

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЗАВОДОУКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ»
(МАУ ДО «ЦРД и М»)**

ул. Комарова, д. 42/1, г. Заводоуковск, Тюменская область, 627142,
тел. (345 42) 2-78-73, e-mail: zgo-crdim@obl72.ru



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
естественнонаучной направленности «Любознайки»
Возраст обучающихся: 7–11 лет
Нормативный срок освоения программы: 1 год
Объём часов по программе: 34 часа

Автор-составитель:
Тумакова Любовь Викторовна,
педагог дополнительного образования

Принята на заседании педагогического совета
Протокол № 4 от 04.05.2026год

г. Заводоуковск, 2026 год

Паспорт программы

№	Пункт	Содержание
1	Полное название	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа естественнонаучной направленности «Любознайки».
2	Направленность	Естественнонаучная
3	Тип программы	Комплексная (анатомия, физиология человека, экология, краеведение)
4	Вид деятельности	Исследовательская деятельность
5	Автор-составитель	Тумакова Любовь Викторовна, педагог дополнительного образования
6	Цель	Формирование у обучающихся начальных представлений о строении организма человека, основах здорового образа жизни и природном разнообразии Тюменского края.
7	Задачи	Обучающие: -сформировать систему начальных знаний о строении и функциях организма человека, основах гигиены и здорового питания; -познакомить с лекарственными растениями и животными Тюменской области. Развивающие: -развить логическое мышление через решение ситуационных задач; - сформировать умение работать с простыми информационными моделями (схемами, таблицами, диаграммами). Воспитательные: -воспитывать ответственное отношение к своему здоровью, бережное отношение к природе родного края; -сформировать коммуникативные навыки при

		работе в парах и малых группах.
8	Форма обучения	Очная
9	Краткое общее содержание	Программа знакомит обучающихся с органами и системами человека, правилами гигиены, лекарственными растениями и животными Тюменского края.
10	Возрастная категория	7–11 лет
11	Категория состояния здоровья	Дети с основной группой здоровья.
12	Период реализации	1 год.
13	Продолжительность в часах	34 часа.
14	Сведения о квалификации педагога	Без категории.
15	Количество детей в группе	от 10 человек
16	Место реализации	МАОУ Новолыбаевская СОШ, филиал МАОУ «СОШ №1» (с. Новолыбаево, ул. Мира 1А)

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы — естественнонаучная. Программа интегрирует знания по анатомии, физиологии человека, экологии и краеведению Тюменской области.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- 1.Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2.Указ Президента России от 07 мая 2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года.
3. Указ Президента РФ от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
- 4.Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации».
- 5.Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- 6.Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- 7.Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023г. №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- 8.Устав МАУ ДО «ЦРД и М».

9. Положение о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МАУ ДО «ЦРД и М».

Актуальность программы

Современный ребёнок живёт в мире, где естественнонаучная грамотность становится базовым навыком, необходимым для понимания себя и окружающей природы. Школьная программа не всегда успевает дать достаточную практическую базу для формирования целостного представления о строении человеческого тела и природном разнообразии родного края.

Программа «Любознайки» решает эту проблему через единую сюжетно-игровую линию «Путешествие в Страну Здоровья», практические опыты с доступными материалами, знакомство с лекарственными растениями и животными Тюменской области, что повышает общую естественнонаучную грамотность и познавательную мотивацию обучающихся.

Отличительные особенности программы

- Обучение построено как сквозная сюжетная игра-путешествие, где каждый раздел — это новый «город» в Стране Здоровья (Город Скелетов, Город Поваров, Город Насосов и т.д.), что обеспечивает цельность восприятия и высокую мотивацию.
- Наблюдения ведутся с помощью луп, муляжей, гербариев, видеоопытов и самонаблюдений с фиксацией результатов в «Дневнике исследователя».
- Интеграция блока «Человек» (анатомия и гигиена) и регионального блока «Природа Тюменского края».

Педагогическая целесообразность

Занятия построены с учётом возрастных особенностей детей 7–11 лет: частая смена деятельности, игровые формы, наглядность, возможность «проверить на себе» (измерить пульс, рассмотреть кожу через лупу). Игровая сюжетная основа снижает когнитивную нагрузку при освоении сложной анатомической терминологии и формирует устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и познанию природы.

Объём и срок освоения программы

Объём программы:

34 часа.

Срок реализации программы: 1 год.

Адресат программы

Программа адресована детям в возрасте от 7 до 11 лет. В группы принимаются все желающие без предварительного отбора, не имеющие медицинских противопоказаний. Допускаются дети с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития, нарушениями речи, незначительными нарушениями опорно-двигательного аппарата) при отсутствии медицинских противопоказаний и с учётом индивидуальных возможностей.

Условия формирования групп и количество детей

Группы разновозрастные (допускается разница в возрасте не более 2 лет). Набор и формирование групп осуществляется без вступительных испытаний. Наполняемость групп: от 10 обучающихся. Допускается добор детей в течение учебного года при наличии свободных мест.

Язык реализации программы — русский.

Форма обучения — очная. При необходимости (карантин, активированные дни) используются видеоуроки, схемы и шаблоны, размещённые в группе «Любознайки» (ВКонтакте).

Форма реализации программы: очная с использованием дистанционных технологий.

Режим занятий

- Общее количество часов в неделю — 1 час.
- Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.
- Продолжительность одного академического часа — 40 минут (очная форма), 30 минут (с применением ДОТ).

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование у обучающихся начальных представлений о строении организма человека, основах здорового образа жизни и природном разнообразии Тюменского края через игровую познавательно-исследовательскую деятельность.

Задачи:

Обучающие:

-сформировать систему начальных знаний о строении и функциях организма человека, основах гигиены и здорового питания;

-познакомить с лекарственными растениями и животными Тюменской области.

Развивающие:

- развить логическое мышление через решение ситуационных задач;
- сформировать умение работать с простыми информационными моделями (схемами, таблицами, диаграммами).

Воспитательные:

- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью, бережное отношение к природе родного края;
- сформировать коммуникативные навыки при работе в парах и малых группах.

Планируемые результаты

Предметные:

- Учащийся без ошибок называет не менее 5 систем органов человека, показывает соответствующие органы на плакате.
- Знает и может объяснить не менее 3 правил личной гигиены, самостоятельно измеряет пульс на запястье.
- Называет 3–4 лекарственных растения Тюменской области и описывает их основную пользу для здоровья человека.
- Успешно выполняет практические задания на соотнесение «орган — функция», работу с таблицами и схемами.

Метапредметные:

- Заполняет страницу «Дневника исследователя»: фиксирует значения пульса до и после физической нагрузки, делает простейший устный вывод (увеличился/не изменился).

- Составляет режим учебного дня с опорой на предложенный набор карточек и обосновывает его.
- Участвует в ролевой игре «Вызов скорой помощи»: может описать предполагаемую травму и назвать одно действие первой помощи.

Личностные:

- Демонстрирует соблюдение правил личной гигиены на занятиях и, по результатам педагогического наблюдения и краткого самоотчёта, в повседневной жизни.
- Проявляет познавательный интерес к лекарственным растениям, может по собственной инициативе рассказать о них в семье.
- Положительно относится к совместной деятельности, умеет договариваться в паре или группе.



1.3. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Вводное занятие. Карта Страны Здоровья	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2	Город Скелетов и Мышц: опора и движение	4	1	3	Тестирование
3	Город Поваров: путешествие бутерброда	4	1	3	Тестирование
4	Город Насосов: почему сердце стучит	4	1	3	Педагогическое наблюдение
5	Город Ветров: как мы дышим	4	1	3	Опрос
6	Город Командиров: мозг и органы чувств	4	1	3	Опрос
7	Лесная аптека: лекарственные растения Тюменской области	4	1	3	Опрос
8	Лесные соседи: животные Тюменского края (включая земноводных и пресмыкающихся)	4	1	3	Опрос
9	Город Чистоты и Безопасности. Итоговый квест	4	1	3	Опрос
Итог		34	9	25	

1.4. Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие. Карта Страны Здоровья (2 ч)

Тема 1.1. Кто я и как я устроен. Знакомство с картой путешествия

Теория: Части тела (голова, туловище, конечности), общее расположение внутренних органов (сердце — слева, лёгкие — в грудной клетке, желудок — в животе). Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Вручение «Дневников исследователя». Легенда о Стране Здоровья и демонстрация карты с городами.

Практика: Работа с плакатом «Строение человека», наклеивание стикеров с названиями частей тела на контур человека. Игра «Покажи на себе».

Контроль: Рисунок «Моё тело» (подписать 5 частей) и устный блиц-опрос «Что я знаю о себе?».

Раздел 2. Город Скелетов и Мышц (4 ч)

Тема 2.1. Скелет — наша опора

Теория: Зачем нужен скелет. Основные кости (череп, позвоночник, грудная клетка, кости рук и ног). Понятие правильной осанки. Сколиоз и сутулость, как правильно сидеть за партой и выбирать ранец.

Практика: Измерение роста, проба на гибкость (наклон вперёд стоя на скамейке), игра «Собери скелет» (магнитный плакат или пазлы).

Тема 2.2. Мышцы — сила и движение

Теория: Как работают мышцы (сгибание-разгибание руки). Мышцы помогают держать осанку.

Практика: Комплекс упражнений для укрепления мышц спины, игровое упражнение «Солдатики и куклы» (напряжение и расслабление мышц).

Контроль: Мини-тест «Верные и неверные утверждения об осанке» (3–4 вопроса). (Приложение 5)

Раздел 3. Город Поваров: путешествие бутерброда (4 ч)

Тема 3.1. Как мы едим

Теория: Зубы, язык, пищевод, желудок, кишечник. Карта «Путь бутерброда» (схема).

Практика: Игра-моделирование «Что происходит с печеньем?» (измельчение в ступке — «зубы», добавление воды — «слюна»). Выкладывание цепочки «Путь пищи» из карточек.

Тема 3.2. Здоровое питание

Практика: Составление суточного рациона из набора карточек с продуктами. Обсуждение в парах «Полезные и вредные продукты».

Контроль: Задание «Соотнеси орган пищеварения и его функцию» (3 пары).

Раздел 4. Город Насосов: почему сердце стучит (4 ч)

Тема 4.1. Мотор внутри нас

Теория: Сердце — неутомимая мышца-насос. Зачем нужна кровь. Где и как прощупать пульс.

Практика: Работа с «Дневником исследователя»: измерение пульса в покое, запись в таблицу. Изготовление модели «Сердце-насос» (шприц без иглы и трубочка с подкрашенной водой).

Тема 4.2. Что умеет наша кровь

Практика: Демонстрационный опыт: капля красителя в воде — «как кровь разносит кислород». Измерение пульса после 10 приседаний, запись в «Дневник», устный вывод.

Контроль: Проверка заполнения таблицы в «Дневнике исследователя» (аккуратность, правильность, вывод).

Раздел 5. Город Ветров: как мы дышим (4 ч)

Тема 5.1. Путешествие воздуха

Теория: Нос, трахея, бронхи, лёгкие. Почему важно дышать носом.

Практика: Изготовление модели лёгких из пластиковой бутылки, двух шаров и трубочки. Измерение частоты дыхания в покое.

Тема 5.2. Гигиена дыхания

Практика: Выпуск мини-памятки «Как беречь лёгкие» (рисунки и 2–3 правила). Решение ситуационной задачи: «Что делать, если друг кашляет?».

Контроль: Карточка «Выбери только органы дыхания из списка» (нос, сердце, лёгкие, трахея, желудок).

Раздел 6. Город Командиров: мозг и органы чувств (4 ч)

Тема 6.1. Мозг — главный командир

Теория: Головной мозг, нервы — «провода». Понятие рефлекса на примере отдёргивания руки от горячего.

Практика: Игра «Командир отдаёт приказ» (один ученик — «мозг», отдаёт команды «органам»).

Тема 6.2. Разведчики организма: органы чувств

Практика: Работа по станциям: «Угадай по запаху» (апельсин, чеснок), «Что звучит?» (колокольчик, бумага, вода), «Волшебный мешочек» (на ощупь), гимнастика для глаз.

Контроль: Задание «Соотнеси орган чувств и информацию, которую он даёт» (3 пары).

Раздел 7. Лесная аптека: лекарственные растения Тюменской области (4 ч)

Тема 7.1. Зелёная аптека

Теория: Шиповник, брусника, зверобой, ромашка, подорожник: как выглядят, где растут, какая часть используется, от чего помогает.

Практика: Рассматривание гербария.

Тема 7.2. Собираем свой фиточай

Практика: Практическая работа «Мой фиточай»: составление смеси из сушёных компонентов (шиповник, брусника, ромашка, зверобой — в микродозе) в бумажном пакетике с этикеткой (название и от чего помогает).

Контроль: Мини-тест «Что поможет при простуде?» (выбрать нужное растение). Презентация своего пакетика чая.

Раздел 8. Лесные соседи: животные Тюменского края (4 ч)

Тема 8.1. Звери и птицы нашего леса

Теория: Лось, белка, заяц, лиса, бобр; дятел, синица, снегирь. Как приспособливаются к зиме.

Практика: Игра «Чей след?» (карточки со следами и животными), лото «Кто где живёт» (дупло, нора, хатка, гнездо).

Тема 8.2. Охрана природы

Практика: Чтение и обсуждение рассказов о животных из Красной книги Тюменской области. Создание коллективного плаката «Правила лесных жителей».

Контроль: Задание «Определи животное по трём признакам» (описание, карточка).

Раздел 9. Город Чистоты и Безопасности. Итоговый квест (4 ч)

Тема 9.1. Правила здоровья

Теория: Режим дня, гигиена зубов и рук.

Практика: Ролевая игра «Вызов скорой помощи»: отработка действий первой помощи при трёх типовых травмах (ушиб — холод, порез — промыть + пластырь, ожог — охладить водой 10–15 минут).

Тема 9.2. Итоговый квест «Секреты Страны Здоровья»

Практика: Командное прохождение 5 станций: органы (показать на плакате), первая помощь, лесная аптека (узнать растение), лесные соседи (узнать животное), режим дня (собрать расписание).

Контроль: Практический норматив (измерить пульс на запястье и показать не менее 3 органов на плакате) + рефлексия «Мои открытия».

1.5 Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год

Название объединения	Срок учебного года (продолжительность обучения)	Количество занятий в неделю, продолж. одного занятия (мин.)	Наименование дисциплины(разделы)	Всего ак. ч. в год	Кол-во ак. часов в неделю
«Любознайки»	С 01.09.2026 по 30.05.2027 (34 учебных недели)	1 занятие в неделю по 1 академическому часу.	Вводное занятие. Карта Страны Здоровья	2	1
			Город Скелетов и Мышц: опора и движение	4	
			Город Поваров: путешествие бутерброда	4	
			Город Насосов: почему сердце стучит	4	
			Город Ветров: как мы дышим	4	
			Город Командиров: мозг и органы чувств	4	
			Лесная аптека: лекарственные растения Тюменской области	4	
			Лесные соседи: животные Тюменского края (включая земноводных и пресмыкающихся)	4	
			Город Чистоты и Безопасности. Итоговый квест	4	
			Всего:	34	

Раздел 2. «Комплекс организационно – педагогических условий»

Аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса, которая позволяет всем участникам оценить результативность их совместной деятельности, уровень развития способностей и личностных качеств ребенка, в соответствии с прогнозируемым результатом.

Процесс обучения и освоения общеобразовательной программы предусматривает следующие виды контроля:

1. **Вводный** – это контроль, который проводится перед началом работы и предназначен для определения уровня первоначальных знаний, умений и навыков. Периодичность данного вида контроля определяет педагог, как правило, он производится на старте освоения программы.

Форма контроля – входное тестирование (приложение 1), наблюдение.

2. **Текущий контроль** – контроль в течение всего учебного года педагогом осуществляется оценка усвоения изучаемого материала.

Форма контроля - практическое задание (приложение 2).

3. **Промежуточный контроль** – это контроль, целью которого является определение уровня достижения планируемых предметных и личностных результатов в процессе освоения образовательной программы.

Форма контроля – опрос (приложение 3), наблюдение, практическое задание (приложение 4).

4. **Итоговая аттестация** – это оценка овладения обучающимися уровня достижений, заявленных в программе, по завершению учебного года.

Форма контроля – оценка 2 раза в год «Дневника исследователя», (приложение 5), практическое задание.

2.1. Формы аттестации

Вид контроля	Сроки проведения	Цель	Формы
Входной	Сентябрь (1–2 занятие)	Определение начального уровня знаний, умений	Рисунок «Моё тело», устный опрос
Текущий	В течение учебного года	Оценка качества освоения материала по темам	Карточки-задания, мини-тесты, наблюдение, проверка «Дневника»
Промежуточный	Декабрь	Оценка усвоения разделов 1–5	Игра-путешествие «По следам органов»
Итоговый	Май	Оценка освоения всей программы	Итоговый квест + практический норматив

Оценочные материалы (пример)

Пример задания (тема «Дыхание»):

Соедини стрелкой:

- нос → согревает воздух
- лёгкие → берут кислород
- трахея → трубка

(1 балл за правильное соответствие)

Критерии оценки итоговой аттестации (максимум 10 баллов за практику + 5 за квест = 15 баллов):

Уровень	Баллы	% выполнения	Критерии
Высокий	12–15	80–100%	Все задания выполнены самостоятельно, без ошибок
Средний	7–11	47–73%	Выполнено с небольшой помощью (1–2 подсказки) или 1–2 негрубые ошибки
Низкий	0–6	0–40%	Не выполнено даже с помощью педагога, требуется повторное изучение

Критерии оценки «Дневника исследователя» (проверка 2 раза в год):

Критерий	2 балла	1 балл	0 баллов
Полнота заполнения	Заполнены все страницы	Заполнено не менее 50%	Менее 50%
Правильность записей	Нет ошибок	1–2 негрубые ошибки	Множественные ошибки
Аккуратность	Аккуратно	Небрежно, но читаемо	Сильно небрежно

Итоговая оценка за дневник: 5–6 баллов — высокий, 3–4 — средний, 0–2 — низкий.

2.2. Методические материалы

Типы занятий: комбинированные, практикумы, игры-путешествия, квесты.

Группа методов	Конкретные методы
Словесные	Объяснение, беседа-сказка в рамках сюжета
Наглядные	Плакаты, муляжи, видеоопыты
Практические	Измерения, моделирование, опыты с подручными средствами, фиксация в «Дневнике»
Игровые	Лото «Органы», домино «Гигиена», ролевые игры, сюжетное путешествие

Формы организации: групповая, парная, индивидуальная.

Методы обучения:

Педагогические технологии:

- Сюжетно-игровая технология (сквозной сюжет «Путешествие в Страну Здоровья»)
- Здоровьесберегающие (физминутки, гимнастика для глаз, частая смена деятельности)
- Технология развивающего обучения (задания на сравнение, анализ, причинно-следственные связи)
- Технология уровневой дифференциации (разные по сложности карточки)
- Информационно-коммуникационные (группа ВК, демонстрационные видео)

Принципы обучения: наглядности, доступности, систематичности, связи с практикой, сознательности, учёта возрастных особенностей.

Дидактические материалы:

- Карта Страны Здоровья (плакат) и маршрутные листы
- Плакаты «Строение человека», муляжи органов, ростомер
- «Дневник исследователя» (рабочая тетрадь с таблицами)
- Модель лёгких (бутылка + шары), модель сердца (шприц + трубочка)
- Гербарий лекарственных растений, карточки со следами животных
- Компоненты для фиточая, бумажные пакетики
- Индивидуальные секундомеры (1 на 2–3 обучающихся)

Алгоритм занятия (40 минут):

1. Организационный момент, приветствие, отметка в маршрутном листе — 2 мин
2. Актуализация знаний (повторение, сюжетная завязка) — 5 мин
3. Теоретическая часть (рассказ, работа с плакатом) — 10 мин
4. Физкультурная пауза (разминка, гимнастика для глаз) — 3 мин
5. Практическая работа / игра / опыт (включая заполнение «Дневника») — 15 мин
6. Рефлексия (что узнали, что было сложным) — 5 мин.

Требования техники безопасности в процессе реализации программы.

Требования безопасности во время занятий

1. Внимательно слушать объяснения и указания педагога.
2. Соблюдать порядок и дисциплину во время урока.
3. Всю работу выполнять после указания педагога.
4. Поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.
5. При работе с острыми, режущими инструментами на занятиях.
6. Соблюдать инструкции педагога по технике безопасности.

Требования безопасности по окончании занятий

1. Приведите своё рабочее место в порядок.
2. Не покидайте рабочее место без разрешения педагога.
3. Обо всех недостатках, обнаруженных во время занятий, сообщите педагогу.
4. Выходите из кабинета спокойно, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

Правила поведения при работе с ножницами

1. Работай с хорошо отрегулированными и заточенными ножницами.
2. Ножницы должны иметь тупые, округлые концы.
3. Не оставляй ножницы раскрытыми.
4. Передавай ножницы кольцами вперёд.

5. Не играй с ножницами, не подноси к лицу.
6. Используй ножницы только по назначению.

Правила поведения во время проведения перерыва между занятиями

- обучающиеся обязаны использовать время перерыва для отдыха;
- во время перерывов (перемен) обучающимся запрещается шуметь, мешать отдыхать другим, бегать по коридорам, вблизи оконных проемов и другим местам, не приспособленных для игр;
- толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода проблем;
- употреблять непристойные выражения и жесты в адрес других лиц, запугивать, заниматься вымогательством;
- производить любые действия, влекущие опасные последствия для окружающих.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

- при возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть кабинет по указанию педагога в организованном порядке, без паники;
- в случае травматизма обратиться к педагогу за помощью;
- при плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить педагогу или другому работнику учреждения.

Правила поведения для обучающихся в случае возникновения пожара

- при возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымлении) немедленно сообщить педагогу;
- при опасности пожара находиться возле педагога. Строго соблюдать его распоряжения;
- не поддаваться панике. Действовать согласно указаниям работников учебного заведения;
- по команде педагога эвакуироваться из здания в соответствии с определенном порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам;
- при выходе из здания находиться в месте, указанном педагогом;
- обучающиеся должны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими;
- нельзя тушить загоревшиеся электроприборы водой.

ВНИМАНИЕ! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения обучающимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) обучающиеся обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения.

Рабочая программа

Аннотация

Программа представляет собой комплексную образовательную систему естественнонаучной направленности, интегрирующую знания по анатомии, физиологии человека, экологии и краеведению Тюменской области.

Целевое назначение

Основная цель — формирование у обучающихся начальных представлений о строении организма человека, основах здорового образа жизни и природном разнообразии Тюменского края через игровую познавательно-исследовательскую деятельность.

Содержание программы

Образовательный процесс построен в форме увлекательного путешествия по «Стране Здоровья», включающего знакомство с:

- Строением человеческого организма
- Правилами гигиены и здорового питания
- Лекарственными растениями региона
- Животным миром Тюменской области

Особенности реализации

Отличительные черты программы:

- Использование сквозной сюжетной игры-путешествия
- Доступность материала без использования сложного оборудования
- Интеграция знаний о человеке и природе родного края
- Акцент на практические наблюдения и эксперименты

Адресат программы

Целевая аудитория — дети 7-11 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям.

Результаты освоения

По итогам обучения учащиеся:

- Получают базовые знания о строении организма
- Осваивают навыки здорового образа жизни

- Знакомятся с природным многообразием родного края
- Развивают исследовательские компетенции
- Формируют ответственное отношение к своему здоровью

Организация обучения

Формат реализации:

- Очная форма с элементами дистанционного обучения
- Занятия 1 раз в неделю по 40 минут
- Общий объем программы — 34 часа
- Наполняемость группы — от 10 человек



Календарно-тематический план объединения «Любознйки» (2026–2027 учебный год)

№	Неделя / даты	Содержание занятия / Контроль	Часы	Мероприятия за рамками учебного плана
1	01.09 – 06.09	Вводное занятие. Карта Страны Здоровья. Входная диагностика (рисунок «Моё тело», устный опрос). Инструктаж по ТБ. Вручение «Дневников»	1	«Посвящение в путешественники Страны Здоровья»
2	07.09 – 13.09	Город Скелетов. Скелет — опора. Основные кости. Игра «Собери скелет»	1	
3	14.09 – 20.09	Город Скелетов. Проба на гибкость. Правильная осанка	1	

4	21.09 – 27.09	Город Мыщ. Как работают мышцы. Упражнения «Солдатики и куклы». Контроль: мини-тест «Верно/неверно об осанке»	1	
5	28.09 – 04.10	Город Поваров. Путь бутерброда. Моделирование «Что происходит с печеньем?»	1	
6	05.10 – 11.10	Город Поваров. Выкладывание цепочки «Путь пищи» из карточек	1	
7	12.10 – 18.10	Здоровое питание. Составление суточного рациона (карточки)	1	
8	19.10 – 25.10	Контроль в Городе Поваров. Задание «Соотнеси орган пищеварения и его функцию»	1	Акция «Чистые ладошки» (изготовление памяток о мытье рук) Творческое занятие
9	26.10 – 01.11	Город Насосов. Сердце — насос. Измерение	1	

		пульса в покое (Дневник)		
	30.10 – 07.11	Осенние каникулы		
10	09.11 – 15.11	Город Насосов. Модель «Сердце-насос» (шприц + трубочка)	1	Акция «Кормушка» (изготовление и развешивание)
11	16.11 – 22.11	Что умеет кровь. Опыт с красителем. Измерение пульса после нагрузки. Проверка Дневника	1	
12	23.11 – 29.11	Город Ветров. Органы дыхания. Модель лёгких (бутылка + шары)	1	
13	30.11 – 06.12	Город Ветров. Измерение частоты дыхания. Выпуск памятки «Как беречь лёгкие»	1	
14	07.12 – 13.12	Город Ветров. Решение ситуационной задачи «Что делать, если друг кашляет?». Контроль: карточка «Выбери органы дыхания»	1	Викторина «Знай и люби свой край» (растения и животные)
15	14.12 – 20.12	Промежуточная аттестация. Игра-путешествие «По следам органов»	1	

16	21.12 – 27.12	Город Командиров. Мозг — главный командир. Игра «Командир отдаёт приказ»	1	
	29.12 – 10.01	Зимние каникулы		
17	11.01 – 17.01	Органы чувств. Станция «Угадай по запаху», «Что звучит?»	1	
18	18.01 – 24.01	Органы чувств. «Волшебный мешочек», гимнастика для глаз	1	
19	25.01 – 31.01	Контроль: задание «Соотнеси орган чувств и информацию»	1	
20	01.02 – 07.02	Лесная аптека. Лекарственные растения (шиповник, брусника, зверобой, ромашка, подорожник). Гербарий	1	Изготовление витаминных закладок для книг (с рисунками шиповника, брусники)
21	08.02 – 14.02	Лесная аптека. Демонстрационное заваривание чая. Дегустация	1	

22	15.02 – 21.02	Практическая работа «Мой фиточай» (составление смеси, этикетка)	1	
23	22.02 – 28.02	Контроль: мини-тест «Что поможет при простуде?». Презентация своего чая	1	
24	01.03 – 07.03	Лесные соседи. Животные: лось, белка, бобр. Игра «Чей след?»	1	
25	08.03 – 14.03	Птицы: дятел, синица, снегирь. Земноводные и пресмыкающиеся (ознакомительно). Лото «Кто где живёт»	1	
26	15.03 – 21.03	Охрана природы. Красная книга. Коллективный плакат «Правила лесных жителей»	1	
	22.03 – 28.03	Весенние каникулы		
27	29.03 – 04.04	Контроль: задание «Определи животное по трём признакам»	1	
28	05.04 – 11.04	Город Чистоты. Режим дня, гигиена зубов и рук	1	«День здоровья» (спортивно-познавательная программа)

				«Весёлые старты + викторина»)
29	12.04 – 18.04	Город Безопасности. Ролевая игра «Вызов скорой помощи» (ушиб, порез, ожог)	1	
30	19.04 – 25.04	Подготовка к итоговому квесту. Повторение разделов	1	
31	26.04 – 02.05	Итоговый квест «Секреты Страны Здоровья» (5 станций)	1	Семейный конкурс «Наш полезный завтрак» Онлайн-фотовыставка в группе ВК
32	03.05 – 09.05	Итоговая аттестация (практическая часть). Измерение пульса, показ органов	1	
33	10.05 – 16.05	Анализ итогов. Рефлексия «Мои открытия»	1	
34	17.05 – 24.05	Итоговое занятие. Награждение. Презентация лучших Дневников. Чаепитие с фиточаем	1	

Итого			34	
-------	--	--	----	--

Каникулы: осенние (30.10 – 07.11.2026), зимние (29.12.2026 – 10.01.2027), весенние (22.03 – 28.03.2027)

3 Раздел. «Система воспитательной работы»

3.1. Рабочая программа воспитания

В МАУ ДО «ЦРД и М» утверждена программа Воспитательной работы, в которой предусмотрены направления и формы работы, она дополняет общеразвивающие программы, реализуемые в учреждении, и позволяет комплексно подойти к решению образовательных (в том числе воспитательных) задач.

Программа воспитания обучающихся МАУ ДО «ЦРД и М» включает в себя шесть сквозных подпрограмм:

1) Программа формирования и развития творческих способностей учащихся, выявления и поддержки талантливых детей и молодежи.

2) Программа духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания, возрождения семейных ценностей, формирования общей культуры обучающихся, профилактики экстремизма и радикализма в молодежной среде.

3) Программа социализации, самоопределения и профессиональной ориентации.

4) Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы (профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма).

5) Программа восстановления социального статуса ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и включение его в систему общественных отношений.

6) Программа формирования и развития информационной культуры и информационной грамотности.

Календарный план мероприятий рабочей программы воспитания программы «Любознайки» взаимосвязан с Программой воспитания и включает в себя несколько направлений работы:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых детей и молодежи;

- духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, возрождения семейных ценностей, формирования общей культуры обучающихся, профилактика экстремизма и радикализма в молодежной среде.

Цель воспитательной работы: формирование экологической культуры и ценности здоровья через познание своего организма и природы родного края.

Задачи воспитательной работы:

- Воспитывать привычку к соблюдению правил личной гигиены и здорового питания.
- Развивать эмпатию и готовность оказать простейшую помощь при мелких бытовых травмах.
- Прививать бережное отношение к лекарственным растениям и животным Тюменского края.

Ожидаемые результаты:

- Учащийся положительно относится к утренней зарядке, демонстрирует понимание важности режима дня.
- Умеет описать порядок действий при ссадине, ушибе, порезе или термическом ожоге.
- Может рассказать в семье о 3 лекарственных растениях и правилах их сбора.

Формы воспитательной работы: сюжетные беседы в рамках путешествия, экологические акции, конкурсы, ролевые игры, викторины.

3.2. Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки
1	«Посвящение в путешественники Страны Здоровья»	Игровая программа, вручение дневников	Сентябрь
2	Акция «Чистые ладошки» (изготовление памяток о мытье рук)	Творческое занятие	Октябрь
3	Викторина «Знай и люби свой край» (растения и животные)	Командная игра	Декабрь
4	Изготовление витаминных закладок для книг (с рисунками шиповника, брусники)	Мастер-класс	Февраль
5	Акция «Кормушка» (изготовление и развешивание)	Практикум + домашнее задание	Старт: ноябрь, итоги: февраль
6	«День здоровья» (спортивно-познавательная программа «Весёлые старты + викторина»)	Командная игра с родителями	Апрель (7 апреля — Всемирный день здоровья)
7	Семейный конкурс «Наш полезный завтрак»	Онлайн-фотовыставка в группе ВК	Апрель

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- Учебный кабинет с партами, доской, проектором, экраном.
- Плакаты «Системы органов человека», муляжи (сердце, зуб, скелет).
- Карта Страны Здоровья (плакат) и маршрутные листы (на каждого учащегося).
- Лупы ручные (10 шт.), гербарий лекарственных растений, коллекции семян и шишек.
- Набор для опытов: пластиковые бутылки, гибкие трубочки, воздушные шары, шприцы без игл.

- Ростомер, индивидуальные секундомеры (1 на 2–3 обучающихся).
- Компоненты для фиточая, одноразовые бумажные пакетики.
- Карточки с заданиями, канцелярские принадлежности для «Дневника».
- Компьютер с доступом в Интернет и колонками.

Информационное обеспечение:

- Группа ВКонтакте «Любознайки ЦРД и М» (видеоопыты, задания, фотоотчёты).
- Бесплатные образовательные ресурсы по естествознанию.

Кадровое обеспечение: Педагог дополнительного образования.

Взаимодействие с родителями (законными представителями):

- Анкетирование (входное и итоговое).
- Совместные мероприятия: семейный конкурс «Наш полезный завтрак», акция «Кормушка», сбор гербария.
- Информационная поддержка через группу ВКонтакте.

Список литературы.

Для педагога:

1. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир. Человек и его здоровье. Методические рекомендации. — М.: Просвещение, 2023.
2. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: здоровьесберегающие технологии в начальной школе. — Ярославль: Академия развития, 2021.

3. Атлас лекарственных растений Тюменской области (под ред. С.П. Шилова). — Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2020.

Для учащихся и родителей:

1. Ротенберг Р. Расту здоровым. Детская энциклопедия здоровья. — М.: Махаон, 2022.
2. Плешаков А.А. Зелёные страницы. Книга для учащихся начальных классов. — М.: Просвещение, 2021.
3. Серия «Моё тело» (книжки-картинки для детей 7–10 лет).

Интернет-ресурсы:

- Фиксики: серии про организм человека (YouTube)
- Группа ВК «Любознйки» (пример)

Диагностическая карта входного контроля

№	Ф.И. учащегося	Называет части тела (0–2 б.)	Имеет общее представление о внутр. органах (0–2 б.)	Проявляет интерес (наблюдение) (0–1 б.)	Итого баллов	Уровень
1						

Критерии:

- 4–5 баллов — высокий уровень
- 2–3 балла — средний уровень
- 0–1 балл — низкий уровень

Пример карточки для текущего контроля (тема «Органы чувств»)

Что лишнее?

Даны слова: глаза, уши, нос, сердце.

Задание:

1. Найди лишнее слово.
2. Объясни, почему оно лишнее.

Предполагаемый ответ: Сердце, потому что это внутренний орган, который перекачивает кровь, а не орган чувств.

Приложение 3.

Оценочный лист итоговой аттестации (практическая часть)

№	Ф.И. учащегося	Измерение пульса на запястье (0–3 б.)	Показ органов на плакате (0–2 б.)	Итого баллов за практику (0–5 б.)
1				

Макет и содержание «Дневника исследователя Страны Здоровья»

4.1. Общая структура дневника

Формат: А4, книжная ориентация.

Рекомендации по сборке: Распечатать листы в порядке страниц, согнуть пополам и сшить в брошюру.

Либо распечатать как отдельные рабочие листы к каждому занятию.

Обложку желательно распечатать на более плотной бумаге.

4.2. Содержание страниц дневника

Обложка

Дневник исследователя Страны Здоровья

Имя исследователя: _____

Возраст: _____

Год путешествия: 2026/2027

(Место для рисунка или наклейки)

Страница 1. Карта Страны Здоровья

(Схематичная карта с городами:

Город Скелетов,

Город Поваров,

Город Насосов,

Город Ветров,

Город Командиров,

Лесная аптека,

Лесные соседи,

Город Чистоты.

Ребёнок раскрашивает город после его прохождения.

Страница 2. Мой портрет (начало года)

Дата: _____

Мой рост: _____ см

(Контур человека — ребёнок дорисовывает лицо, одежду, подписывает части тела: голова, туловище, рука, нога.)

Что я уже знаю о своём организме?

Страница 3. Город Скелетов и Мышц

Дата: _____

Задание1.

Собери скелет.

Соедини стрелками название кости и её место на рисунке: череп, позвоночник, грудная клетка, кости руки, кости ноги.

Задание2.

Моя гибкость.

Я наклонился вперёд и достал до: _____

(отметка на шкале)

Задание 3. Правила осанки.

Запиши 2 правила, как правильно сидеть за партой:

1. _____

2. _____

Страница 4.

Город Поваров

Дата: _____

Задание

1.Путь пищи.

Пронумеруй органы по порядку (1, 2, 3, 4):

___ Желудок

___ Рот (зубы и язык)

___ Кишечник

___ Пищевод

Задание 2. Мой полезный завтрак.

Нарисуй или приклей картинки продуктов для полезного завтрака.

Задание 3.

Соедини орган и его работу:

Зубы → переваривает пищу

Желудок → измельчают пищу

Кишечник → всасывает полезные вещества в кровь

Страница 5. Город Насосов

Дата: _____

Задание 1. Измеряю пульс.

Состояние	Мой пульс (ударов в минуту)
В покое (сиджу спокойно)	
После 10 приседаний	

Вывод: После приседаний мой пульс _____ (увеличился / не изменился), потому что _____.

Задание 2. Сердце — это...

Закончи предложение: Сердце — это мышца-_____, которая перекачивает _____.

Страница 6. Город Ветров

Дата: _____

Задание 1. Измеряю дыхание.

Состояние	Частота дыхания (вдохов в минуту)
В покое	
После 10 приседаний	

Вывод: После нагрузки я дышу _____ (чаще / реже), потому что организму нужно больше _____.

Задание 2. Органы дыхания.

Обведи только органы дыхания:

СЕРДЦЕ — НОС — ЛЁГКИЕ — ЖЕЛУДОК — ТРАХЕЯ — МОЗГ

Задание 3. Как беречь лёгкие?

Запиши 2 правила:

1. _____

2. _____

Страница 7. Город Командиров

Дата: _____

Задание 1.

Мозг — командир.

Мозг управляет всем организмом с помощью сигналов. Нервы — это «провода». Нарисуй, как сигнал бежит от мозга к руке.

(Схема: Мозг → стрелка → Нервы → стрелка → Мышцы руки)

Задание 2. Органы чувств.

Заполни таблицу:

Орган чувств	Что я с его помощью узнаю?
Глаза	
Уши	
Нос	
Язык	
Кожа	

Страница 8. Лесная аптека

Дата: _____

Задание1.

Узнай растение.

Зарисуй или приклей изображения 3 лекарственных растений Тюменской области. Подпиши название и от чего помогает.

Рисунок	Название	Помогает при...

Задание2.

Мой фиточай.

Состав моего чая: _____

Этот чай помогает при:

Страница 9. Лесные соседи

Дата: _____

Задание 1. Животные нашего края.

Напиши названия животных Тюменской области:

Звери (4):

Птицы (3):

Земноводные и пресмыкающиеся (2):

Задание 2. Чей след?

Соедини стрелками животное и его след:

Лось → (отпечаток копыта)

Белка → (маленькие лапки с коготками)

Дятел → (три пальца вперёд, один назад)

Задание 3. Правила лесных жителей.

Запиши 2 правила поведения в лесу:

1. _____

2. _____

Страница 10. Город Чистоты и Безопасности

Дата: _____

Задание 1. Мой режим дня.

Расставь по порядку (1, 2, 3, 4, 5):

_____ Зарядка и утренний туалет

_____ Подъём

_____ Занятия в школе

_____ Прогулка и игры

_____ Ночной сон

Задание 2. Первая помощь.

Соедини травму и действие:

Травма	Моё действие
Ушиб колена	Промыть чистой водой, заклеить пластырем
Порез пальца	Приложить холод
Термический ожог	Охладить под проточной водой 10–15 минут

Страница 11. Мой портрет (конец года)

Дата: _____

Мой рост: _____ см

Я вырос на _____ см за год!

(Контур человека — ребёнок дорисовывает и подписывает 5 систем органов: скелет, мышцы, сердце, лёгкие, органы пищеварения.)

Чему я научился в Стране Здоровья?

Самое **интересное** **открытие** **этого**
года: _____

Страница 12. Мои достижения

(Сюда вклеиваются грамоты, сертификаты, маршрутные листы с отметками о прохождении городов.)

Контроль: Мини-тест «Верные и неверные утверждения об осанке»

Класс: _____

Фамилия, имя: _____

Дата: _____

Прочитай утверждения и поставь галочку в нужном окошке: ☐ — верно,
☐ — неверно.

№	Утверждение	☐ Верно	☐ Неверно	Пояснение (коротко)
1	Если сидеть, сильно выгибая спину назад, осанка будет красивее.			Так спина устаёт и может болеть. Правильная осанка — ровная, но не напряжённая.
2	Когда сидишь за партой, плечи должны быть расслаблены, а уши — на одной линии с плечами.			Если уши «убегают» вперёд, шея быстро устаёт. Держи голову прямо.
3	Чтобы не уставать, во время уроков можно положить голову на руку и немножко так посидеть.			Одна сторона шеи напрягается сильнее — это может испортить осанку. Лучше сделать разминку.
4	Рюкзак нужно носить на одном плече — так удобнее.			Спина наклоняется вбок, осанка портится. Надевай рюкзак на оба плеча — вес

				распределится равномерно.
--	--	--	--	--------------------------------------

Задание после теста: нарисуй или подпиши 1 простое правило, которое ты сегодня запомнил, чтобы беречь свою осанку:
