Тематический план

1 этап – младшая группа

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание рабочей программы | Объем учебной нагрузки по программе( количество занятий в год) |
| 1. Я – человек
	1. « Вот я какой»
	2. « Научись себя охранять»
	3. « Кто я такой?»
	4. « Почему так?»
	5. « Наши имена и фамилии»
 | 1\*15 мин1\*15 мин1\*15 мин 1\*15 мин 1\*15 мин |
| 1. Я и движение
	1. « Помоги Мишке стать здоровым»
	2. « Спорт – это здоровье»
 |  1\*15 мин 1\*15 мин |
| 1. Я осваиваю гигиену и этикет
	1. « Верные друзья»
	2. « Какие бывают привычки»
	3. « Этикет – школа изящных манер»
 |  1\*15 мин 1\*15 мин 1\*15 мин |
| 1. Я и опасные предметы
	1. « Опасность подстерегает»
	2. « Кошкин дом»
	3. « В мире опасных предметов»
 | 1\*15 мин1\*15 мин 1\*15 мин |
| 1. Я и улица
	1. « Улица и я»
	2. « Транспорт»
	3. « Моя улица»
 | 1\*15 мин 1\*15 мин 1\*15 мин  |
|  Всего занятий в год | 16\*15 минут ( 240 минут) |

Тематический план

2 этап – средняя группа

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание рабочей программы | Объем учебной нагрузки по программе( количество занятий в год) |
| 1. Я – человек
	1. « Кто я такой?»
	2. « Мой портрет»
	3. « Пять помощников»
 | 1\*20 мин 1\*20 мин 1\*20 мин |
| 1. Я осваиваю гигиену и этикет
	1. « Верные друзья»
	2. « Здоровые зубы»
 | 1\*20 мин 1\*20 мин |
| 1. Я учусь охранять свою жизнь и здоровье
	1. « Волшебная дорожка»
	2. « Улица. Дорога. Пешеход»
	3. « Опасный петушок»
	4. « Если дома ты один»
 | 1\*20 мин1\*20 мин1\*20 мин 1\*20 мин |
| 1. Навыки здоровья
	1. « Питание и здоровье»
	2. « Закаливание»
	3. « Если ты заболел»
 | 1\*20 мин 1\*20 мин 1\*20 мин |
| 1. Отношение ребенка к себе, к своему здоровью
	1. « Что нужно делать, чтобы быть здоровым»
	2. « Физкультура и здоровье»
	3. « Здоровье и болезнь»
	4. «Прогулка для здоровья»
 | 1\*20 мин 1\*20 мин 1\*20 мин |
|  Всего занятий в год | 16\*20 минут ( 320 минут) |

Тематический план

3 этап – старшая группа

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание рабочей программы | Объем учебной нагрузки по программе( количество занятий в год) |
| 1. Я – человек

 1.1« Как я появился на свет» 1.2 « Кто я?» | 1\*25 мин 1\*25 мин |
| 1. Я осваиваю гигиену и этикет

 2.1 « как нужно ухаживать за собой» 2.2 « Здоровые зубы» | 1\*25 мин 1\*25 мин |
| 1. Я учусь охранять свою жизнь и здоровье

 3.1« Будь осторожен» 3.2« Если случилась беда» 3.3« Дары леса» 3.4 «Я – пешеход» | 1\*25 мин1\*25 мин1\*25 мин 1\*25 мин |
| 1. Навыки здоровья

 4.1« Полезная и вредная еда» 4.2 « Овощи и фрукты – полезные продукты» | 1\*25 мин 1\*25 мин |
| 1. Отношение ребенка к себе, к своему здоровью

 5.1« Если хочешь быть здоров» 5.2 « Закаливание» | 1\*25 мин 1\*25 мин |
| 1. Я учусь правильно организовывать свою жизнь

6.1 « Что нужно делать, чтобы быть здоровым» 6.2 « Очень нужен людям сон» | 1\*25 мин  1\*25 мин |
|  Всего занятий в год | 16\*25 минут ( 400 минут) |

Тематический план

4 этап – подготовительная группа

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание рабочей программы | Объем учебной нагрузки по программе( количество занятий в год) |
| 1.Я – человек1.1« Как устроен я?»1.2 « Кто я такой» | 1\*30 мин 1\*30 мин |
| 2.Я осваиваю гигиену и этикет 2.1 « Что такое личная гигиена» 2.2 « Чтобы кожа была здоровой» 2.3 « Как беречь зубы» | 1\*30 мин 1\*30 мин 1\*30 мин |
| 3.Я учусь охранять свою жизнь и здоровье 3.1« Дорожные знаки» 3.2« Если ты потерялся на улице» 3.3« Съедобные и несъедобные  грибы» | 1\*30 мин1\*30 мин1\*30 мин |
| 4.Навыки здоровья 4.1« Витамины, полезные продукты и  здоровый организм» 4.2 « Красивая осанка» 4.3 « Тренинг эмоций» | 1\*30 мин 1\*30 мин 1\*30 мин |
| 5.Отношение ребенка к себе, к своему здоровью 5.1« Спорт – залог здоровья» 5.2 « Почему я слышу» 5.3 « Почему я вижу» | 1\*30 мин 1\*30 мин 1\*30 мин |
| 6.Я учусь правильно организовывать свою жизнь6.1 « Режим дня»6.2 « Настроение» | 1\*30 мин 1\*30 мин |
|  Всего занятий в год | 16\*30 минут ( 480 минут) |