

Министерство труда и социального развития Краснодарского края

**Государственное казённое учреждение социального обслуживания
Краснодарского края «Каневской социально-реабилитационный центр
для несовершеннолетних»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «22» августа 2025 г.
Протокол № 4

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
ГКУ СО КК
«Каневской СРЦН»
«26» августа 2025г. № 141

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«Остров здоровья»**

Возраст обучающихся – 3-18 лет
Срок реализации – 3 месяца
Объем программы – 60 часов

Составитель программы:
Недвигина Светлана Викторовна,
воспитатель

ст. Новоминская
2025

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Одной из важнейших задач воспитания детей, ведущим фактором благоприятного развития является забота о здоровье, создании комфортных условий жизни, соответствующих гигиеническим и медико-педагогическим рекомендациям, в том числе и формированию основ культуры здоровья.

Спорт и двигательная деятельность обладают огромными возможностями для полноценного физического совершенствования ребёнка, для его гармоничного развития.

Формирование навыков здорового образа жизни у детей и подростков имеет особое значение в нашем учреждении, так как социальная дезадаптация и отсутствие правильных педагогических установок способствуют нарушению физического и психического здоровья детей. Большое внимание следует уделять получению детьми знаний о гигиене тела, режиме, пользе физических упражнений, правильном питании, а также формировать осознанное здоровое поведение, привлекать детей к участию в мероприятиях, играх и соревнованиях. Все это способствует успешной социальной адаптации и приобретению навыков здоровьесбережения.

Программа ориентирована на интересы и потребности ребёнка, способствует формированию двигательной активности, становлению творческой личности, способной осмыслять окружающий мир.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Остров здоровья» имеет спортивно-оздоровительную направленность, предназначена для воспитанников дошкольного возраста (3-7 лет), младшего школьного возраста (7-12 лет), старшего школьного возраста (13-18 лет).

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Концепция развития дополнительного образования на 2022-2030 годы от 31 марта 2022 г. № 678-р;

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

СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и

молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573), действующие до 1 января 2027 года;

Методические рекомендации «Структурирование программы дополнительного образования», разработанных ГКУ КК «Краевой методический центр» (г. Краснодар, 2025 год);

Лицензия на осуществление образовательной деятельности ГКУ СО КК «Каневской СРЦН»;

Устав ГКУ СО КК «Каневской СРЦН».

Новизна программы заключается в реализации инновационных здоровьесберегающих технологий для сохранения, поддержания и обогащения здоровья воспитанников через:

- внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в работе с несовершеннолетними;
- использование различных методов и приемов для мотивации к здоровому образу жизни;
- использование ИКТ для более наглядной демонстрации преимущества здорового образа жизни;
- использование развивающей предметно-пространственной среды, способствующей укреплению здоровья воспитанников.

Актуальность программы:

Занятия по программе способствуют воспитанию интереса у воспитанников к процессу выполнения физических упражнений, повышает познавательную активность, улучшает психоэмоциональное самочувствие и физическое здоровье. Способствует снижению заболеваемости, повышению уровня физической подготовленности, сформированности осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность программы:

Реализация программы позволяет сформировать у воспитанников знания о способах поддержания и сохранения здоровья, а также эмоционально-ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других людей. Провести коррекцию у несовершеннолетних познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления) на основе установления взаимосвязи организма человека и окружающей среды; обогатить эмоциональную сферу; развить волю при принятии и реализации компонентов здорового образа жизни. Формировать личность, адаптированную к природным и социальным условиям, ответственно относящуюся к своему здоровью и здоровью других людей.

Адресат программы: несовершеннолетние 3-18 лет.

Объем программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Остров здоровья» представляет собой 3 раздела: "Здоровячки" для воспитанников в возрасте 3 - 7 лет (36 часов), «Мы за ЗОЖ» для воспитанников 7 - 12 лет (12 часов), «В гостях у спорта и здоровья» для

воспитанников 13 - 18 лет (12 часов). Занятия рассчитаны на проведение в течение 3 месяцев с повтором на весь учебный год, включая летние месяцы.

Режим занятий: занятия по программе проводятся для детей младшего и старшего школьного возраста - 1 раз в неделю по 45 минут (1 академический час), для детей дошкольного возраста - 3 раза в неделю по 30 минут (1 академический час).

Форма занятий: индивидуальные и групповые.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: приобщение воспитанников к здоровому образу жизни.

Задачи:

Обучающие:

обучать знаниям о факторах, влияющих на здоровье человека, пропаганда здорового образа жизни; формировать навыки выполнения основных физических движений.

Развивающие:

развивать двигательную активность и навыки саморегуляции посредством участия в спортивных мероприятиях.

Воспитательные:

воспитывать волевые качества, навыки командного взаимодействия и взаимопомощи; сформировать у детей потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями; воспитывать культурно-гигиенические качества.

Коррекционные:

Прививать навыки правильной осанки, навыки гигиены, увеличить уровень социальной адаптации.

**1.3. Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Остров здоровья»**

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		Всего	Теоретические знания	Практические знания
1	«Здоровячки»	36	18	18
2	«Мы за ЗОЖ»	12	6	6
3	«В гостях у спорта и здоровья»	12	6	6
Всего:		60	30	30

1.4. Содержание программы

Раздел 1. «Здоровячки»

Занятие 1.1. «Здоровье – наша цель»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий и выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений, беседа «Виды лёгкой атлетики».

Практическое занятие: игры «Поменяй местами», «Делай так», «Прокати и передай».

Занятие 1.2. «Закалка для долгой жизни»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, чтение и обсуждение сказки «Как Лёха захотел стать «моржом».

Практическое занятие: эстафеты «Собери предметы гигиены», «Пронеси и не урони», «Попади в цель».

Занятие 1.3. «Движение - путь к здоровью»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Польза спорта в жизни человека».

Практическое занятие: игры: «Не оставайся на полу», «По местам», «Хали-Хало».

Занятие 1.4. «Осанка - стройная спина»

Теоретическое занятие: беседа «Осанка – стройная спина», инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений.

Практическое занятие: игры: «Черепахи», «Поменяй местами», «Зайцы в огороде».

Занятие 1.5. «В поисках здоровья»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий и выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений, видеоролик «Спортсмены лёгкой атлетики».

Практическое занятие: игры: «Хитрая лиса», «Лягушки», «Перепрыгни – не задень».

Занятие 1.6. «В здоровом теле - здоровый дух»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий и выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений, беседа и загадки о разнообразных физических упражнениях.

Практическое занятие: игры: «Кто дальше» (прыжки в длину), «Зайцы и волк», «Мой веселый, звонкий мяч».

Занятие 1.7. «Спортивный огород»

Теоретическое занятие: беседа о пользе овощей, загадки про овощи, чтение и обсуждение «Сказка о храбрецах с огородной грядки».

Практическое занятие: игры «Фрукты и овощи», «Посади картошку».

Занятие 1.8. «Поднимайте выше ножки»

Теоретическое занятие: видеоролик «Польза растяжки для каждого», инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий и выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений.

Практическое занятие: спортивная эстафета «Мы веселые ребята».

Занятие 1.9. «Полоса препятствий»

Теоретическое занятие: видеоролик «Спортивный бег и его виды», инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий и выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений.

Практическое занятие: эстафета «Полоса препятствий».

Занятие 1.10. «Я хочу расти здоровым»

Теоретическое занятие: видеоролик «Гигиена и ее влияние на жизнь человека», чтение и обсуждение сказки «Как Миша и Маша учились мыть руки».

Практическое занятие: игра «В гостях у Мойдодыра».

Занятие 1.11. «Здоровому - все здорово»

Теоретическое занятие: беседа «Факторы, которые помогают сохранить и укрепить здоровье человека».

Практическое занятие: игра «Зайцы в огороде», «Лабиринт здоровья».

Занятие 1.12. «Скакалочка - превращалочка»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений, презентация «Скакалка и ее использование».

Практическое занятие: игры «Удочка», «Сделай фигуру», «Роза, мимоза...».

Занятие 1.13. «В стране Попрыгуний»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Виды прыжков».

Практическое занятие: игра – путешествие «По лесным дорожкам».

Занятие 1.14. «Мы посадили витамины»

Теоретическое занятие: беседа «Витаминосодержащие продукты, их влияние на организм человека», чтение сказки «Про витамины и здоровье».

Практическое занятие: эстафета «Полезные продукты».

Занятие 1.15. «Предметы личной гигиены»

Теоретическое занятие: презентация «Правила личной гигиены», чтение и обсуждение стихотворения «Если б мыло приходило».

Практическое занятие: игры: «Мыло и бактерии», «Набор чистоты».

Занятие 1.16. «Я и мое тело. Что я знаю о себе»

Теоретическое занятие: презентация «Я и мое тело».

Практическое занятие: игры: «Как в зеркале», «Это я», «Назови ласково».

Занятие 1.17. «Где прячется здоровье»

Теоретическое занятие: презентация «Где прячется иммунитет».

Практическое занятие: игры: «Что сначала, что потом», «Иммунитет».

Занятие 1.18. «Без здоровья невозможно и счастье»

Теоретическое занятие: беседа «Важность здоровья для человека», чтение сказки «Быть здоровым хорошо».

Практическое занятие: игры: «По бревнышку», «По мостику», «По озеру на лодке».

Занятие 1.19. «Путешествие в страну Здоровья»

Теоретическое занятие: беседа «Что любит здоровье?».

Практическое занятие: игры: «Пролезь по пещере», «По следам», «Тише едешь – дальше будешь».

Занятие 1.20. «Мы самые спортивные»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, чтение сказки «Сказка про то, как белка всех зверей приучила к зарядке».

Практическое занятие: спортивная эстафета «Стань первым».

Занятие 1.21. «Тропа здоровья»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, беседа «Спорт и человек».

Практическое занятие: спортивная игра «Светофор здоровья».

Занятие 1.22. «Рецепт здоровья»

Теоретическое занятие: беседа «Мое здоровье», чтение сказки «Про витамины и здоровье».

Практическое занятие: игры: «Если сделаю так», «Курочка и горошинки».

Занятие 1.23. «Спортивный калейдоскоп»

Теоретическое занятие: презентация «Спортивный калейдоскоп», инструктаж по технике безопасности при использовании спортивного инвентаря.

Практическое занятие: игры: «Кегли», «Не задень», «Лови, не урони».

Занятие 1.24. «Здоровье - наше богатство»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений, беседа «Дыхание для здоровья».

Практическое занятие: игры: «Перышки», «Воздушный шар», «Совушка».

Занятие 1.25. «В царстве Снежной королевы»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, презентация «Зимние виды спорта».

Практическое занятие: игры – эстафеты: «С кочки на кочку», «Передай

снежок».

Занятие 1.26. «Мы будущие олимпийцы»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Сочи 2014».

Практическое занятие: игры – эстафеты: «Кто сильнее?», «Ловишка с обручем», «Меткий стрелок».

Занятие 1.27. «Рассчитайся по порядку...»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, беседа "Здоровье в порядке, спасибо зарядке".

Практическое занятие: эстафеты: «Сороконожка», «Змейка между предметами», «Пройти по кочкам».

Занятие 1.28. «Игровой хоровод»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Что такое хоровод?».

Практическое занятие: игры: «Ровным кругом», «Затейники», «Ворон».

Занятие 1.29. «Ярмарка движения»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, беседа «Спорт и здоровье».

Практическое занятие: игры: «Снайперы», «Поезд», «Шарики».

Занятие 1.30. «Зарядка с чемпионом»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений, объяснение выполнения упражнений, беседа «Для чего нужна зарядка?».

Практическое занятие: проведение музыкальной зарядки.

Занятие 1.31. «Полный вперед!»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, беседа «Со спортом дружить - здоровым быть».

Практическое занятие: спортивная эстафета «Веселые старты».

Занятие 1.32. «В гостях у Спортлика»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Мы дружим с физкультурой».

Практическое занятие: игры: «Перекасти поле», «Кто быстрее», «Наездники».

Занятие 1.33. «Чемпионы нашего двора»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Командные игры».

Практическое занятие: игры: «Веселый мяч», «Восьмерка», «Блинчики».

Занятие 1.34. «На спортивной волне»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, беседа «Виды спорта».

Практическое занятие: игры: «Полный вперед», «Походка пингвина».

Занятие 1.35. «Сила спорта»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, видеоролик «Физкультура, спорт и здоровье».

Практическое занятие: спортивная эстафета «Быстрые, сильные, ловкие».

Занятие 1.36. «Стартуют все!»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных мероприятий, беседа «Со спортом дружить-здоровым быть».

Практическое занятие: спортивная эстафета «Веселые финиши».

Раздел 2. «Мы за ЗОЖ»

Занятие 2.1. «Эстафеты сказочных героев»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, презентация «Польза режима дня».

Практическое занятие: шуточная игровая программа «Эстафеты сказочных героев».

Занятие 2.2. «В гостях у Айболита»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, беседа «Правила гигиены».

Практическое занятие: игровая программа «В гостях у Айболита» с повторением и закреплением правил гигиены.

Занятие 2.3. «Спорт нам поможет – силы умножит»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, беседа «Польза спорта для человека».

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Только вперед!».

Занятие 2.4. «К защите Родины готовы!»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, беседа «Защитники Родины».

Практическое занятие: спортивно – патриотическая игра «Ни шагу назад» с прохождением «полосы препятствий» и выполнением заданий на смекалку.

Занятие 2.5. «Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, презентация «Мы за ЗОЖ».

Практическое занятие: игровая программа «В здоровом теле здоровый дух».

Занятие 2.6. «Экология и здоровье»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, видеоролик «Влияние загрязнений окружающей среды на здоровье человека».

Практическое занятие: коллаж «Экология и здоровья».

Занятие 2.7. «Веселые старты»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, беседа «Виды спорта».

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Весёлые старты» на свежем воздухе с использованием кеглей, мячей, обручей гимнастических и скакалок.

Занятие 2.8. «Праздник спортивного мяча»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, видеоролик «Игры с мячом».

Практическое занятие: игровая программа «Мой весёлый звонкий мяч».

Занятие 2.9. «Тропа испытаний»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, видеоролик «Командные соревнования».

Практическое занятие: командная по станциям «Тропа испытаний».

Занятие 2.10. «Джунгли зовут!»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях на спортивно-игровой площадке, видеоролик «Спорт - это весело».

Практическое занятие: спортивно - игровая программа на территории игровой площадки и проведение эстафет между «Хищниками» и «Травоядными».

Занятие 2.11. «Здоровому всё здорово!»

Теоретическое занятие: беседа «Полезные и вредные продукты».

Практическое занятие: коллаж «Витамины с грядки».

Занятие 2.12. «Путешествие в Спортландию»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при участии в подвижных играх, спортивных мероприятиях, видеоролик «Виды спорта и олимпийские победы».

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Выше, быстрее, сильнее».

Раздел 3. «В гостях у спорта и здоровья»

Занятие 3.1. «Слагаемые здоровья»

Теоретическое занятие: презентация «Здоровый образ жизни, инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Мы за ЗОЖ».

Занятие 3.2. «Здоровье и здоровый образ жизни»

Теоретическое занятие: видеоролик «Пагубное влияние вредных привычек на организм человека».

Практическое занятие: коллаж «Что такое здоровый образ жизни?».

Занятие 3.3. «Я и мои друзья - спортивная семья»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий, видеоролик «Спорт - это здорово».

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Выбирай спорт! Выбирай здоровье!».

Занятие 3.4. «Спортивный пикник»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий, видеоролик «Спорт и отдых».

Практическое занятие: спортивный эстафеты «Отдыхай и играй» с использованием кеглей, мячей, обручей гимнастических и скакалок.

Занятие 3.5. «Да будет спорт!»

Теоретическое занятие: презентация «Виды спорта», инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Спорт - залог здоровья», с использованием гимнастических обручей, скакалок, мячей.

Занятие 3.6. «Гармония тела и духа»

Теоретическое занятие: беседа «Правила личной гигиены», инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Радуга здоровья» на развитие ловкости и быстроты с использованием мячей, кеглей.

Занятие 3.7. «От пищи полезной не будет болезней»

Теоретическое занятие: беседа «Правильное питание».

Практическое занятие: коллаж «Полезные и вредные продукты».

Занятие 3.8. «К защите Родины готовы!»

Теоретическое занятие: инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий, беседа «Защитники Родины».

Практическое занятие: спортивно – патриотическая игра «Ни шагу назад» с прохождением «полосы препятствий» и выполнением заданий на смекалку.

Занятие 3.9. «По дороге к крепкому здоровью»

Теоретическое занятие: беседа «Польза ЗОЖ», инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: квест-игра «Быть здоровым здорово».

Занятие 3.10. «Спорт нам плечи расправляет»

Теоретическое занятие: видеоролик «Правильная осанка», инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: упражнение «Стойкий оловянный солдатик», «Цапля», игра «Сидячий футбол».

Занятие 3.11. «Праздник спортивного мяча»

Теоретическое занятие: рассказ «Спортивные игры с мячом». Инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: игровая программа «Мой весёлый звонкий мяч».

Занятие 3.12. «Рекорды зовут!»

Теоретическое занятие: видеоролик «Спортивные достижения отечественных спортсменов», инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр и спортивных мероприятий.

Практическое занятие: спортивные эстафеты «Знай наших!».

1.5. Планируемые результаты

1. Воспитанники будут знать:

способы сохранения и укрепления здоровья;
основные факторы, влияющие на здоровье;
правила здорового образа жизни.

2. Несовершеннолетние будут уметь:

выполнять физические упражнения;
соблюдать режим дня, правила личной гигиены.

3. Воспитанники будут владеть:

культурно-гигиеническими навыками, потребностью ведения здорового образа жизни;

навыками командного взаимодействия, взаимопомощи и саморегуляции.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Остров здоровья»

№ п/п	Дата прове- дения	Название разделов и тем	Количество часов		
			Всего	Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия
		Раздел 1. «Здоровячки»	36	18	18
1.		Занятие 1.1 «Здоровье – наша цель»	1	0,5	0,5
2.		Занятие 1.2 «Закалка для долгой жизни»	1	0,5	0,5
3.		Занятие 1.3 «Движение-путь к здоровью»	1	0,5	0,5
4.		Занятие 1.4 «Осанка - стройная спина»	1	0,5	0,5
5.		Занятие 1.5 «В поисках здоровья»	1	0,5	0,5
6.		Занятие 1.6 «В здоровом теле - здоровый дух»	1	0,5	0,5
7.		Занятие 1.7 «Спортивный огород»	1	0,5	0,5
8.		Занятие 1.8 «Поднимайте выше ножки»	1	0,5	0,5
9.		Занятие 1.9 «Полоса препятствий»	1	0,5	0,5
10.		Занятие 1.10 «Я хочу расти здоровым»	1	0,5	0,5
11.		Занятие 1.11 «Здоровому - все здорово»	1	0,5	0,5
12.		Занятие 1.12 «Скакалочка - превращалочка»	1	0,5	0,5
13.		Занятие 1.13 «В стране Попрыгуний»	1	0,5	0,5
14.		Занятие 1.14 «Мы посадили витамины»	1	0,5	0,5
15.		Занятие 1.15 «Предметы личной гигиены»	1	0,5	0,5
16.		Занятие 1.16 «Я и мое тело. Что я знаю о себе»-	1	0,5	0,5
17.		Занятие 1.17 «Где прячется здоровье?»	1	0,5	0,5
18.		Занятие 1.18 «Без здоровья невозможно и счастье»	1	0,5	0,5

19.		Занятие 1.19 «Путешествие в страну Здоровья»	1	0,5	0,5
20.		Занятие 1.20 «Мы самые спортивные»	1	0,5	0,5
21.		Занятие 1.21 «Тропа здоровья»	1	0,5	0,5
22.		Занятие 1.22 «Рецепт здоровья»	1	0,5	0,5
23.		Занятие 1.23 «Спортивный калейдоскоп»	1	0,5	0,5
24.		Занятие 1.24 «Здоровье - наше богатство»	1	0,5	0,5
25.		Занятие 1.25 «В царстве Снежной королевы»	1	0,5	0,5
26.		Занятие 1.26 «Мы будущие олимпийцы»	1	0,5	0,5
27.		Занятие 1.27 «Рассчитайся по порядку...»	1	0,5	0,5
28.		Занятие 1.28 «Игровой хоровод»	1	0,5	0,5
29.		Занятие 1.29 «Ярмарка движения»	1	0,5	0,5
30.		Занятие 1.30 «Зарядка с чемпионом»	1	0,5	0,5
31.		Занятие 1.31 «Полный вперед!»	1	0,5	0,5
32.		Занятие 1.32 «В гостях у Спортлика»	1	0,5	0,5
33.		Занятие 1.33 «Чемпионы нашего двора»	1	0,5	0,5
34.		Занятие 1.34 «На спортивной волне»	1	0,5	0,5
35.		Занятие 1.35 «Сила спорта»	1	0,5	0,5
36.		Занятие 1.36 «Стартуют все!»	1	0,5	0,5
		Раздел 2. «Мы за ЗОЖ»	12	6	6
37.		Занятие 2.1 «Эстафеты сказочных героев»	1	0,5	0,5
38.		Занятие 2.2 «В гостях у Айболита»	1	0,5	0,5
39.		Занятие 2.3 «Спорт нам поможет – силы умножит»	1	0,5	0,5
40.		Занятие 2.4 «К защите Родины готовы!»	1	0,5	0,5
41.		Занятие 2.5 «Я здоровье сберегу, быть здоровым я хочу»	1	0,5	0,5
42.		Занятие 2.6 «Экология и здоровье»	1	0,5	0,5

43.		Занятие 2.7 «Веселые старты»	1	0,5	0,5
44.		Занятие 2.8 «Праздник спортивного мяча»	1	0,5	0,5
45.		Занятие 2.9 «Тропа испытаний»	1	0,5	0,5
46.		Занятие 2.10 «Джунгли зовут!»	1	0,5	0,5
47.		Занятие 2.11 «Здоровому всё здорово»	1	0,5	0,5
48.		Занятие 2.12 «Путешествие в Спортландию»	1	0,5	0,5
		Раздел 3. «В гостях у спорта и здоровья»	12	6	6
49.		Занятие 3.1 «Слагаемые здоровья»	1	0,5	0,5
50.		Занятие 3.2 «Здоровье и здоровый образ жизни»	1	0,5	0,5
51.		Занятие 3.3 «Я и мои друзья - спортивная семья»	1	0,5	0,5
52.		Занятие 3.4 «Спортивный пикник»	1	0,5	0,5
53.		Занятие 3.5 «Да будет спорт!»	1	0,5	0,5
54.		Занятие 3.6 «Гармония тела и духа»	1	0,5	0,5
55.		Занятие 3.7 «От пищи полезной не будет болезней»	1	0,5	0,5
56.		Занятие 3.8 «К защите Родины готовы!»	1	0,5	0,5
57.		Занятие 3.9 «По дороге к крепкому здоровью»	1	0,5	0,5
58.		Занятие 3.10 «Спорт нам плечи расправляет»	1	0,5	0,5
59.		Занятие 3.11 «Праздник спортивного мяча»	1	0,5	0,5
60.		Занятие 3.12 «Рекорды зовут!»	1	0,5	0,5
Всего:			60	30	30

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение: занятия проходят в просторном игровом зале, или на игровой площадке ГКУСОКК «Каневской СРЦН» с использованием спортивного инвентаря, музыкального оборудования, наглядных пособий, фотоаппарата, мультимедийного оборудования, обучающих видео материалов.

2.3. Формы контроля (аттестации) планируемых результатов

Форма и методы контроля и оценки результатов усвоения программы предполагает:

- педагогическое наблюдение за процессом проведения занятий;
- ежедневное краткое подведение итогов;
- опрос;
- педагогический мониторинг – ведение журнала посещаемости;
- участие воспитанников в конкурсах, фестивалях муниципального, регионального, федерального уровней, в том числе в сети Интернет;
- фотоотчёт;
- презентации.

2.4. Оценочные материалы

Для отслеживания результативности программы будут использованы следующие материалы:

В разделе «Здоровячки» для первичной и итоговой диагностики используется лист педагогического наблюдения. (Приложение 1)

В разделе «Мы за ЗОЖ» первичная анкета «Здоровый образ жизни», итоговая анкета «Здоровый образ жизни». (Приложение 2)

В разделе «В гостях у спорта и здоровья»: «Анкета по изучению отношения к своему здоровью», «Диагностика потребностей в новых ощущениях», «Экспресс – диагностика представлений о ценности здоровья». (Приложение 3)

2.5 Методическое обеспечение программы

Методические материалы

Реализация программы основывается на следующих принципах:

принцип единства диагностики и коррекции, который обеспечивает целостность педагогического процесса;

принцип единства коррекционных и развивающих задач;

принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей получателей социальных услуг;

принцип целостности восприятия предполагает наполнение жизни получателей социальных услуг яркими впечатлениями и переживаниями от восприятия окружающего мира;

принцип интегративности программы заключается во взаимосвязи различных видов деятельности получателей социальных услуг;

принцип доступности и последовательности предполагает построение учебного процесса от простого к сложному;

принцип деятельностного подхода - любые знания приобретаются получателями социальных услуг во время активной деятельности.

Методы работы:

1. Наглядные (показ педагога, пример, помощь).
2. Словесные (объяснение, описание, поощрение, убеждение).
3. Практические (самостоятельное и совместное выполнение заданий).

Формы работы: групповая.

Педагогические технологии используемые при реализации программы

№ п/п	Название	Цель	Механизм	Результат применения
1.	Личностно-ориентированная технология	Максимальное развитие индивидуальных способностей, обучающихся на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности	Выработка индивидуального пути развития каждого обучающегося через создание альтернативных форм, индивидуальных программ обучения	Саморазвитие личности каждого обучающегося, исходя из его индивидуальных особенностей
2.	Здоровьесберегающая технология	Формирование, укрепление и сохранение социального, физического, здоровья	Создание совокупности организационных, обучающих условий	Приобретение привычки заботиться о собственном здоровье, реализуя специальные техники и технологии его сохранения и укрепления
3.	Игровая технология	Создание оптимальных, соответствующих возрасту условий усвоения, воспитанников информации, знаний, получения	Включение обучающихся в процесс игровой деятельности	Повышается мотивационный уровень обучающихся, мобилизуются личностные ресурсы каждого участника

		опыта		
--	--	-------	--	--

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется педагогами, имеющими педагогическое образование, образовательный ценз которых подтверждается документами государственного образца о соответствующем уровне образования или квалификации, профессиональную переподготовку по теме: «Педагогическая деятельность в дополнительном образовании детей и взрослых», 2020 год, курсы повышения квалификации «Педагогика и методика дополнительного образования детей и взрослых: актуальные технологии», 2023 год.

Раздел 3. Список используемой литературы

Основная литература

1. Воронова Е.А., Здоровый образ жизни в современной школе: программы, мероприятия, игры. – М., Феникс, 2020
2. Мальцев А.И., Быстрее, выше, сильнее! – М., Феникс, 2019
3. Петлякова Э.Н., Уроки здоровья в начальной школе: стандарты второго поколения. – М., Феникс, 2019
4. Потапчук А.А., Как сформировать правильную осанку у ребенка. – М., Огни, 2019
5. Шевердина Н.А., Оздоровительная работа в начальной школе. – М., Феникс, 2019

Дополнительная литература

6. Еникеева, Д.Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков: учебное пособие для средних и высших педагогических учебных заведений / Д.Д. Еникеева. . -- 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2019. - 144 с.
7. Запорожченко В.Г. К понятию здоровый образ жизни // Международная научная конференция Здоровый образ жизни (Ленинград, 12-14 декабря 1990г.): Тезисы доклада. Часть 1.- Новгород, 2013.- 26 с.
8. Каневская Л.Я. Питание школьника.- М.: Медицина, 2011.
9. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. «Школа здорового человека» - М., 2010г.
10. М.М. Безруких., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. Разговор о здоровье и правильном питании: Методическое пособие – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2018. — 80 с.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.maam.ru/detskijsad/program>
2. <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo>
3. <http://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2015>
4. <http://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka>
5. <http://www.openclass.ru/node/141284>
6. <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola>
7. <http://volniks.edurm.ru>
8. <http://www.biblioteka-volgograd.ru>
9. <http://chudostranichki.ru/afanasiy-petrovich/detyam-o-zdorove>
10. http://sc-pr.ru/sport/644-sport_7.html

**Лист педагогического наблюдения результативности
программы «Остров здоровья» по разделу «Здоровячки»**

		Первичный опрос		Итоговый опрос	
№ п/ п	Критерии оценивания	да	нет	да	нет
1.	Выполняет ли упражнения утренней зарядки				
2.	Умеет ли умываться, чистить зубы, мыть руки				
3.	Умеет ли играть в подвижные игры				
4.	Знает ли полезные и вредные продукты				
5.	Знает ли названия спортивного инвентаря				
6.	Знает ли названия видов спорта				

Первичная анкета «Здоровый образ жизни»

Ф.И. _____

1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь. Отметь, какими из перечисленных ниже предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?

- мыло ☐ зубная щетка ☐ полотенце для рук ☐
мочалка ☐ зубная паста ☐ шампунь ☐
тапочки ☐ полотенце для тела ☐

2. На дверях столовой вывесили два расписания приема пищи – одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.

Завтрак	08.00	09.00
Обед	13.00	15.00
Полдник	16.00	18.00
Ужин	19.00	21.00
	☐	☐

3. Оля, Вера и Таня не могут решить — сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь тот ответ, который тебе кажется верным:

- Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить ☐
Из рта все скопившиеся за день остатки пищи ☐
Зубы нужно чистить утром и вечером ☐
Зубы нужно чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день ☐

4. Тебя назначили дежурным. Тебе нужно проследить за тем, как соблюдаются правила гигиены твоими друзьями. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:

- Перед чтением книги ☐ Перед посещением туалета ☐
После посещения туалета ☐ После того, как заправил постель ☐
Перед едой ☐ Перед тем, как идешь гулять ☐
После игры в баскетбол ☐ После того, как поиграл с кошкой или собакой ☐

5. Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ? Отметь:

Каждый день ☐ Два-три раза в неделю ☐ 1 раз в неделю ☐

6. *Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь? Отметь:*

Положить палец в рот ☐

Подставить палец под кран с холодной водой ☐

Намазать ранку йодом и накрыть чистой салфеткой ☐

Итоговая анкета «Здоровый образ жизни»

Ф.И. _____

1. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Оцени их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное для тебя).

- Иметь много денег ☐ Много знать и уметь ☐
 Быть здоровым ☐ Иметь любимую работу ☐
 Иметь интересных друзей ☐ Быть красивым, привлекательным ☐
 Быть самостоятельным (самому решать, что делать и самому обеспечивать себя) ☐
 Жить в счастливой семье ☐

**2. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными?
 Из приведенного перечня условий выбери и отметь 4 наиболее важных для тебя.**

- Регулярные занятия спортом ☐
 Хороший отдых ☐
 Знания о том, как заботиться о своем здоровье ☐
 Хорошие природные условия (чистый воздух, вода и т.д.) ☐
 Возможность лечиться у хорошего врача ☐
 Деньги, чтобы хорошо питаться, отдыхать, посещать спортивный зал и т.д. ☐
 Ежедневное выполнение правил здорового образа жизни
 (соблюдение режима дня, регулярное питание, занятия физкультурой и т.д.) ☐

3. Что из перечисленного присутствует в твоем распорядке дня?

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
Утренняя зарядка, пробежка	☐	☐	☐
Завтрак	☐	☐	☐
Обед	☐	☐	☐
Ужин	☐	☐	☐
Прогулка на свежем воздухе	☐	☐	☐

<i>Сон не менее 8 ч</i>	☐	☐	☐
<i>Занятия спортом</i>	☐	☐	☐
<i>Душ, ванна</i>	☐	☐	☐

4. Можно ли сказать, что ты заботишься о своем здоровье? (отметь нужное).

Да, конечно ☐ Скорее да, чем нет ☐ Скорее нет, чем да ☐ Нет ☐

5. Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о своем здоровье? Отметь один

ответ.

Да, очень интересно ☐ Скорее интересно, чем не интересно ☐

Скорее неинтересно, чем интересно ☐ Не интересно ☐

АНКЕТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ**1. Что является для вас главным в жизни?**

- А) Взаимоотношения в семье
- Б) Материальное благополучие
- В) Здоровье
- Г) Друзья
- Д) Любовь
- Е) УЧЕБА
- Ж) Карьера

2. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?

- А) Хорошее
- Б) Удовлетворительное
- В) Плохое
- Г) Затрудняюсь ответить

3. Ваше любимое занятие в свободное время?

- А) Занимаюсь спортом
- Б) Смотрю телевизор, видео
- В) Гуляю по улице с друзьями
- Г) Читаю книги
- Д) Ничем не занимаюсь

4. Какие темы о здоровье Вас больше всего интересует?

- А) Физическая культура и спорт
- Б) Рациональное питание
- В) Курение
- Г) Алкоголь
- Д) Наркотики
- Е) Другие темы (укажите какие)

5. Из каких источников Вы узнаете о проблемах связанных со ЗОЖ?

- А) Из телевизионных передач
- Б) Из книг, газет, журналов
- В) От педагогов (на уроках, на воспитательных мероприятиях)
- Г) От друзей
- Д) Другие источники (какие)

6. Сколько сигарет Вы выкурили за свою жизнь?

- А) Ни одной
- Б) Только одну или две затяжки
- В) 1 сигарету
- Г) От 2 до 5 сигарет
- Д) Не считал(а)

7. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?

- А) Не употребляю
- Б) Только один раз или два попробовал(а)
- В) Иногда по праздникам

8. Занимаетесь ли Вы физической культурой и спортом?

- А) Да, занимаюсь (укажите, чем именно)
- Б) Нет, не занимаюсь

9. Что Вам необходимо для обучения навыкам ЗОЖ?

- А) Наличие соответствующих знаний
- Б) Наличие денежных средств
- В) Соответствующая литература
- Г) Желание
- Д) Сила воли
- Е) Другое (что именно)

10. Кто, по вашему мнению, должен осуществлять работу по ЗОЖ?

- А) Врачи
- Б) Педагоги
- В) Тренеры
- Г) Я сам(а)
- Д) Другое

11. С какого возраста, по Вашему мнению, следует говорить подросткам о вреде:

- А) Курения
- Б) Злоупотребления алкоголем
- В) Потребления наркотиков

12. Как Вы думаете, что больше вредит здоровью?

- А) Нарушение режима дня, отдыха
- Б) Нарушение питания
- В) Курение
- Г) Малоподвижный образ жизни
- Д) Не соблюдение личной гигиены
- Е) Потребление алкоголя, наркотиков

13. В каких учреждениях Вы предпочли бы укреплять здоровье?

- А) В поликлинике
- Б) У целителей
- В) В летнем лагере
- Г) Нигде
- Д) Самостоятельно

Для получения результатов используется качественная обработка.

Диагностика потребностей в новых ощущениях

С точки зрения склонности человека к попаданию в зависимость от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики) в достаточной степени понятно одно: чем более выражена у человека склонность к поиску новых ощущений, тем выше вероятность того, что, попробовав один раз, он быстро попадет в зависимость от них.

Мы проводим диагностику М. Цукермана, которая позволяет показать степень выраженности такой потребности у каждого человека.

Вашему вниманию предлагается ряд утверждений, которые объединены в пары. Из каждой пары необходимо выбрать одно, которое наиболее характерно для вас, и отметить его.

Текст опросника

- а) Я бы предпочел работу, требующую многочисленных разъездов и путешествий;
- б) Я бы предпочел работать на одном месте.
- а) Меня взбадривает свежий, прохладный день;
- б) В прохладный день я не могу дождаться, когда попаду домой.
- а) Мне не нравятся все запахи человеческого тела;
- б) Мне нравятся все запахи человеческого тела.
- а) Мне не хотелось бы попробовать сигарету, алкоголь, наркотик, который мог бы оказать на меня незнакомое воздействие
- б) Я бы попробовал что-нибудь из таких веществ особенно те, которые вызывают галлюцинации.
- а) Я бы предпочел жить в идеальном обществе, где каждый безопасен, надежен и счастлив;
- б) Я бы предпочел жить в неопределенные смутные дни нашей истории.
- а) Я не могу вынести поездку на машине с водителем, который любит скорость;
- б) Иногда я люблю ездить на машине очень быстро, так как нахожу это возбуждающим.
- а) Если бы я был продавцом, то предпочел бы твердый оклад, а не сдельную зарплату с риском заработать мало или совсем ничего;
- б) Если бы я был продавцом, то я бы предпочел работать сдельно, так как у меня была бы возможность заработать.
- а) Я не люблю спорить с людьми, взгляды которых резко отличаются от моих, поскольку такие споры всегда неразрешимы;
- б) Я считаю, что люди, которые не согласны с моими взглядами, больше стимулируют мое мышление, чем люди, которые согласны со мной.
- а) Большинство людей в целом тратят слишком много денег на страхование;

б) Страхование – это то, без чего не мог бы позволить себе обойтись ни один человек.

- а) Я бы не хотел оказаться загипнотизированным;

б) Я бы хотел попробовать оказаться загипнотизированным.

- а) Наиболее важная цель в жизни – жить на полную катушку и взять от нее столько, сколько можно;

б) Наиболее важная цель в жизни – обрести.

- а) В холодную воду я вхожу постепенно, дав себе время привыкнуть к ней;

б) Я люблю сразу нырнуть или прыгнуть в реку или холодный бассейн.

- а) В большинстве видов современной музыки мне не нравится беспорядочность и дисгармоничность;

б) Я люблю слушать новые и необычные виды музыки.

- а) Худший социальный недостаток – быть грубым, невоспитанным человеком;

б) Худший социальный недостаток – быть скучным человеком, занудой.

- а) Я предпочитаю эмоционально выразительных людей, даже если они немного неуравновешенны;

б) Я предпочитаю больше людей спокойных, даже «отрегулированных».

- а) У людей едущих на мотоциклах, должно быть, есть какая-то неосознаваемая потребность причинить себе боль, вред;

б) Мне не нравится водить мотоцикл или ездить на нем.

Обработка и интерпретация

Полученные ответы соотносятся с ключом:

1а	5б	9а	13б
2а	6б	10б	14б
3б	7б	11б	15б
4б	8б	12б	16б

Каждый ответ, совпавший с ключом, оценивается в 1 балл. Полученные баллы суммируются. Сумма совпадений и является показателем уровня потребностей в новых ощущениях.

Высокий уровень потребностей в ощущениях (11 – 16 баллов) означает наличие у вас влечения, возможно бесконтрольного, к новым, «щекочущим нервы» впечатлениям, что часто может провоцировать на участие в рискованных авантюрных мероприятиях. Риск попасть в зависимость от вредных привычек очень велик.

От 6 до 10 баллов – средний уровень потребности в ощущениях. Он свидетельствует об умении контролировать такие потребности, об умеренности в их удовлетворении, то есть о сдержанности и рассудительности в необходимых моментах жизни.

Вероятность попасть в ситуацию зависимости от вредных привычек – низкая. Скорее всего, вы сможете справиться с собой и преодолеть собственные ошибки, если вы их уже совершили.

Низкий уровень потребности в ощущениях (от 0 до 10 баллов) означает присутствие предусмотрительности и осторожности, порой в ущерб получению новых впечатлений и рискованных удовольствий. Испытуемый с таким показателем предпочитает стабильность и упорядоченность неизвестному и неожиданному в жизни.

Скорее всего, вы не станете даже экспериментировать с табаком, алкоголем и наркотиками. И правильно сделаете.

Экспресс-диагностика представлений о ценности здоровья

Инструкция для педагога

Из приведенных далее десяти утверждений о здоровье нужно выбрать (отметить кружком номер) четыре, которые учащийся сочтет наиболее подходящими. Важно объяснить детям, что все утверждения правильные, поэтому проверяется не знание правильного ответа, а отношение к здоровью, как явлению человеческой жизни.

Список утверждений

1. Мы здоровы, потому что ведем здоровый образ жизни (двигаемся, правильно питаемся).
2. Мы здоровы, если нам повезло: наш организм сильный от природы и может сам защитить себя.
3. Здоровье – это жизнь без вредных привычек (табака, спиртного, наркотиков, переедания и др.)
4. Мы здоровы, потому что умеем отдыхать и расслабляться после учебной и физической нагрузки.
5. Здоровье зависит от врачей и уровня развития медицины.
6. Здоровье зависит, главным образом, от личной гигиены (соблюдения режима дня, привычки чистить зубы и т.п.)
7. Когда человек здоров, он хорошо учится и работает, не волнуется и не болеет. Учеба и здоровье зависят друг от друга.
8. Чтобы быть здоровым, надо таким родиться. Здоровье зависит от удачи и от здоровья наших родителей, а мы получаем его по наследству.
9. Если есть хорошая квартира, высокая зарплата, удобный график работы, чистая окружающая среда, то есть и здоровье.
10. Человек здоров, если он духовно и физически совершенствует себя, постоянно стремится к лучшему.

Анализ исследования

Номер высказывания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
баллы	3	1	3	3	1	2	2	1	1	4
Суммарный балл										

13 баллов: у ребенка высокий уровень ценностного отношения к здоровью (лично ориентированный тип);

11-12 баллов: ребенок осознанно относится к своему здоровью (ресурсно-прагматический тип);

9-10 баллов: ребенок недостаточно осознанно относится к своему здоровью (адаптационно-поддерживающий тип);

4-8 баллов: у ребенка отсутствует сознательное отношение к своему здоровью как к ценности.

Примечание. Для выявления в детском коллективе преобладающего отношения к здоровью как к ценности в качестве ценностного отношения к здоровью группы воспитанников рассматривается наиболее часто встречающийся вариант из числа возможных индивидуальных ответов.