традиции русского народа. Значение игры в жизни человека.

Практическая деятельность. Подвижные игры: «Клубочек», «Карусель», «Золотые ворота», «Где работа - там еда». Хоровод «Змейка».

Текущий контроль. Педагогическое наблюдение, дискуссия, практическая работа.

Тема 7.2. Сила родной природы. Итоговое занятие (3 часа)

Теоретические знания. Беседа о природе России. «Берёза - символ России». Пословицы, поговорки, притчи, сказки об отношении природы и человека. Правила поведения в природе. Мусор, его влияние на окружающую среду.

Практическая деятельность. Русские народные подвижные игры: «Во поле берёза стояла», «1,2,3 к дереву беги», «1,2,3 к дереву беги», с платочками «Берёзка». Изготовления коллажа на тему «Береги природу!»

Текущий контроль. практическая работа.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Формы аттестации

Вид контроля	Время проведения	Цель проведения	Формы проведения
Промежуточная аттестация (входная диагностика)	Начало учебного года	Определение исходного уровня подготовки обучающихся	Тестирование.
Текущий контроль	В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности обучающихся к восприятию нового материала. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение.	Педагогическое наблюдение, индивидуальный и фронтальный опрос, практическая работа, творческая работа, дискуссия, беседа.
Промежуточная аттестация	В конце учебного года	Определение уровня развития обучающихся, их творческих способностей.	Тестирование.

Оценочные материалы

Тесты позволяют определить достижение обучающихся к планируемым результатам обучения по программе. Тесты разработаны педагогом самостоятельно и содержат вопросы по темам и разделам освоенного объема программы (приложение).

Оценка освоения программного материала

Степень усвоения программы оценивается по нескольким критериям:

❖ *теоретические знания* (система тестовых заданий, разработанных с учетом возрастных особенностей);

❖ *практические умения и навыки* (задания, позволяющие выявить уровень освоения программы, определение уровня умений и навыков, сформированных в период обучения по программе).

Форма оценки – баллы. Показатели усвоения образовательной программы:

8-10 баллов – высокий уровень обученности (80-100%);

5-7 баллов – средний уровень обученности (50-79%);

1-4 баллов – низкий уровень обученности (20-49%).

Высокий уровень – программный материал усвоен обучающимися полностью: точное знание терминологии, содержания разделов программы, практические навыки и умения сформированы.

Средний уровень – неполное владение теоретическими знаниями, терминами, практические навыки и умения сформированы не в полном объёме.

Низкий уровень – слабое усвоение теоретического и практического программного материала, низкая сформированность практических навыков и умений.

**Календарный учебный график
объединения «Здоровья»
ДООП «Алгоритм здоровья - 31»**

Уровень обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
Базовый	01.09.2023 г.	31.05.2024 г.	36	72	72	2 раза в неделю по 1 часу

Методические материалы

Формы учебных занятий: творческая мастерская, заочная экскурсия, виртуальное путешествие, практическое занятие, презентация, занятие-выставка, комбинированное занятие.

Методы обучения, используемые в процессе реализации программы:

- ❖ словесные методы (беседа, рассказ, анализ деятельности и творческого продукта и др.). Словесные методы обучения становятся ведущими на занятиях, где происходит «открытие» новых знаний, изучение нового материала;

- ❖ метод анализа деятельности и творческого продукта применяется при оценке и рефлексии процесса и результата;

- ❖ наглядные методы (показ иллюстраций, показ педагогом приемов исполнения, наблюдение, работа по образцу, просмотр презентаций и др.);

- ❖ практические методы (упражнения, творческие работы, проекты).

Средства и приемы: прием создание воображаемой ситуации, прием «живая кисточка», «волшебный карандаш», мультимедийные персонажи, привлечение игровых персонажей, прием вживания в образ, прием фантазирования, прием вхождения в картину; дидактические средства наглядности (рисунки, схемы, репродукции), реальные средства наглядности (объекты природы, посуда, транспорт, архитектура).

Педагогические образовательные технологии

В соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучения, на занятиях используются современные педагогические образовательные технологии: индивидуального обучения, группового обучения, проблемного обучения, коллективного взаимообучения,

дифференцированного обучения, игровой деятельности, технология объяснительно – иллюстративного обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология наставничества, здоровьесберегающие технологии.

Условия реализации программы

Материально - техническое обеспечение программы

<i>Перечень технических средств обучения</i>	Музыкальная колонка, микроскоп.
<i>Перечень материалов, необходимых для занятий</i>	Бумага для рисования, фломастеры, цветные карандаши, краски «гуашь».

Информационное обеспечение программы

<i>Адрес ресурса</i>	<i>Название ресурса</i>	<i>Аннотация</i>
Официальные ресурсы системы образования Российской Федерации		
https://edu.gov.ru/	Министерство просвещения Российской Федерации	Официальный ресурс Министерства просвещения Российской Федерации.
http://образование31.рф/	Министерство образования	Официальный сайт министерства образования Белгородской области
http://uobr.ru/	Управление образования Белгородского района	Официальный сайт Управления образования администрации Белгородского района
https://xn--31-kmc.xn--80aafey1amqq.xn--d1acj3b/	Навигатор дополнительного образования детей Белгородской области	Официальный сайт Автоматизированной информационной системы «Навигатор дополнительного образования Белгородской области»
http://www.xn---31-mddfb0apgnde8a1a1d6dp.xn--p1ai/index.php/svedeniya-ob-uchrezhdenii	ОГБУ «Белгородский региональный модельный центр дополнительного образования детей»	Областное государственное бюджетное учреждение «Белгородский региональный модельный центр дополнительного образования детей»
http://raz-muk.uobr.ru/	МАУ ДО «ЦДО «Успех»	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Успех» Белгородского района Белгородской области

Список литературы

1. Безруких, М.М. Две недели в лагере здоровья. / Под ред. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. Методическое пособие. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2013. - 165 с.
2. Безруких, М.М. Разговор о правильном питании./ Под ред. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева Методическое пособие. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2012. - 136 с.
3. Зайцев, Г. Твоё здоровье. / Г. Зайцев, А. Зайцев – СПб., 2008. - 38-45 с.
4. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 классы. – М.: ВАКО, 2004. - 234 с.
5. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток: Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр. – М.: ВАКО, 2007 г. - 38-120 с.
6. Обухова, Л.А. Школа докторов природы. /Под ред. Л.А.Обухова, Н.А. Лемяскина М.: ВАКО, 2011. - 23 с.
7. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1 4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с.
8. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии. М.: ВАКО, 2003. - с.57.
9. Шатохина, Л.Ф. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса./ Под ред. Л.Ф. Шатохиной – М.: Полимед, – 2005. - 45-98 с.
10. Якиманская, И.С. Личностно - ориентированное обучение. – М.: 2010. – 120 с.

Нормативно-правовые акты, интернет – ресурсы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ /Электронный ресурс/https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»/ Электронный ресурс/ <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-п)/ Электронный ресурс/ <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>
4. Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-п)/ Электронный ресурс/ <http://government.ru/docs/all/140314/>

5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжения Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р

6. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» /Электронный ресурс /https://sh-biryukovskaya-r38.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/315/SP_2.4.3648_20.pdf

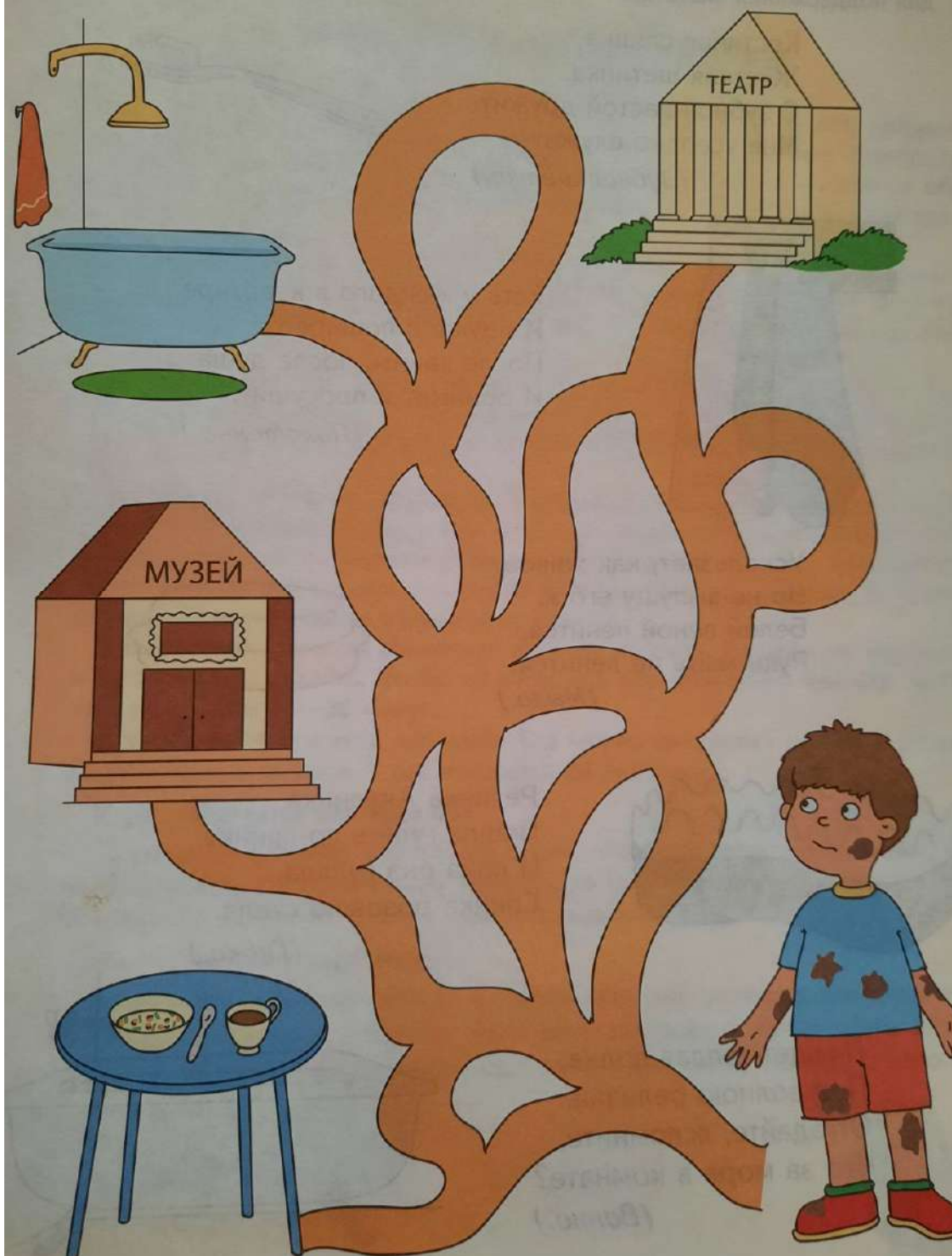
7. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» согласно приложению/Электронный ресурс /
<https://fsvps.gov.ru/sites/default/files/npa-files/2021/01/28/sanpin1.2.3685-21.pdf>

№1

Входная диагностика

Приложение 1

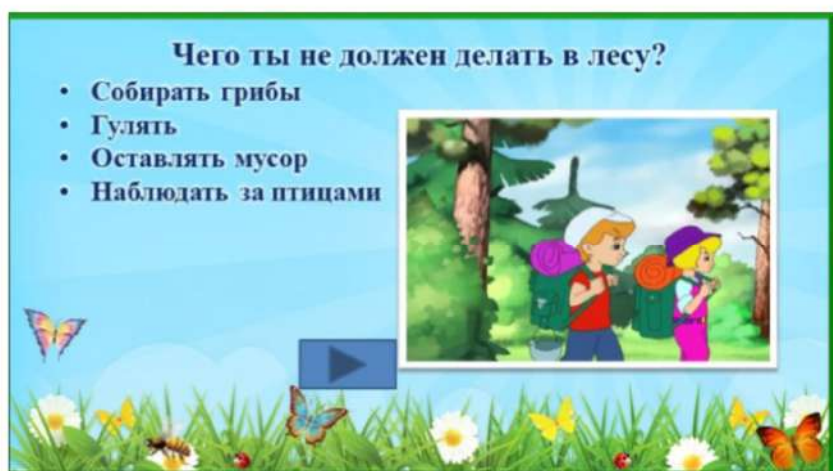
- Помоги мальчику правильно пройти лабиринт. Покажи стрелочками, куда нужно пойти мальчику?



- Рассмотрите рисунки. В каких случаях нужно мыть руки? Почему это нужно делать?



№3



№4



№5



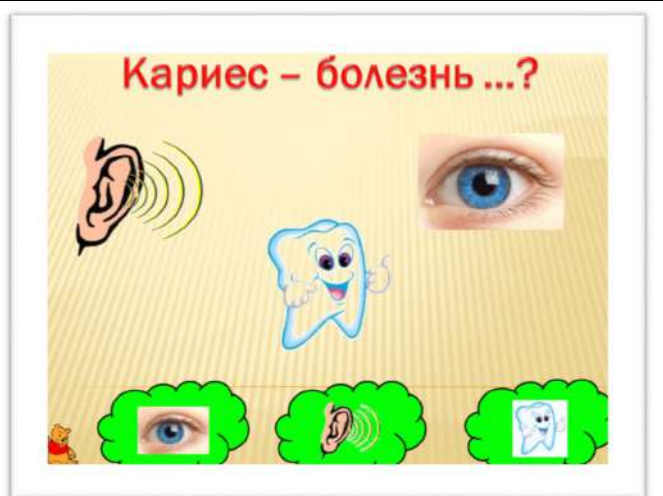
№6



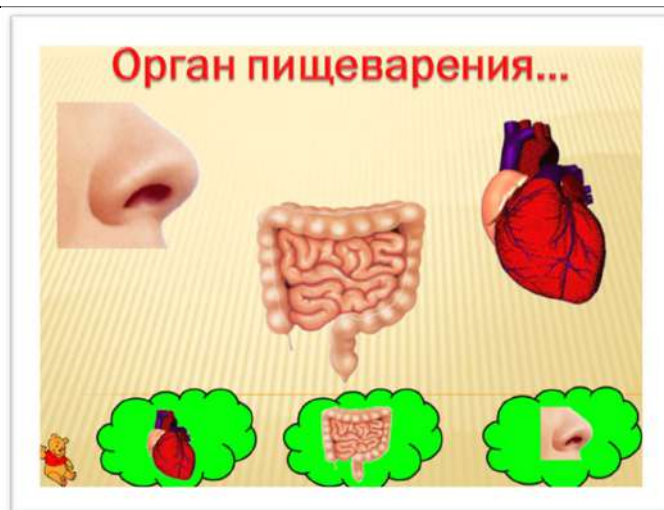
№7



Промежуточная аттестация на конец года

№1	
№2	
№3	

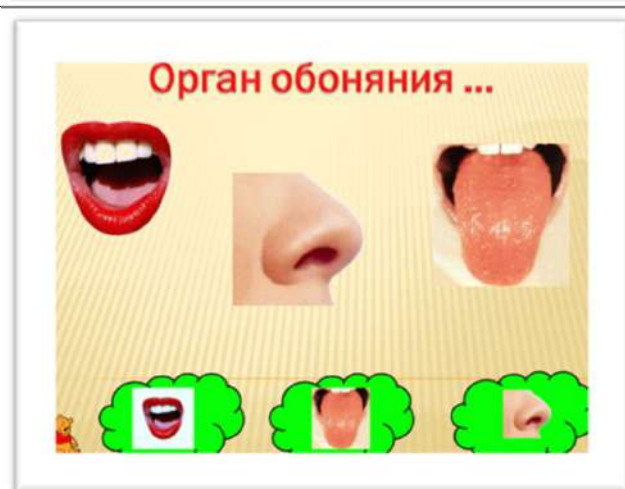
№4



№5



№6



№7

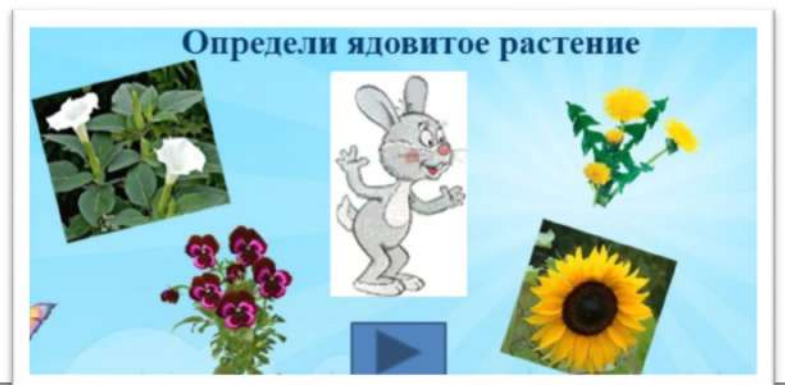


№8

Назови, какие части скелета относятся к руке, а какие - к ноге.



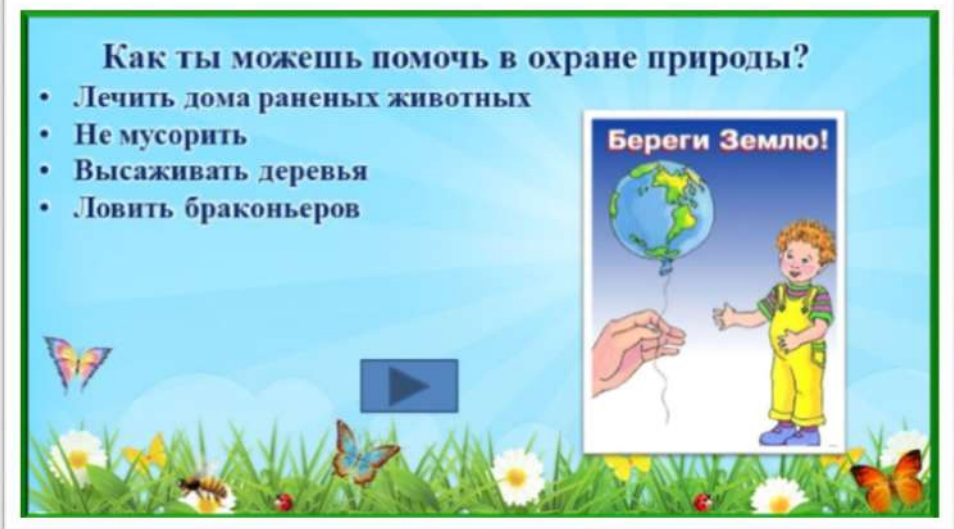
№9



№10



№11



**Календарно-тематический план
на 2024 – 2025 учебный год
Объединение «Здоровьята»**

№ п/п	Календарные сроки	№ Раздела	Тема учебного занятия	Количество часов
Раздел 1. В путь за секретам здоровья!(4 часа)				
1.1. Давай-ка познакомимся! Входная диагностика (2 часа)				
1.			Вводное занятие.	1
2.			Человек часть природы.	1
1.2. Здоровье природы - здоровье человека (2 часа)				
3.			Здоровый человек. Сказка «Как заботиться о своём здоровье».	1
4.			Природа — источник красоты, вдохновения, здоровья, отдыха.	1
Раздел 2. Путешествие по сказочной стране «Здоровье» (20часов)				
2.1. В гостях у волшебницы Гигиены и её друзей (4 часа)				
5.			Особый дар природы вода.	1
6.			Правила использования воды человеком.	1
7.			Вода в нашем доме. Правила личной гигиены.	1
8.			Опыт «Очищение воды».	1
2.2. Знакомство с Зубной Феей (4 часа)				
9.			Зубы и их функция.	1
10.			Влияние окружающей среды на состояние зубов и дёсен. Дар природы кальций и фосфор.	1
11.			Правила ухода за зубами. Игра «Здоровые зубы».	1
12.			Квест «Путешествие в город Стоматология».	1
2.3. Поварёнок против вредных советов (4 часа)				
13.			Почва верхний слой земли. Растения пища человека.	1
14.			Необходимость охраны почвы.	1
15.			Продукты питания в жизни человека. Правила здорового питания.	1
16.			Русские народные подвижные игры «Пирожки в лесу», «Колоски».	1
2.4. Мой друг Режим (4 часа)				
17.			Цикличность природных явлений, причины смены дня и ночи, части суток, времени года.	1
18.			Значение режима дня в жизни человека.	1

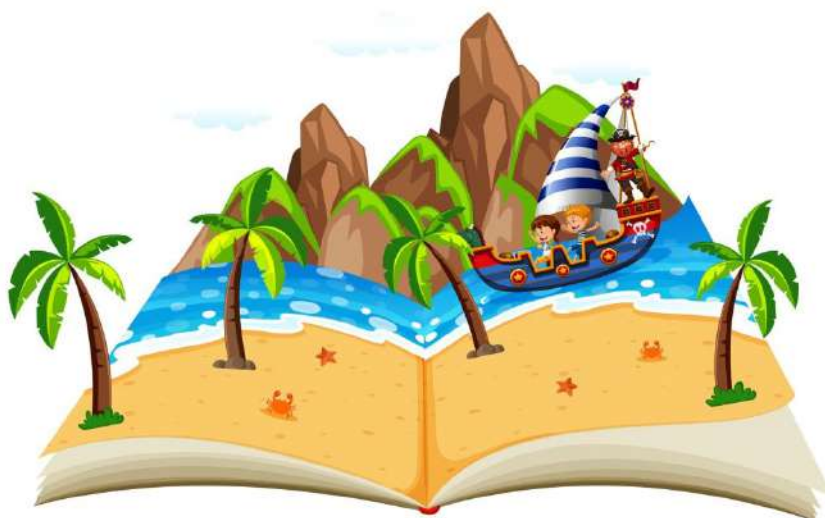
			Русская народная подвижная игра «Сова».	
19.			Правила соблюдения режимных моментов для сохранения и укрепления здоровья.	1
20.			Опыт «Почему день сменяется ночью?».	1
2.5. Спасения мальчика Мити из Царства вредных привычек (4 часа)				
21.			Что такое привычка? Влияние полезных и вредных привычек на здоровье природы и человека.	1
22.			Полезная привычка - беречь природу!	1
23.			Практические эксперименты: «Свалка и дождь», «Как нефть влияет на природу. Нефтяная речка», «Птицы и нефть».	1
24.			Правила бережного отношения к Родной природе. Рисунки на тему «Хорошие привычки - ключ к здоровью природы и человечества».	1
Раздел 3. Фабрика «Мой Организм» (5 часов)				
3.1. Из чего состоит наша фабрика «Мой Организм»? Какие клеточки живут на фабрике.(3 часа)				
25.			Строение человеческого организма. Дидактическая игра «Познакомимся с собой».	1
26.			Дидактические игры: «Собери человека», «Моё тело».	1
27.			Клетки тела. Дидактическая игра «Клетка и микроскоп».	1
3.2 На чём стоит фабрика? Скелет и мышцы(2 часа)				
28.			Скелет человека.	1
29.			Мышцы.	1
Раздел 4. Механизм работы фабрики «Мой Организм» (12 часов)				
4.1. Головной мозг - супер компьютер фабрики. Работа нервной системы (2 часа)				
30.			Головной мозг. Нервная система.	1
31.			Подвижная игра «Умная машина мозг человека».	1
4.2. Надёжные помощники органы - чувств (3 часа)				
32.			Орган чувств - глаза.	1
33.			Орган слуха. Способность человека обоняние.	1
34.			Кожа -самый большой орган.	1
4.3 Сердце и кровообращение. Великие труженики и волшебные реки (3 часа)				
35.			Сердце, его работа и расположение. Строение и работа кровеносных сосудов.	1
36.			Опыты: «Размер сердца», «Положения сердца», «Мышцы сердца» , «Как сердце стучит?», «Считаем пульс, «Смотрим на пульс».	1

37.			Подвижная игра «Работа сердца». ОРУ с «сердечками». Круговая тренировка «Путешествие из порта «Сердце» по рекам «Артерия» и «Вена».	1
4.4 Как дышит фабрика? (2 часа)				
38.			Строение органов дыхания, их значения для жизни человека.	1
39.			Опыт «Как происходит процесс дыхания».	1
4.5 Машина пищеварения (2 часа)				
40.			Строение и работа пищеварительной системы.	1
41.			Опыты: «Пища во рту», «Пища в пищеводе», «Жидкая пища».	1
Раздел 5. Удивительные реакции на фабрике «Мой Организм» (6 часов)				
5.1 Прodelки Вируса(4 часа)				
42.			Микробы и вирусы. Роль микробов и вирусов в природе.	1
43.			Опыт «Микробы под микроскопом». Экспериментальная деятельность «Микробы вокруг нас».	1
44.			Подвижная игра «Вирусы». Рисунки на тему «Я с микробами борюсь».	1
45.			Сказка «Зачем нужно делать прививки?».	1
Тема 5.2. Аптечный пункт (2 часа)				
46.			Виды растений. Понятие «Лекарственные растения».	1
47.			Профессия врач, учёный - следователь, биолог, фармацевт.	1
Раздел 6. Формула жизни. Промежуточная аттестация. (18 часов)				
6.1. Воздух и вода наши лучшие друзья (4 часа)				
48.			Свойства воздуха, его роль в жизни человека.	1
49.			Чистый воздух и наше здоровье.	1
50.			Вода - драгоценный дар природы.	1
51.			Опыты: «Пёрышко», «Буря в стакане». Подвижная игра «Воздушные гонки». Подвижная игра «Ручейки и озёра».	1
6.2. Витаминная радуга (4 часа)				
52.			Понятие «Витамины», польза витаминов, их значение для жизни.	1
53.			Солнце — источник света и тепла.	1
54.			Подвижные игры: «Путешествие в страну витаминов», «Солнышко и дождик».	1
55.			Пальчиковая игра с прищепками «Солнышко». Подвижная игра «Солнечные лучи».	1
6.3. Капризы природы (2 часа)				
56.			Понятие «погода», «климат». Где на Земле какой климат. Метеозависимость.	1

57.			Дидактическая игра «Какая погода». Игра «Эстафета».	1
6.4 Ключ к своему здоровью. (8 часов)				
58.			Понятие «Плоскостопие». Комплекс упражнений для укрепления мышц стопы.	1
59.			Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия с маленьким мячом (д=8-10 см) (в кругу).	1
60.			Самомассаж ступней. Ходьба по массажным дорожкам.	1
61.			Подвижная игра «Скоморохи». Оздоровительная игра «Точка, точка, запятая... ».	1
62.			Понятие «Сколиоз», причина заболевания и способы профилактики. Подвижная игра «Послушный мяч».	1
63.			Комплекс упражнений для формирования, профилактики и закрепления правильной осанки.	1
64.			Обсуждения стихотворения «Мальчик и дедушка». Комплекс упражнений для закрепления правильной осанки.	1
65.			Подвижные игры: «Переправа с грузом на голове», «Летим на марс».	1
Раздел 7. Ярмарка здоровья (7 часов)				
7.1 Народные забавы(4 часа)				
66.			Культура и традиции русского народа.	1
67.			Значение игры в жизни человека.	1
68.			Подвижные игры: «Клубочек», «Карусель», «Золотые ворота».	1
69.			«Где работа - там еда». Хоровод «Змейка».	1
7.2. Сила родной природы. Итоговое занятие (4 часа)				
70.			Беседа о природе России.	1
71.			Правила поведения в природе. Мусор, его влияние на окружающую среду. Изготовления коллажа на тему «Береги природу! »	
72.			Русские народные подвижные игры: «Во поле берёза стояла», «1,2,3 к дереву беги», с платочками «Берёзка».	
Итого				72

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Успех»
Белгородского района Белгородской области»

Квест - игра
«Приключения на острове Здоровья»
(для обучающихся 5 - 6 лет)



Автор: Макшанова Екатерина Андреевна, методист ,
педагог дополнительного образования,
МАУ ДО «ЦДО «Успех», п. Дубовое, ул. Ягодная, 3а.

Белгородский район,
2023 г.

АННОТАЦИЯ

Квест - игра «Приключения на острове Здоровья» ориентированная на детей старшего дошкольного возраста. У обучающихся объединения «Здоровята» формируются навыки здорового образа жизни.

ПЛАН КВЕСТ-ИГРЫ «ПРИКЛЮЧЕНИЯ НА ОСТРОВЕ ЗДОРОВЬЯ»

- I. Вводная часть - приветствие и мотивация дошкольников на участие в квесте (10 минут).
- II. Весёлая зарядка (5 минут).
- III. Дидактическая игра «Отгадайка» (10 минут).
- IV. Дидактическая игра «Средства личной гигиены» (10 минут).
- V. Практическая игра «Переправа» (10 минут).
- VI. Логическая игра «Полезно или вредно» (10 минут).
- VII. Практическое задание «Доставка спортивного инвентаря» (10 минут).
- VIII. Заключительная часть (5 минут).

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность. Все родители хотят, чтобы дети были здоровыми и счастливыми, активными и жизнерадостными. Следовательно, для этого необходимо приобщить детей к простым правилам здорового образа жизни в раннем детстве.

Новое поколение детей растет в период технического прорыва. Мобильные телефоны, планшеты, ноутбуки, игровые приставки - все эти новые технические разработки привлекают к себе детей. Вследствие длительного времяпровождения без движения сковано двигательная активность детей, идет стрессовое воздействие на психику растущего организма, что приводит к нарушению соблюдения режима дня и правила питания. Все эти перечисленные факторы губительно влияют на подрастающее поколение. В период роста ребенка физическая активность является потребностью детского организма. Ребенок на протяжении целого дня может заниматься активной деятельностью и при этом не ощущать утомляемости — это нормальное состояние у растущего организма.

Динамика роста заболеваний дошкольников, вызванная малоподвижным образом жизни, значительно прогрессирует за последние несколько лет. Перед дошкольными организациями стали задачи сохранения и укрепления здоровья детей.

В период дошкольного возраста физическое воспитание наиболее тесно связано с общим воспитанием детей. От состояния здоровья и положительных эмоций зависит умственное, психическое, речевое и физическое развитие.

Следовательно, особую значимость имеет правильно организованный процесс развития ребенка с раннего возраста.

Под здоровым образом жизни мы понимаем рациональный подход к жизни того, кто хочет быть здоровым и улучшить состояние здоровья.

Новизна предполагает деятельность для детей старшего дошкольного возраста направленную на овладение навыками здорового образа жизни, укрепления и сохранения здоровья дошкольников в увлекательной и игровой форме.

Цель занятия - формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.

Поставленные цели занятия определяет решение ряд **задач**:

I. Образовательные:

- Приобщить обучающихся к правилам здорового образа жизни;
- Конкретизировать знания дошкольников о влиянии на здоровье двигательной активности, питания, свежего воздуха;
- Обучить дошкольников основным правилам гигиены по уходу за своим телом;
- Обосновать, как влияет душевное состояние человека на его здоровье;
- Пополнить словарный запас:
 - чистый, аккуратный и опрятный;
 - эмаль, зубная нить, стоматолог;
 - зарядка, спорт, физкультминутка;
 - белки, жиры, углеводы;
 - жажда, жидкость, запасы;
 - радость, добро, помощь.

II. Воспитательные:

- Стимулировать ответственное и бережное отношение к своему здоровью;
- Мотивировать детей к изучению тела человека;
- Оказывать содействие на развитие самоконтроля.

III. Развивающие:

- Развивать физические качества - силу, выносливость, координацию, гибкость;
- Развивать логическое мышление, речь детей, словарный запас.

Отличительной особенностью этой квест - игры является то, что участникам необходимо оперативно приспособиться к нестандартной обстановке, находить решения в непредсказуемых ситуациях. Процесс квест - игры организовывается в специально оснащённом дополнительным оборудованием помещении, участникам необходимо из него выбраться, справившись с поставленными задачами.

В квест - игре сочетается различный род деятельности: сюжетно-ролевая игра, познавательно - исследовательская, речевое развитие, развитие компетентности в области физической культуры. Данная игра содержит комплекс задач, к каждой из которых даётся определённая инструкция.

Квест - игру могут применять в своей работе педагоги дополнительного образования, воспитатели детских групп старшего дошкольного возраста, а также учителя физической культуры.

Основные ожидаемые результаты:

- Обучающиеся овладевают нормами и правилами здорового образа жизни;
- Осознают, значение жизни и здоровья;
- Узнают свои возможности и верят в собственные силы, имеют представление о себе;
- Овладевают основами гигиенических правил;
- Учатся работать в команде и нести ответственность за свои поступки;
- Обучающиеся овладевают техникой упражнений и игр по профилактике плоскостопия, нарушений осанки.

**СЦЕНАРИЙ КВЕСТ – ИГРЫ
«ПРИКЛЮЧЕНИЯ НА ОСТРОВЕ ФИНАНСОВ»**

Место проведения занятия: МДОУ «Детский сад №1 п. Октябрьский».

Участники игры: методист, педагог дополнительного образования МАУ ДО «ЦДО «Успех» Макшанова Е.А., методист, педагог дополнительного образования «ЦДО «Успех» Кизилова М.В., обучающиеся объединения «Здоровята».

Количество участников: 2 ведущих, 14 игроков.

Материалы и оборудование: 14 стульчиков, «копилка-шкатулка», 6 жетонов, магнитная доска, 14 картинок с изображением товаров средств личной гигиены, 14 магнитов, компас, 9 стрелочек, 5 игрушечных грузовиков, гимнастическая скамейка, канат, 3 дуги, 5 кубиков, туннель, 28 муляжей товаров, 14 шоколадных монет.

Предварительная работа:

1. Показ средств личной гигиены;
2. Беседа на тему: «Здоровая пища»;
3. Просмотр видео роликов «Как прожить долго?»;
4. Показ и объяснения видов спорта.

Ход квеста

Ведущий 1: Здравствуйте, ребята. Я очень рада видеть вас. У меня в руках магическая копилка-шкатулка внутри которой лежит клад. Чтобы она открылась нужно собрать и пополнить копилку-шкатулку шестью магическими жетонами. Магические жетоны вы сможете отыскать на острове Здоровья с помощью компаса. Вы готовы отправиться на встречу к приключениям на остров Здоровья, и отыскать магические жетоны? *(Ответ детей)*

Вы сильная и дружная команда, я желаю вам успехов, в вашем необычном путешествии. Будьте внимательными и смелыми. Тогда вы сможете справиться со всеми препятствиями на острове Здоровья.

На острове передвигайтесь строго по стрелочкам, которые укажет вам компас. Стрелки укажут вам путь на разные части острова, где вы должны выполнять задания.

Ребята, давайте все возьмемся за руки, поднимем руки вверх, закроем глаза и дружно скажем хором: «Влево - вправо наклонись, на острове Здоровья очутись!»

Ведущий 2: Здравствуйте, дорогие друзья! Я островитянин, то - есть житель этого острова. Очень рад видеть вас у нас в гостях! Итак, приступим к первому испытанию. Выполните весёлую зарядку .

Подготовимся к выполнению упражнений: обычная ходьба по кругу друг за другом, ходьба на носках, ходьба на пятках, бег в рассыпную.

"Чтоб здоровыми, красивыми

И сильными нам быть

Нужно с зарядкой нам всем дружить

Ну-ка взяли все по палке

Быстро встали на зарядку".

"Палку вверх ты подними,

А потом вниз опусти".

1) И. п. основная стойка, гимнастическая палка внизу.

1. Гимнастическая палка перед грудью.

2. Ноги на носках, гимнастическая палка вверх.

3. Гимнастическая палка перед грудью.

4. И. п. основная стойка, гимнастическая палка внизу. (Повторить 6 раз.)

" На качелях прокачу - вверх - вниз, вверх-вниз,

Я качелей не боюсь вверх - вниз, вверх-вниз.

С ветерком мы полетели - так качаются качели".

2) И. п. основная стойка, гимнастическая палка перед грудью.

1. Поворот налево на 90°

2. И. п. основная стойка, гимнастическая палка перед грудью.

3. Поворот направо на 90°

4. И. п. основная стойка. (Повторить 6 раз.)

" Потянулись, потянулись,

Палкой мы ног коснулись."

3) И.п. широкая стойка, гимнастическая палка перед грудью.

1. Наклон к правой ноге

2. Наклон вперед

3. Наклон к левой ноге

4. И.п. широкая стойка, гимнастическая палка перед грудью. (Повторить 6 раз.)

"Через палку попрыгай,

Палку лишь не двигай."

4) И.п. основная стойка руки на пояс, гимнастическая палка на полу с правого бока.

1. Прыжок вправо, через палку.

2. Прыжок влево, через палку

3-4. Тоже (Повторить 6 раз.)

Молодцы, вы получаете свой первый волшебный жетон. Отправляйтесь на встречу к следующему испытанию!!!

Ведущий 1: Ребята, как вы думаете, что **такое здоровье?** (*ответы детей*). - **Здоровье – это бесценный дар**, который получает человек при рождении. - Давайте опишем здорового человека. Выберите определение, которым можно описать здорового человека.

- Толстый, сутулый, бледный.

- Неуклюжий, слепой, крепкий.

- Стройный, сильный, ловкий.

Как вы считаете, чтобы быть здоровым, что нужно делать? (*ответы детей*). Итак, чтобы быть здоровым, нужно придерживаться правилам личной гигиены, соблюдать режим дня, правильно питаться и заниматься спортом.

Ребята вам нужно отгадать все загадки, чтобы получить следующий жетон!

По утрам и вечерам

Чистит - чистит зубы нам,

А днём отдыхаем,

В стаканчике скучает

(*Зубная щетка*)

Что за дождь без облаков

Целый день идти готов

Только кран я повернул

На меня ливень хлынул.

(*Душ*)

Прилетит в кроватку

Сладкой шоколадкой

И подарит сказку -

Радужной окраски!

(*Сон*)

Молодцы ребята!!! Держите свой жетон! Отправляйтесь на встречу к испытанию.

Ведущий 2: Ребята, подойдите и выберите картинки, изображающие вещи личной гигиены и прикрепите их к магнитной доске и объясните своё решение.

Держите свой жетон! Следуйте стрелочкам, которые проложил вам компас, и вы попадете на место следующего испытания.

Ведущий 1: Перед вами стоит непростое испытание. Чтобы заработать следующий жетон, необходимо переправиться на другую часть острова. Для этого надо пройти полосу испытаний.

Вы должны проползти по гимнастической скамейке, пройти по канату приставным шагом, пролезть под тремя дугами, перепрыгнуть через кубики, пройти через туннель.

Вы успешно преодолели полосу препятствия, держите своё вознаграждение. Вас ждёт следующее испытание.

Ведущий 2: Если это полезно, то хлопните в ладоши, если это вредно, то не хлопайте. Начинаем:

кушать кашу по утрам;
лук зеленый и чеснок;
мыться в луже каждый день;
съесть пакет большой конфет;
фрукты кушать каждый день;
пить компот, кефир и молоко;
целый день играть в телефон;
гулять под дождём;
летом ходить босиком;
говорить много добрых слов.

Правильно, держите свой жетон и отправляйтесь на следующее испытание!

Ведущий 1: Друзья, вас просят жители острова помочь им. Островитяне построили спортивную площадку на берегу острова. На площадку нужно доставить спортивный инвентарь из склада товаров. На складе лежит: одежда, продукты, игрушки, книги, мебель, спортивный инвентарь.

Перед вами стоят пять грузовиков. В них грузим только спортивный инвентарь и перевозим на спортивную площадку. Скорей приступайте!

Отлично справились с работой. Островитяне приносят вам в вознаграждение волшебный жетон.

Ведущий 2: Молодцы, ребята, вы все отлично справились со всеми испытаниями. Я уверена, что вы будете вести активный образ жизни, заниматься физкультурой и спортом, правильно питаться, соблюдать правила гигиены, будете во всём оптимистами. Тогда вы проживёте долгую и счастливую жизнь

Наше приключение подошло к концу. Вам пора возвращаться в детский сад! Ребята давайте все возьмемся за руки, поднимем руки вверх, закроем глаза, и дружно скажем хором: "Влево - вправо наклонись, в детском саду очутись!!!"

Ведущий 1: С возвращением, мои дорогие друзья. На каком острове вы побывали? (*Ответ детей*). С какими испытаниями и заданиями вы столкнулись на острове? (*Ответ детей*). Расскажите сегодня обязательно всем дома про своё необычное путешествие. До скорых встреч, юные путешественники!!!

Приложение 5

Реализация практики, отражена в информационно коммуникационной сети.

Мастер - класс «Новогодний букет вместо ёлочки».	https://vk.com/wall-89582602_5566
Квест - игра «Приключения на острове Здоровья».	https://vk.com/wall-89582602_6428
Весёлые старты.	https://vk.com/wall-89582602_6987
Здоровые ножки бегут по дорожке.	https://vk.com/wall-89582602_6672
Командные игры.	https://vk.com/wall-89582602_6540
Видеопоздравление «С днём защитника Отечества».	https://vk.com/video-89582602_456239538?list=b692d48f0084faf3ac,

Приложение 6

Результативность участия в конкурсах

№	Название	Результат
Достижения обучающихся		
Муниципальный уровень		
1.	«Зимняя фантазия»	2 место
2.	«Цветы как признание...»	3 место
3.	«Волонтёры могут всё»	2 место
4.	«Питомцы в моём городе»	3 место
5.	«Всероссийский конкурс экологических рисунков»	2 место
Достижения педагога дополнительного образования		
1.	«БиоТОП ПРОФИ»	2 место
2.	«Зимняя фантазия»	2 место
https://cloud.mail.ru/home/Достижения%20обучающихся%20за%202022-2024		

Приложение 7

Публикации материалов в сборниках

№	Название материала	Издательство	Страница	Ссылка на сборник
1.	Сценарий игровой программы «Честь и слава тебе, неизвестный солдат!».	ООО «ОЦ «Инициатива»	212	https://cloud.mail.ru/home/Сценарий%20игровой%20программы%20«Честь%20и%20слава%20тебе%20С%20неизвестный%20солдат!»

2.	Внедрение соцзаказа в дополнительное образование и его преимущества.	ЦНС «Интерактив плюс»	71	https://cloud.mail.ru/home/Сценарий%20игровой%20программы%20«Честь%20и%20слава%20тебе%20С%20неизвестный%20солдат!»/Внедрение%20соцзаказа%20в%20дополнительное%20образование%20и%20его%20преимущества.
3.	Актуальность проблемы оздоровительной гимнастики у дошкольников.	ЦНС «Интерактив плюс»	121	https://cloud.mail.ru/home/Актуальность%20проблемы%20оздоровительной%20гимнастики%20у%20дошкольников.
4.	План-конспект занятия по оздоровительной гимнастике.	ООО «ОЦ «Инициатива»	215	https://cloud.mail.ru/home/Актуальность%20проблемы%20оздоровительной%20гимнастики%20у%20дошкольников./План-конспект%20занятия%20по%20оздоровительной%20гимнастике.
5.	Проектирование выставок и экспозиций в сфере дополнительного образования естественнонаучной направленности.	ЦНС «Интерактив плюс»	9	https://cloud.mail.ru/home/Актуальность%20проблемы%20оздоровительной%20гимнастики%20у%20дошкольников./План-конспект%20занятия%20по%20оздоровительной%20гимнастике./Проектирование%20выставок%20и%20экспозиций%20в%20сфере%20дополнительного%20образования%20естественнонаучной%20направленности.