

Комитет по образованию Администрации муниципального образования
«Смоленский район» Смоленской области

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Русь» Смоленского района Смоленской области

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» 08 2023 г.

Протокол № 1

Утверждаю
и.о. заведующего МБДОУ д/с «Русь»
Э. Н. Королева



Приказ от «28» 08 2023 г. № 62

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
естественнонаучной направленности

«Мир человека. Я и мое тело».

Возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Валеева Марианна Алексеевна,
воспитатель

2023- 2024 учебный год

д.Кошино

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Н.К. Крупская писала: «Первое, что должен знать педагог – это строение и жизнь человеческого тела, его развитие. Без этого нельзя быть хорошим воспитателем, правильно растить ребенка». Знание особенностей организма человека в целом, необходимо для правильной организации всего жизненного процесса, начиная с детства. Строение человека - это сложная система, требующая особого подхода для изучения детьми-дошколятами.

Очень важно, чтобы с малых лет, на основе полученных знаний, у ребенка формировалось саногенное (здоровое) мышление, то есть способность управлять своим умственным миром, совершенствовать нравственное сознание, выстраивать поведение так, чтобы не быть предрасположенным к нездоровому образу жизни, а получать удовлетворение от своего здоровья и физических способностей, относиться к этому осознанно.

Направленность программы – естественнонаучная. Приоритетным направлением в образовании является формирование физического и психического здоровья детей при одновременно развитых их умственных способностях, при этом очень важно, когда требования педагога незаметно «превращаются» и преобразовываются в желания самого ребенка.

Программа направлена на организацию дополнительных занятий с воспитанниками средней группы дошкольного учреждения и ориентирована на познавательное развитие ребенка, формирование способов интеллектуальной деятельности, развитие любознательности, формирование личности дошкольника, формирование здорового образа жизни, умение понимать целостную картину мира и использовать усвоенную информацию для решения жизненно важных проблем, соответствующих возрасту дошкольников.

Программа направлена на формирование интереса детей к познавательной деятельности, получении представлений об организме человека, взаимодействии его основных систем. Она поможет ребенку, используя саногенное мышление, лучше узнать себя и свой организм, научит бережно относиться к себе и своему здоровью, использовать возможности своего организма.

Актуальность программы. Осознанное отношение к себе, своему организму и телу, отношение к собственному здоровью к его состояниям и возможностям - это жизненная необходимость.

Результаты научных исследований свидетельствуют о том, что уже в дошкольном возрасте для правильной организации всего будущего жизненного процесса человека необходимы знания о функционировании организма и о его особенностях. Современная педагогика рассматривают формирование знаний о человеке, как необходимую основу для воспитания и образования дошкольников.

В настоящее время общество стремится к тому, чтобы все дети, начиная с раннего возраста, росли гармонично развитыми, крепкими и здоровыми. Такой ребенок быстрее адаптируется в социуме и адекватно воспринимает действительность. Согласно Указу Президента России от 07.05.2018г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на

период до 2024 года» в дошкольном образовании эта задача является приоритетной. Основанием для разработки послужили следующие документы: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273; Приказ Министерства образования науки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 N 1155; «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28.

Современная программа в дошкольных учреждениях, несомненно, оказывает большое влияние на всестороннее развитие детей. Но зачастую рамки программы не позволяют использовать все разнообразие форм организации деятельности ребенка, а так же использовать на занятиях нетрадиционные подходы и методы.

Отличительные особенности программы. Особенностью данной программы является ее построение на принципе теории саногенного оздоравливающего мышления, системы обучающих и развивающих занятий, направленных на ознакомление детей со своим организмом и формирование понимания необходимости беречь свое здоровье.

Новизна программы определяется в разработке тем и построении занятий на применении принципа теории саногенного оздоравливающего мышления, системы обучающих и развивающих занятий, направленных на ознакомление детей со своим организмом и формирование понимания необходимости беречь свое здоровье. Теория саногенного мышления находит применение в различных областях науки, где используется культивирование позитивного мышления и позитивных целей, например, в адаптации студентов и младших школьников, в работе с осужденными и в обучении саморегуляции.

Программа занятий уникальна по своему воздействию на формирование позитивного мышления дошкольников. Методика саногенного мышления позволяет обеспечить высокую степень усвоения новых умственных привычек, вытесняющих патогенное мышление. Это путь к житейской мудрости, здоровью души и тела. Главная цель занятий – дать социальные ориентиры, чтобы они могли определить роль в обществе и адекватную манеру поведения, сформировать саногенное мышление, при котором дети осознанно могли бы заботиться о себе и своем здоровье.

Адресат программы. Пол – мальчики и девочки. Программа составлена для детей 6- 7 лет с определенной степенью сформировавшихся интересов, мотивации, базы знаний к данной познавательной области без определенной физической и практической подготовки по направлению программы.

Объем программы: 36 учебных часов.

Форма организации образовательного процесса: очная. Основная форма занятий – групповая. Для успешной реализации программы формируют группу не более 12 человек.

Виды занятий: определяются содержанием программы и предусматривают беседы, практические занятия, опытно-экспериментальная и опытная деятельность, проектная деятельность, деловые и ролевые игры, тренинги, виртуальные экскурсии, выполнение самостоятельной работы, выставки и другие виды учебных занятий и учебных работ.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 9 месяцев обучения дошкольников с 1 сентября 2023 г. по 31 мая 2023г.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 30 минут. Всего 30 минут в неделю. Дополнительная образовательная услуга проводится за рамками основной образовательной деятельности детей согласно утвержденному расписанию занятий: вторник – 15 часов 30 минут

Цель и задачи программы.

Цель Программы заключается в содействии гармоничному развитию ребенка, его адаптации в социуме, в формировании привычки здорового образа жизни, в рациональном использовании возможности своего организма.

Задачи:

- сформировать представление детей о строении тела человека и функционировании систем организма;
- расширить знания детей о пользе физического труда, о правильном и полезном питании, культурно-гигиенических навыках, режиме дня и закаливании;
- развивать интерес к самонаблюдению и экспериментированию;
- развивать умения видеть причины нарушения здоровья и использовать методы и средства для решения проблем;
- учить в сложных жизненных и экстремальных ситуациях обращаться за помощью к взрослым;
- воспитывать любовь и бережное отношение к своему телу, потребность в ведении осознанного здорового образа жизни.

Принципы Программы

1. Научности - соответствует современному подходу к пропаганде здорового образа жизни.

2. Реалестичности и доступности - содержание и объем представлений о строении человеческого организма адаптированных восприятию детьми 6-7 лет и соответствует их возможностям усвоения знаний и умений.

3. Бережного и ценностного отношения к жизни и здоровью - при помощи выработанного саногенного мышления дети осознают ценность жизни и выстраивают свои правила поведения в зависимости от сложившейся ситуации.

4.Занимательности и деловитости - материал преподносится и излагается в занимательной игровой форме, содержит весь спектр информации, полезной для практической деятельности.

Планируемые результаты.

К концу года дети должны:

Иметь представление о строении тела человека и функционировании систем организма;

Знать и применять на практике различные формы физической активности (такие как физический труд, зарядка, подвижные и спортивные игры, физкультминутки); знать и использовать правильное и полезное питание(употреблять витамины, качественную и сбалансированную пищу в правильных объемах, не объедаясь); использовать культурно-гигиенические навыки(следить за чистотой тела и одежды), соблюдать режим дня(вовремя ложиться спать, принимать пищу и др.); закаляться (под наблюдением взрослых).

Уметь наблюдать за собой и экспериментировать.

Уметь видеть причины нарушения здоровья и использовать методы и средства для решения проблем, т.е. уметь устанавливать связь между совершаемыми действиями и состоянием организма, при помощи саногенного(здорового) мышления, приходить к положительному действию, чтобы исправить ошибку и выработать привычку-«шаблон» для дальнейшего использования в жизни. (Например, «я промочил ноги в луже»- «у меня начался насморк»-«я должен вырасти здоровым и сильным»-«я не буду мочить ноги и ходить по лужам, чтобы быть сильным и здоровым и сильным»).

Уметь обращаться за помощью к взрослым в экстренных ситуациях (травмы, заболевания).

Любить и бережно относиться к своему телу, поддерживать осознанный здоровый образ жизни.

Условия реализации программы.Для изучения программы требуется помещение, оснащенное системой электропитания, оборудование (мини-лаборатория), предметы и оборудование для экспериментальной деятельности), информационные ресурсы (аудио-, видео-, фото, интернет источники), дидактические материалы (познавательные тексты, стихотворения, загадки, игры, игровые упражнения, методические и иные ресурсы).

Формы контроля.

Мониторинг.

Позволит выявить знания детей о строении тела человека, о функционировании основных систем организма; об основных детских болезнях и причинах их возникновения; о культурно-гигиенических навыках; о значении основополагающих режимных моментов.

Открытое занятие.Позволит выявить умение устанавливать связь между совершаемыми действиями и состоянием организма, при помощи саногенного(здорового) мышления, приходить к положительному действию, чтобы

исправить ошибку, и выработать привычку-«шаблон» для дальнейшего использования в жизни.

Творческая работа позволит выявить сформированность осознанного отношения к своему телу и организму.

Оценочные материалы.

Методика «Что я знаю о своем организме» (автор С.Е.Шукшина) Позволяет выявить уровень знаний о человеческом организме у детей старшего дошкольного возраста.

Методика «Неоконченные предложения», «Картина моего здоровья» (с использованием рисования) (автор В.А.Деркунская). Позволяет изучить особенности ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью и здоровью человека, здоровому образу жизни.

Методика «Здоровье и болезнь» (авторы О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов). Рисуночная методика направлена на выявление у детей старшего дошкольного возраста степени сформированности представлений о здоровье и болезни, характера их эмоционального отношения к проблемам здоровья. Позволяет определить степень сформированности представлений о здоровье и характер эмоционального отношения к проблемам здоровья.

2.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Ознакомительный: 1.Кукольный театр «Давайте познакомимся!» 2.Анализ игровых и тестовых заданий, наблюдение	2	1	1	ответы на вопросы, мониторинг, изодетальность, экспериментирование, практические упражнения, творческая работа, беседа, игровой тренинг, ответы на тематические вопросы, составление правил, составление правил, беседа по картинкам, дидактическая игра, конкурс загадок, ответы на вопросы, игровые упражнения, игра, экспериментирование, коллективная творческая работа, изготовление плакатов, опытная деятельность, ответы на вопросы, тематические вопрос, составление алгоритма «профилактики детских заболеваний», выставка, творческая работа, диагностические упражнения и задания
2	Части тела: 1.«Познай себя: тело человека, части тела». 2.«Голова и шея». 3.«Руки. Пальцы рук. Что умеют руки». 4.«Ноги».	4	1	3	
3	Органы чувств: 1.«Познай себя: органы чувств». 2.«Глаз. Цвет и форма глаз». 3.«Как беречь глаза». 4.«Слух человека. Устройство уха». 5.«Как беречь уши». 6.«Нос Размер и форма носа». 7.«Как беречь нос». 8.«Рот. Зубы». 9.«Как беречь зубы». 10.«Язык и губы». 11.«Как ухаживать за полостью рта». 12.«Кожа». 13.«Кожа и здоровье человека».	13	1	12	
4	Внутренние органы: 1. «Познай себя: внутренние органы». 2. «Скелет». 3. «Мышцы. Мышечная система». 4. «Сердце и кровеносная система». 5. «Легкие и дыхательная система». 6. «Желудок и система пищеварения».	8	1	7	

	7. «Витамины. Полезная и вредная пища». 8. «Мозг и нервная система человека».				
5	Я и мое тело: 1. «Клетка тела человека». 2. «Кто и как на свет появляется ». 3. «Возраст тела человека». 4. «Клуб Неболеек». 5. «Помоги себе сам! Берегись бед, пока их нет!». 6. «Я и мое тело».	6	1	5	
6.	Оценочный: 1-2. «Я и мое тело». 3. «Проверь себя!»	3	1	2	
	Итого:	36	6	30	-

Содержание учебного плана.

Раздел 1. Ознакомительный.

Теория: понятие о строении человека (руки, ноги, голова, нос, уши, глаза), понятие «ЗОЖ».

Практика: игровые и тестовые задания, направленные на знание строения тела, наблюдение за своим телом.

Раздел 2. Части тела.

Теория: строение тела человека и возможности организма: строение и функции головы, рук и ног, понятие «ЗОЖ».

Практика: отгадывание загадок, игровые спортивные упражнения, подвижные и пальчиковые игры, составление правил ухода за телом, ответы на вопросы, творческая работа (рисование).

Раздел 3. Органы чувств.

Теория: понятия об органах чувств человека (глаза, нос, уши, язык) и их функциональном назначении; правила ухода за органами чувств.

Практика: обсуждение стихотворений, практические упражнения, словесные игры, отгадывание загадок, дидактические игры, экспериментирование, игровые тренинги, рассматривание и обсуждение иллюстраций.

Раздел 4. Внутренние органы.

Теория: понятие о внутренних органах человека (сердце и кровеносная система, легкие и дыхательная система, желудок и система пищеварения, мозг и нервная система); витамины (А, Б, С); белки, жиры и углеводы.

Практика: сюжетно-ролевые игры, рассматривание энциклопедий, дидактические и развивающие игры, составление правил, моделирование ситуаций, экспериментирование.

Раздел 5. Я и мое тело.

Теория: понятие о клетке, возрастные изменения тела и организма человека, представление о зарождении и появлении человека на свет, заболевания человека и меры сохранения и укрепления здоровья человека.

Практика: практические упражнения, игровые тренинги, обсуждение стихов, моделирование ситуаций, экспериментирование.

Раздел 5 Оценочный.

Теория: повторение основных понятий и представлений о строении тела человека и его функционировании

Практика: игровые и тестовые задания, направленные на оценку знаний строения тела и функций организма человека.

3.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	07	четверг 15.30- 16.00	представление	1	Кукольный спектакль «Давайте познакомимся!»	музыкальный зал	ответы на вопросы
2		14	четверг 15.30-16.00	мониторинг	1	Анализ игровых и тестовых заданий, наблюдение	групповая комната	мониторинг
3		21	четверг 15.30-16.00	беседа	1	«Познай себя: тело человека, части тела»	групповая комната	изодеятельность
4		28	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Голова и шея»	групповая комната	экспериментирование
5	октябрь	05	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Руки. Пальцы рук. Что умеют руки»	групповая комната	практические упражнения
6		12	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Ноги»	групповая комната	творческая работа
7		19	четверг 15.30-16.00	презентация	1	«Познай себя: органы чувств»	методический кабинет	беседа
8		26	четверг 15.30-16.00	творческая мастерская	1	«Глаз. Цвет и форма глаз»	групповая комната	изодеятельность
9	ноябрь	02	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Как беречь глаза»»	групповая комната	игровой тренинг
10		09	четверг 15.30-16.00	беседа	1	«Слух человека. Устройство уха»»	групповая комната	ответы на тематические вопросы
11		16	четверг 15.30-16.00	экспериментирование	1	«Как беречь уши»	групповая комната	составление правил
12		23	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Нос. Размер и форма носа»	групповая комната	практические упражнения

13		30	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Как беречь нос»	групповая комната	составление правил
14	декабрь	07	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Рот. Зубы»	групповая комната	беседа по картинкам
15		14	четверг 15.30-16.00	экспериментиров ание	1	«Как беречь зубы»	групповая комната	составление правил
16		21	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Язык и губы»	групповая комната	дидактическая игра
17		28	четверг 15.30-16.00	просмотр видеоматериалов	1	«Как ухаживать за полостью рта»	групповая комната	составление правил
18	январь	11	четверг 15.30-16.00	просмотр видеоматериалов	1	«Кожа»	музыкальный зал	конкурс загадок
19		18	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Кожа и здоровье человека»	групповая комната	составление правил
20		25	четверг 15.30-16.00	виртуальная экскурсия	1	«Познай себя: внутренние органы»	групповая комната	ответы на вопросы
21	февраль	01	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Скелет»	групповая комната	составление правил
22		8	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Мышцы. Мышечная система»	групповая комната	игровые упражнения
23		15	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Сердце и кровеносная система»	групповая комната	игра
24		22	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Легкие и дыхательная система»	групповая комната	экспериментирова ние
25		29	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Желудок и система пищеварения»	групповая комната	коллективная творческая работа
26	март	7	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Витамины. Полезная и вредная пища»	групповая комната	изготовление плаката
27		14	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Мозг и нервная система человека»	групповая комната	опытная деятельность
28		21	четверг 15.30-16.00	лабораторное занятие	1	«Клетка тела человека»	групповая комната	ответы на вопросы
29		28	четверг	просмотр	1	«Кто и как на свет появляется »	групповая	творческая работа

			15.30-16.00	видеоматериалов			комната	
30	апрель	04	четверг 15.20-16.00	практическое занятие	1	«Возраст тела человека»	групповая комната	тематические вопросы
31		11	четверг 15.30-16.00	заседание	1	«Клуб Неболек»	групповая комната	составление алгоритма «профилактики детских заболеваний»
32		18	четверг 15.30-16.00	практическое занятие	1	«Помоги себе сам! Берегись бед, пока их нет!»	групповая комната	выставка
33		25	четверг 15.30-16.00	выставка творческих работ	1	«Я и мое тело»	музыкальный зал	творческая работа
34	май	16	четверг 15.30-16.00	мониторинг	1	«Я и мое тело»	групповая комната	диагностические упражнения и задания
35		23	четверг 15.30-16.00	мониторинг	1	«Я и мое тело»	групповая комната	диагностические упражнения и задания
36		30	четверг 15.30-16.00	Игра- путешествие	1	«Проверь себя!»	групповая комната	выполнение заданий

4.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методические материалы:мини - лаборатория «Фиксики», предметы и оборудование для экспериментальной деятельности, презентации, обучающие мультипликационные фильмы и видеоролики, дидактические материалы (познавательные тексты, стихотворения, загадки, игры, игровые упражнения), наборы обучающих картинок, тематический словарь в картинках, энциклопедии, инструкционные карты-алгоритмы.

Краткое описание общей методики работы.

Методы обучения: игровой, исследовательский, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, наглядный, практический, словесный.

Формы организации образовательного процесса:индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Формы организации учебного занятия:беседа,выставка, галерея, игра, конкурс загадок, лабораторное занятие, наблюдение, открытое занятие, практическое занятие, кукольное представление, презентация, игра-путешествие, беседа с элементами игры, сюжетно-ролевая игра, художественная деятельность, ситуативная игра, открытое занятие, эксперимент, виртуальная экскурсия.

Педагогические технологии:технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Список использованной литературы:

1. Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения» -М., «Мозаика-синтез» 2014. 39 с.
- 2.Дереклеева М.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья». - М., ВАКО. 2007. – 152с. (Мастерская учителя).
3. Иванова Т.В. «Система работы по формированию здорового образа жизни». Волгоград. «Корифей».2019. 96с.
4. Еременко Н.И. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ». Волгоград. «Корифей».2019. 96с.
5. Козлова С.А., Шукшина С.Е. «Тематический словарь в картинках. Мир человека: я и мое тело». –М., «Школьная книга, 2017. 32 с.
6. Орлов Ю.М. СаноГенное (оздоравливающее) Мышление (СГМ) и патогенное мышление. Серия: Управление Поведением. — Москва, 1997-2020.
7. Рождественская В.И., Павлова А.И. «Подвижные игры». – М., «Просвещение». 1967. 63 с.
8. «Я и мое тело – Части тела. Органы чувств. Внутренние органы». –М., «Школьная книга», 2020.-32 с. Составитель Дурова И.В.

