

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД «УЛЫБКА» СМОЛЕНСКОГО РАЙОНА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
(МБДОУ д/с «УЛЫБКА»)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ д/с «Улыбка»
Протокол от 30.08.2024 № 1



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа естественнонаучной направленности

«Познай себя»

Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Мясникова Елена Владимировна

воспитатель

с. Талашкино, 2024 год

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3-6
1.1. Направленность программы.....	4-5
1.2. Актуальность.....	4-5
1.3. Отличительная особенность.....	5-6
1.4. Педагогическая целесообразность	5-6
1.5. Адресат программы	5-6
1.6. Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации программы	6-7
1.7. Формы организации образовательного процесса	6-7
1.8. Принципы и подходы к формированию программы.....	7-8
1.9. Цель и задачи	8-9
1.10. Планируемые результаты усвоения программы.....	10-11
1.11. Условия реализации программы.....	11
1.12. Формы аттестации.....	12
2. Содержательный раздел программы	
2.1. Содержание общеобразовательной общеразвивающей деятельности детей 6–7 лет.....	13-14
3. Содержание учебного плана.....	15-22
4. Календарный учебный график.....	23-29
5. Методическое обеспечение программы.....	30-37
6. Ресурсное обеспечение программы.....	38-40
7. Список литературы.....	41-42

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Умейте открыть перед ребенком в окружающем мире что-то одно, но открыть так, чтобы кусочек жизни заиграл перед детьми всеми красками радуги. Оставляя всегда что-то недосказанное, чтобы ребенку захотелось еще и еще раз возвратиться к тому, что он узнал».

Сухомлинский В. А.

Всякий здоровый ребенок уже с рождения – исследователь. Исследовательская, поисковая активность – естественное состояние ребенка. Наряду с игровой деятельностью, в процессах социализации, познавательно-исследовательская деятельность имеет огромное значение в развитии личности ребенка на протяжении всего дошкольного детства, являясь поиском знаний, приобретением знаний самостоятельно или под тактичным руководством взрослого, осуществляемого в процессе гуманистического взаимодействия, сотрудничества и сотворчества. Не случайно в ФГОС ДО значится, что одним из основных принципов дошкольного образования является «формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности».

В первые семь лет дошкольник проживает три основных периода своего развития, каждый из которых характеризуется определенным шагом навстречу общечеловеческим ценностям и новым возможностям познавать, преобразовывать и эмоционально осваивать мир. Ребенок не оказывается с окружающим миром один на один. Его отношение к миру всегда опосредовано отношением к другим людям, его деятельность всегда включена в общение. Ребенок развивается, не пассивно воспринимая от взрослых информацию о себе, а в процессе деятельности, общения.

В процессе взаимодействия с внешним миром дошкольник, выступая активно действующим лицом, познает его, а вместе с тем познает и себя.

Направленность программы: *естественно-научная*, обеспечивающая более глубокие знания, умения по опытно-экспериментальной деятельности предоставляет возможности непосредственного контакта ребенка с предметами или материалами, элементарные опыты с ними позволяют познать их

свойства, качества, возможности, пробуждают любознательность, желание узнать больше, обогащают яркими образами окружающего мира. В ходе опытной деятельности дошкольник учится наблюдать, размышлять, сравнивать, отвечать на вопросы, делать выводы, устанавливать причинно- следственную связь, соблюдать правила безопасности.

Актуальность программы

Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, предусмотрено формирование у детей познавательных интересов и познавательных действий в различных видах деятельности, а познавательно-исследовательская деятельность признана одним из основных механизмов развития ребенка.

Исследование объектов окружающего мира и экспериментирование с ними является для ребенка естественными средствами познания, что делает юного исследователя более деятельным, энергичным и стойким в этих исканиях. В совместной деятельности с взрослым ребенок понимает, как можно безопасно для себя исследовать окружающие его объекты, у него формируется умение делать выводы и умозаключения по итогам исследовательской деятельности.

Занятия с детьми, предусмотренные программой организованы в виде небольших циклов, объединенных общей темой, и проводятся как с группой, так и с подгруппой детей. Ведущее место в них занимает практическая работа – проведение простейших опытов, наблюдений, экспериментов. Главным является то, что дети принимают непосредственное участие в исследовательской деятельности, а некоторые опыты проводят самостоятельно.

Отличительная особенность:

данной Программы является комплексное использование элементов ранее известных и современных методик детского экспериментирования. И характеризуется структуризацией практического и диагностического материала именно для дошкольников.

Главное достоинство метода экспериментирования заключается в том, что он дает детям реальные представления о различных сторонах изучаемого объекта, о его

взаимоотношениях с другими объектами и со средой обитания. Следствием является не только ознакомление ребенка с новыми фактами, но и накопление фонда умственных приемов и операций, которые рассматриваются как умственные умения.

Новизна программы заключается в том, что экспериментальная деятельность дает детям возможность самостоятельного нахождения решения, подтверждения или опровержения собственных представлений, управления теми или иными явлениями и предметами.

Педагогическая целесообразность обусловлена тем, что детское экспериментирование как форма деятельности используется в практике недостаточно широко, хотя является эффективным средством развития важных качеств личности, как творческая активность, самостоятельность, самореализация, умение работать в коллективе. Такие качества способствуют успешному обучению детей в школе, а участие в педагогическом процессе наравне с взрослыми - возможность проектировать свою жизнь в пространстве детского сада, проявляя при этом изобретательность и оригинальность.

Структура программы представлена модулем: «Познай себя» для детей 6 – 7 лет.

Адресат программы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы от 6 до 7 лет. Программа «Познай себя» разработана с учетом возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста.

1.5. Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации программы.

Характеристика возрастных особенностей детей 6 – 7 лет.

Изменения в сознании характеризуются появлением, так называемого внутреннего плана действий — способностью оперировать различными представлениями в уме, а не только в наглядном плане.

Ребенок организует свое внимание на предстоящей деятельности, формулируя словесно. В этом возрасте значительно возрастают концентрация, объем и устойчивость внимания.

Восприятие становится осмысленным, целенаправленным, анализирующим. В нем выделяются произвольные действия — наблюдение, рассматривание, поиск. Значительное влияние на развитие восприятия оказывает в это время речь — ребенок начинает активно использовать названия качеств, признаков, состояния различных объектов и отношений между ними.

В 6-7 лет увеличивается объем памяти. Дети могут самостоятельно ставить перед собой задачу что-либо запомнить. Используя при этом простейший механический способ запоминания – повторение. Он уже умеет рассматривать предметы, может вести целенаправленное наблюдение, возникает произвольное внимание, и в результате появляются элементы произвольной памяти.

Ведущим по-прежнему является наглядно-образное мышление, но к концу дошкольного возраста начинает формироваться словесно-логическое мышление. Оно предполагает развитие умения оперировать словами, понимать логику рассуждений. В дошкольном возрасте начинается развитие понятий. Полностью словесно-логическое, понятийное, или абстрактное, мышление формируется к подростковому возрасту.

Старший дошкольник может устанавливать причинно-следственные связи, находить решения проблемных ситуаций. Может делать исключения на основе всех изученных обобщений, выстраивать серию из 6—8 последовательных картинок.

Объем программы: Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы «Познай себя» - 36 часов.

1.6. Формы организации образовательного процесса

Занятия по программе проходят в очной форме.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать: фронтальные занятия, подгрупповые занятия (объединяет детей, связанных по интересам); парная работа (основной целью является взаимообучение); индивидуальная работа (ребенок склонен для себя что-то открыть); самостоятельная деятельность (дети применяют свое творчество, фантазию, могут становиться героями придуманных сюжетов).

Срок освоения программы: один год обучения в количестве 36 часов с

учебной нагрузкой 30 минут в неделю.

Режим занятий: 1 раз в неделю во второй половине дня, продолжительностью для детей 6-7 лет – 30 минут.

Условия реализации программы: естественная для ребенка среда жизнедеятельности, помещения и территория ДОУ.

1.7. Принципы и подходы к формированию программы

Принцип деятельности – включение ребенка в игровую, познавательную, поисковую деятельность, в процессе которых новое знание вводится не в готовом виде, а через самостоятельное "открытие" его ребенком.

Принцип природосообразности – развитие в соответствии с природой ребенка, его здоровьем, психической и физической конституцией, его способностями и склонностями, индивидуальными особенностями.

Принцип доступности и научности позволяет приобщить детей к активной исследовательской деятельности, углубить первоначальные представления на каждом этапе, насытить их содержанием, осуществить постепенно их переход в понятия, а затем в знания.

Принцип интеграции – интегративность всех процессов, реализующихся в образовательном пространстве.

Принцип дифференцированного подхода – решаются задачи эффективной психологической помощи воспитанникам в совершенствовании их личности, способствует созданию специальных педагогических ситуаций, помогающих раскрыть психофизические, личностные способности и возможности воспитанников.

Принцип систематичности и последовательности - работа детей строится по принципу "от простого к сложному".

Принцип наглядности - реализуется через применение наглядного демонстрационного и раздаточного материала, моделей, схем, планов.

Принцип преемственности - занятия строятся с использованием интерактивных технологий, в процессе которых дети сами делают открытия и используют полученные знания, что позволяет обеспечить преемственность между

дошкольным этапом и начальной школой, как на уровне содержания, так и на уровне технологии.

1.8. Цель и задачи «Познай себя»

Цель: создание условий для формирования у детей дошкольного возраста потребности в здоровом образе жизни через систему знаний и представлений об организме человека.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ Углубить у детей первоначальные представления о строении организма человека, его органах и системах, их функциональным назначением.
- ✓ Формирование навыков ухода за своим телом и оказания элементарной помощи.

Развивающие:

- ✓ Развивать свободное общение с взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни.
- ✓ Развивать умения «слушать» и «слышать» свой организм, понимать себя как целостного существа, осознания самооценности своей и ценности жизни другого человека.
- ✓ Развивать навыки и умения проводить простейшие опыты, работать с экспериментальным инструментарием.
- ✓ Развивать и поддерживать у детей интерес, любознательность и познавательную мотивацию, умение рассуждать и анализировать.

Воспитательные:

- ✓ Воспитывать у детей положительное отношение к своему телу, потребности в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни.
- ✓ Сформировать нормы и правила личной гигиены, заботливого отношения к своему организму.

1.9. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения содержания Программы предполагается формирование у воспитанников устойчивых естественнонаучных знаний и представлений, формирование исследовательских умений, а также самостоятельности в процессе экспериментальной деятельности, применении знаний на практике.

Планируемые результаты освоения модуля программы «Познай себя»

Предметные:

Обучающиеся будут:

1. различать понятия «часть тела» и «орган»;
2. показывать на анатомическом фартуке проекции некоторых внутренних органов;
3. иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья;
4. иметь начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;
5. выполняют действия по организации экспериментов.

Личностные:

1. знание основных принципов и правил отношения к живой природе, к своему организму; основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
2. реализация установок здорового образа жизни;
3. уметь сотрудничать со взрослыми и сверстниками;
4. следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

Метапредметные:

1. задают вопросы, ищут ответы;
2. формулируют цель и планируют задачи;
3. выдвигают гипотезы и проверяют их;
4. видят проблему по определенной теме;
5. отбирают средства и материалы для самостоятельной деятельности
6. оформляют результаты наблюдений в виде простейших схем, знаков, рисунков, описаний, выводов;
7. применяют теоретические знания в практической деятельности.

Для педагога: Повысить профессиональный рост педагога, его теоретический уровень. Внедрить современные формы и методы работы по интеллектуально-

познавательному развитию воспитанников.

Для родителей:

Активизация участия родителей в познавательном развитии ребенка.

1.10. Условия реализации программы

Программа ориентирована на детей 6-7 лет. Экспериментальная деятельность проводится один раз в неделю, во второй половине дня, продолжительностью 30 минут. Форма организации фронтальная/подгрупповая/парная/индивидуальная. Организация экспериментальной деятельности строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

1.12 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Педагогический контроль/аттестация знаний, умений и навыков обучающихся проводится 2 раза в год:

1. в начале учебного года (сентябрь) с целью определения начального уровня (знаний, навыков, развития и т.п.) обучающихся;
2. в конце учебного года (май) проводится итоговая аттестация/контроль, с целью определения уровня освоения воспитанниками программы дополнительного образования, изученной за определенный год обучения, или если этот год является последним годом обучения, тогда проверяются знания всей программы в целом.

Педагог заполняет диагностические карты, отражающих уровни сформированности умений и навыков исследовательской деятельности дошкольников по следующим критериям: сформирован, не сформирован, формируется. Диагностика основана на методе наблюдений за действиями детей во время проведения исследовательской деятельности как на специально организованных занятиях, так и в свободной деятельности.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями:

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла - ребенок не может выполнить все параметры оценки, с помощью

взрослого;

3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Критерии и уровневые характеристики оценки эффективности педагогического взаимодействия.

При осуществлении педагогической деятельности по организации детского экспериментирования перед воспитателями возникают проблемы диагностики сформированности навыков исследовательской деятельности; отбора методов отслеживания результативности данной работы. Разработаны критерии оценки уровня развития знаний, умений и навыков у дошкольников.

Показатели отслеживания эффективности деятельности детей по программе «Познай себя»

1. Устойчивое побуждение к сохранению своего собственного здоровья и здоровья окружающих;
2. Сформированы четкие, системные представления о здоровом образе жизни;
3. Самостоятельно применяет полученные знания в повседневной жизни.

Высокий уровень: устойчивое побуждение к сохранению своего собственного здоровья и здоровья окружающих, сформированы четкие, содержательные, системные представления о здоровом образе жизни; самостоятельно применять полученные знания в повседневной жизни.

Средний уровень: ситуативные побуждения к сохранению своего собственного здоровья и здоровья окружающих; отрывочные, фрагментарные представления о здоровом образе жизни; применяет полученные знания в повседневной жизни в общей со взрослым деятельности.

Низкий уровень: не проявляет побуждений к сохранению своего собственного здоровья и здоровья окружающих; представления о здоровом образе жизни не оформлены; самостоятельно не применяет полученные знания в повседневной жизни.

Результаты мониторинга	Устойчивое побуждение к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих			Сформированы четкие, системные представления о здоровом образе жизни			Самостоятельно применяет полученные знания в повседневной жизни.		
	н. у. %	с.у. %	в. у. %	н. у. %	с.у. %	в. у. %	н.у. %	с. у. %	в. у. %
Начало учебного года									
Конец учебного года									

н. у.% - низкий уровень %;

с. у.% - средний уровень, %;

в. у.% - высокий уровень, %

2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Содержание общеобразовательной общеразвивающей деятельности детей 6–7 лет

УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Познай себя»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	2	-	Беседа
2	Вот я какой	6	3	3	Беседа Наблюдения Практическая деятельность
3	Осанка	4	2	2	Беседа Наблюдения Практическая деятельность
4	Кожа	2	1	1	Беседа Исследовательская деятельность
5	Глаза	3	1	2	Беседа Практическая деятельность
6	Уши	2	1	1	Исследовательская деятельность
7	Органы дыхания и обоняния	4	2	2	Беседа Исследовательская деятельность
8	«Живой мотор- чик»	1	-	1	Беседа Исследовательская деятельность
9	«Волшебные реки»	1	1	-	Беседа Наблюдение
10	Язык	1	1	-	Беседа Наблюдение
11	«Кастрюлька- сковородка»	1	1	-	Беседа

12	«В стране Зубриков»	2	1	1	Беседа Исследовательская деятельность
13	«Мозг и нервная система»	1	-	1	Беседа Исследовательская деятельность
14	«Мальчики и девочки»	1	1	-	Наблюдение
15	«Микробы и гигиена»	1	-	1	Исследовательская деятельность
16	Витамины для организма	1	-	1	Беседа Исследовательская деятельность
17	Опасные предметы в доме	1	-	1	Беседа Исследовательская деятельность
18	Итоговое	2	1	1	Анализ деятельности
	Всего	36	18	18	

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

«Познай себя»

Раздел 1. Введение

Тема «Виртуальная экскурсия в детскую лабораторию «Юный исследователь».

Теория: Познакомить детей с новым оборудованием уголка любознательности.

Практика: рассмотреть оборудование и инструменты уголка «Юный исследователь».

Раздел 2. «Вот я какой»

Тема «Вот я какой»

Теория: познакомить с внешним строением тела человека, с возможностями своего организма.

Практика: упражнение «Умею - не умею» (по типу «Съедобное – не съедобное»)

Тема: Человек - живой организм».

Теория: формировать представление об уникальности человека, его способности к

сознательным действиям.

Практика: практические упражнения на закрепление знаний строения своего организма.

Тема «Мои ручки».

Теория: дать представление о том, что руки – это верхние конечности человеческого тела, развивать двигательные навыки, мелкую моторику.

Практика: сравнение рук взрослых и детей. Игровое упражнение «Кто быстрее наденет».

Тема «Рука- правая и левая».

Теория: познакомить детей с понятием «левша» и «правша». Вспомнить названия пальцев. Дать понятие о тесной связи рук и мозга.

Практика: пальчиковая гимнастика «Дружба». «Плетение ковриков» для развития мелкой моторики.

Тема «Мои ножки».

Теория: дать представление, что ноги – это опора человеческого тела, познакомить со строением ног, их основными функциями.

Практика: игровое упражнение «Кто быстрее достигнет цели».

Тема «Как ухаживать за ногами».

Теория: учить детей ухаживать за своими ногами, предотвращать различные нарушения стопы, познакомить с понятием «плоскостопие», «косолапость».

Практика: упражнения для профилактики плоскостопия «Здравствуйте – до свидания». Совершать движение стопами от себя – на себя. «Ежик» - стопа опирается на мячик. Перекатывать мячик с пятки на носок и обратно, максимально нажимая на него.

Раздел 3. Осанка.

Тема «Разные, но одинаковые».

Теория: подвести к пониманию того, что каждый человек индивидуален и неповторим, но тело одинаково.

Практика: упражнение «Сходства и различия» - выбрать себе пару и определить, что похожее, а что различное у детей.

Тема: «Скелет»

Теория: дать детям представление о том, что у каждого человека внутри есть кости, которые составляют подвижную конструкцию - скелет нашего тела, защищающий внутренние органы от различных повреждений.

Практика: игровое упражнение «Как сохранить кости здоровыми и крепкими».

Тема: «Осанка-кривая спина».

Теория: Учить следить за своим здоровьем, развитие умения сохранять равновесие.

Практика: упражнения для формирования осанки «Морская звезда», «Стойкий оловянный солдатик».

Тема: «Мышцы».

Теория: дать детям представление о том, что у каждого человека внутри есть мышцы, которые составляют подвижную конструкцию нашего тела.

Практика: ритмическая гимнастика «Ванька-встанька», «Футболист», «Киска спит».

Раздел 4. Кожа.

Тема: «Кожа или живая одежда»

Теория: дать представление о том, что кожа – естественный покров тела человека, она постоянно растет и обновляется.

Практика: игровое упражнение «Найди пару» - учить детей на ощупь определить материалы предметов, из которых они сделаны.

Тема: «Зачем человеку кожа»

Теория: Дать представление о том, для чего человеку кожа, воспитывать бережное отношение к своей коже, соблюдать чистоплотность.

Практика: Практическое упражнение «Обработка раны» - учить детей оказывать первую медицинскую помощь при обработке мелких ран, ссадин, царапин.

Раздел 5. Глаза.

Тема: «Глаза - орган зрения».

Теория: Показать детям, какую роль играет зрение в жизни человека, рассказать об особенностях строения глаз.

Практика: гимнастика для глаз «Самолет» - учить детей заботиться о своих глазах.

Тема: «Болезни глаз».

Теория: познакомить с болезнями глаз, которые возникают, если человек не соблюдает все необходимые правила.

Практика: упражнения для активизации работы мышц глаз.

Тема: «Слепые люди».

Теория: Дать детям представление о слепых, воспитывать чувство сострадания к незрячим людям, желание оказать им помощь. Оказание первой помощи при травме глаз.

Практика: наблюдать за действиями педагога.

Раздел 6. Уши.

Тема: «Уши – орган слуха».

Теория: познакомить детей со строением слухового аппарата и выполняемыми функциями, дать представление о приемах нарушения слуха.

Практика: игровое упражнение «Определи по звуку» - учить детей угадывать звуки, которые издают различные предметы, вещества, инструменты.

Тема: «Слушай во все уши».

Теория: Учить при помощи опытов различать силу, тембр звуков, уточнить, что уши у всех разные. «Правила хорошего слуха» - закрепить знания о правилах ухода за ушами.

Практика. Совместно с педагогом составить правила ухода за ушами.

Раздел 7. Органы дыхания и обоняния.

Тема: «Нос – орган обоняния»

Теория: познакомить с органом обоняния носом, с особенностями его функционирования.

Практика: Дыхательная гимнастика.

Тема: «Мой нос»

Теория: продолжать знакомить детей с органом обоняния носом, его значением для жизни человека, учить детей бережно относиться к этому важному органу.

Практика: Исследовательская деятельность «Угадай по запаху».

Тема: «Органы дыхания».

Теория: обобщить и конкретизировать знания детей о строении и значении органов дыхания. Сформировать представления о функционировании органов дыхания.

Практика: Дыхательная гимнастика.

Тема: «В стране легких или путешествие воздушных человечков»

Теория: дать детям представление о том, что дыхание одно из важнейших функций организма, показать значение дыхания для жизни человека, познакомить с дыхательными путями, с механизмом дыхания (вдоха, выдоха).

Практика: наблюдение за действиями педагога, рассматривание демонстративного иллюстративного материала.

Раздел 8. Сердце.

Тема: «Живой моторчик»

Теория: дать детям представление о работе сердца, его расположении, строении, развивать наблюдательность, внимание к своему организму.

Познакомить детей с прибором для изучения сердца по характерному звуку.

Практика: рассматривание иллюстративного материала; действие с фонендоскопом; формировать способность анализировать результаты опытов.

Раздел 9. Кровь.

Тема: «Волшебные реки»

Теория: Познакомить с деятельностью и выполняемыми функциями клеток крови (эритроцитов, лейкоцитов, тромбоцитов). Научить детей оказывать первую помощь при кровотечениях, дать знания о значении переливания крови, о донорах.

Практика: Чтение стихотворения Н. Кнушевицкая «Кровь».

Раздел 10. Язык.

Тема: «Зачем человеку язык?»

Теория: дать детям элементарные знания о значении языка в ощущении вкуса пищи, а также о значении слюны и о влиянии температуры пищи на обострение или притуплении вкусовой действительности.

Практика: Чтение сказки «О царе, который не любил чистить зубы».

Тема: «Кастрюлька-скороварка»

Теория: познакомить с пищеварительным трактом, его основными отделами и выполняемыми функциями, учить понимать свой организм, его потребности.

Практика: составить вместе с детьми памятку «Правила здорового питания».

Раздел 11. Зубы.

Тема: «В стране Зуборчиков»

Теория: дать знания о зубах, для чего они нужны человеку. Закрепить представление о том, какая еда полезная, а какая вредная для организма.

Практика: Д/и «Полезная и вредная еда».

Тема: «Подружись с зубной щеткой»

Теория: продолжать знакомить с правилами личной гигиены, дать представление о зубной щетке и детской зубной пасте, их назначением и функцией. Беседа «Что полезно для зубов, что не полезно».

Практика: «Почисти зубки».

Раздел 12. Главный орган человека.

Тема: «Мозг и нервная система»

Теория: дать представление о том, что мозг - самый важный орган человеческого организма, познакомить с его строением, расположением, с его помощниками. Правил поведения для сохранения здоровой нервной системы.

Практика: Рассмотреть макет по теме.

Раздел 13. Мальчики и девочки.

Тема: «Про мальчиков и девочек»

Теория: познакомить с главным отличием мальчиков и девочек. Воспитывать чистоту отношений между мальчиками и девочками. Воспитывать чувство уважения, любви к своим родителям, бабушкам и дедушкам.

Практика: Чтение басни Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».

Раздел 14. Микробы и гигиена.

Тема: «Микробы» опыт «Мытье рук»

Теория: дать знания детям о том, какой вред наносят микробы организму человека и как от них защититься. Чтение стихотворения А. Л. Барто «Девочка чумазная».

Практика: проговорить и повторить алгоритм мытья рук с детьми.

Раздел 15. Витамины.

Тема: «Витамины укрепляют организм»

Теория: Познакомить с понятием «витамины», закрепить знания о необходимости витаминов в организме человека. Дать детям знания о вреде грязной воды.

Практика: «Какую воду мы пьем» - беседа.

Раздел 16. Опасные предметы в доме

Тема: «Опасные предметы в доме»

Теория: закрепить представления об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту, об их необходимости для человека.

Практика: Д/игра «Опасно - не опасно». Контакты с животными - Учить отличать ситуации, опасные для жизни, грозящие их здоровью, окружающих от неопасных

ситуаций.

Раздел 17. Итоговые занятия.

Тема: «Сохрани свое здоровье сам»

Теория: Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приемы самооздоровления.

Практика: «Су-Джок» шарики и пружинки.

Тема: «Что такое здоровье и что такое болезнь?»

Теория: объяснить детям, что значит быть здоровым и что надо делать, чтобы не заболеть. Прививать любовь к физическим упражнениям.

Практика: развлечение «Поиграем».

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Модуль «Познай себя»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	С е н т я б р ь	05.09.	Вторая Половина дня	Теория	1	Диагностическое обследование детей	Групповое помещение	Беседа Наблюдения Практическа я деятельность
2.		12.09.		Теория	1	Вводное. «Виртуальная экскурсия в детскую лабораторию «Юный исследователь»		
3.		19.09.		Теория Практика	1	1 часть: «Вот я какой» 2 часть: практические упражнения «Умею - не умею»		
4.		26.09.		Теория Практика	1	1 часть «Человек живой организм» 2 часть практические упражнения		
5.	О к т я б р ь	03.10		Теория Практика	1	1 часть: «Мои ручки» 2 часть: игровое упражнение «Кто быстрее наденет»	Групповое помещение	Беседа Наблюдения Практическая деятельность

6.		10.10.		Теория Практика	1	1 часть «Рука - правая и левая» 2 часть Пальчиковая гимнастика		Беседа Практическая деятельность
7.		17.10.		Теория Практика	1	1 часть «Мои ножки» 2 часть Игровое упражнение «Кто быстрее достигнет цели»		Беседа Практическая деятельность
8.		24.10.		Теория Практика	1	1 часть «Как ухаживать за ногами» 2 часть упражнения для профилактики плоскостопия		Беседа Практическая деятельность
9.		31.10.		Теория Практика	1	1 часть «Разные, но одинаковые» 2 часть дид. упр-ие «Сходства и различия»	Групповое помещение	Беседа Наблюдения Практическая деятельность

	Ноябрь							
10.		07.11.		Теория Практика	1	1 часть «Скелет» 2 часть «Как со хранить кости здоровыми и крепкими»		Беседа Наблюдения Практическая деятельность
11.		14.11.		Теория Практика	1	1 часть «Осанка- кривая спина» 2 часть упражнения для формирования осанки		Беседа Наблюдения Практическая деятельность
12.		21.11.		Теория Практика	1	1 часть «Мышцы» 2 часть Ритмическая гимнастика		Беседа Исследовательская деятельность
13.		28.11.		Практика		1 часть Ритмическая гимнастика		Практическая деятельность
14.	Д е к а б р ь	05.12.		Теория Практика	1	1 часть «Кожа или живая одежда» 2 часть Игровое упр-ие «Найди пару»	Групповое помещение	
15.		12.12.		Теория Практика	1	1 часть «Зачем человеку кожа» 2 часть Практическое упражнение «Обработка раны»		Беседа Исследовательская деятельность
16.		19.12.		Теория Практика	1	1 часть «Глаза -орган зрения» 2 часть гимнастика для глаз «Самолет»		Беседа Исследовательская деятельность

17.		26.12.		Теория Практика	1	1 часть «Болезни глаз» 2 часть Упражнения для активизации работы мышц глаз		Беседа Беседа Наблюдения
18.	<i>Январь</i>	09.01.		Теория Практика	1	1 часть «Слепые люди» 2 часть Оказание первой помощи при травме глаз	Групповое помещение	
19.		16.01.		Теория Практика	1	1 часть «Уши – орган слуха» 2 часть Игровое упражнение «Определи по звуку»		Исследовательская деятельность
20.		23.01.		Теория Практика	1	1 часть «Слушай во все уши» часть «Правила хорошего слуха»	Групповое помещение	Исследовательская деятельность
21.		30.01.		Теория Практика	1	1 часть «Нос – орган обоняния» 2 часть Дыхательная гимнастика		Исследовательская деятельность
22.	Февраль	06.02.		Теория Практика		1 часть «Мой нос» часть Исследовательская деятельность «Угадай по запаху»		Беседа Исследовательская деятельность
23.		13.02.		Теория Практика	1	1 часть «Органы дыхания» 2 часть Дыхательная гимнастика	Групповое помещение Групповое помещение	Беседа Исследовательская деятельность Беседа Исследовательская

24.		20.02.		Теория Практика	1	1 часть «В стране легких или путешествие воздушных человечков. 2 часть Дыхательная гимнастика		деятельность
25.		27.02.		Теория Практика	1	1 часть «Живой моторчик» 2 часть «Знакомство с фонендоскопом». Эксперимент «Послушай свое сердце»		
26.	Март	06.03.		Теория Практика	1	1 часть «Волшебные реки» часть Первая помощь при кровотечениях 3 Чтение стихотворения Н. Кнушвиц «Кровь»		Беседа Наблюдения
27.		13.03.		Теория Практика	1	1 часть «Зачем человеку язык?» 2 часть «Правила гигиены полости рта» Чтение сказки «О царе, который не Любил чистить зубы»	Групповое помещение	Беседа Наблюдения

28.		20.03.		Теория Практика	1	1 часть «Кастрюлька - сковарка» 2 часть Чтение стих-ия «Куда пропала пища?»»		Беседа Наблюдения
29.		27.03.		Теория Практика	1	1 часть «В стране Зубарии» часть Д/и «Полезная и вредная еда»		Исследовательская деятельность
30.	Апрель	03.04.		Теория Практика	1	1 часть «Подружись с зубной щеткой» 2 часть «Что полезно для зубов, что не полезно»	Групповое помещение	Беседа Исследовательская деятельность
31.		10.04.		Теория Практика	1	1 часть «Мозг и нервная система» 2 часть Релаксационная гимна- стика. Составление правил поведения для сохранения здоровой нервной системы.		Исследовательская деятельность

32.			Теория	1	1 часть «Про мальчиков и девочек» 2 часть Чтение басни Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек»		Наблюдения
33.		17.04.	Теория Практика	1	1 часть «Микробы» опыт «Мытье рук» 2 часть Чтение стихотворения А. Л. Барто «Девочка чумакая»		Исследовательская деятельность
34.	Май	24.04.	Теория Практика	1	1 часть «Витамины укрепляют организм» 2 часть «Какую воду мы пьем»	Групповое помещение	Беседа Исследовательская деятельность
35.		08.05.	Теория Практика	1	1 часть «Опасные предметы в доме» 2 часть Д/игра «Опасно – не опасно». Контакты с животными	Групповое помещение	Беседа Исследовательская
36.		15.05.	Теория Практика	1	1 часть «Сохрани свое здоровье сам» 2 часть «Что такое здоровье, и что такое болезнь?»		Беседа Наблюдения
37.		22.05.	Практика	1	1 часть Диагностическое обследование детей		

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Формы, методы и средства реализации программы

Формы работы:

Для реализации программы предусматривается использование следующих форм работы по поисково-экспериментальной деятельности:

- совместная экспериментальная деятельность воспитателя с детьми;
- познавательные занятия с элементами экспериментирования;
- демонстрационные опыты, реализуемые педагогом;
- самостоятельная экспериментальная деятельность детей.

Методы работы:

Исходя из цели и задач программы, ведущими являются практические методы, а именно метод экспериментирования как один из эффективных методов познания закономерностей и явлений окружающего мира, дающий возможность формировать познавательную активность дошкольников, развивать интеллектуальные способности.

Характер познавательных задач в практической деятельности определяет использование и методов наблюдения:

- наблюдения распознающего характера, в ходе которых формируются знания о свойствах и качествах предметов и явлений;
- наблюдения за изменением и преобразованием объектов.

Словесные методы направлены на создание у детей ярких и точных представлений о событиях или явлениях, воздействуя на ум, чувства и воображение детей, побуждая их к обмену впечатлениями, совершенствованию знаний и умственно-речевых умений детей.

Из эффективных приемов предполагается использование картосхем, таблиц с алгоритмами, моделей обследования предмета, решение проблемных ситуаций с использованием персонажей.

Возможно использование инновационных технологий в процессе экспериментирования: компьютерные и мультимедийные средства обучения, стимулирующие познавательный интерес дошкольников.

Именно такой подход к использованию методов и приемов позволяет развивать познавательную активность и любознательность детей.

Психолого-педагогические условия реализации программы

Для формирования детской самостоятельности и развития познавательной деятельности образовательная среда выстраивается таким образом, чтобы дети могли:

- иметь возможность для активного исследования и решения проблемно-противоречивых ситуаций;
- учиться на собственном опыте экспериментировать с различными объектами;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений;
- предъявлять и обосновывать свою инициативу;
- планировать и оценивать свои действия индивидуально и в малой группе.

Примерный алгоритм проведения экспериментирования

- 1 . Предварительная работа (экскурсии, наблюдения, чтение, беседы, рассматривание, зарисовки) по изучению теории вопроса.
- 2 Определение типа вида и тематики занятия-экспериментирования.
- 3 Выбор цели задач работы с детьми (познавательные, развивающие, воспитательные задачи).
- 4 Игровой тренинг внимания, восприятия, памяти, мышления.
- 5 Предварительная исследовательская работа с использованием оборудования учебных пособий.
- 6 Выбор и подготовка пособий и оборудования с учетом возраста детей изучаемой темы.
- 7 Обобщение результатов наблюдений в различных формах (дневники наблюдений, таблицы, фотографии, пиктограммы, рассказы, рисунки и т.д.) с целью подведения детей к самостоятельным выводам по результатам исследования.

Примерная структура организации экспериментирования

- 1 Постановка исследовательской задачи.
- 2 Тренинг внимания, памяти, логики мышления.
- 3 Уточнение правил безопасности жизнедеятельности в ходе осуществления экспериментирования.
- 4 Уточнение плана исследования.
- 5 Выбор оборудования и размещение детьми в зоне исследования.
- 6 Распределение детей на подгруппы.
- 7 Анализ и обобщение полученных результатов экспериментирования.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕАЛИЗАЦИИ ДООП «Познай себя»

Перечисленные методики и технологии обеспечивают выполнение рабочей программы и соответствуют принципам полноты и достаточности:

- игровая технология;
- технология исследовательской деятельности;
- технология, опирающиеся на познавательный интерес (Л.В. Занков, Д.Б. Эльконин - В.В. Давыдов);
- технология проблемного обучения;
- технология сотрудничества (В.Дьяченко, А.Соколов и др.);
- проектная технология.

Игровая технология

Концептуальные идеи и принципы:

- 1 игра – ведущий вид деятельности и форма организации процесса обучения;
- 2 игровые методы и приемы - средство побуждения, стимулирования обучающихся к познавательной деятельности;
- 3 постепенное усложнение правил и содержания игры обеспечивает активность действий;
- 4 игра как социально-культурное явление реализуется в общении. Через общение она передается, общением она организуется, в общении она функционирует;
- 5 использование игровых форм занятий ведет к повышению творческого потенциала обучаемых и, таким образом, к более глубокому, осмысленному и быстрому освоению изучаемой дисциплины;
- 6 цель игры – учебная (усвоение знаний, умений и т.д.). Результат прогнозируется заранее, игра заканчивается, когда результат достигнут;
- 7 механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности личности в самовыражении, самоутверждении, саморегуляции, самореализации.

Технология исследовательской деятельности

Концептуальные идеи и принципы:

1. формирование познавательной мотивации обучающегося;

2. формирование первоначальных естественно – научных представлений у воспитанников;
3. формирование позитивного отношения обучающихся к экспериментальной деятельности;
4. формирование самостоятельности в определении подходов, позиций при решении исследовательских задач;
5. формирование у обучающихся умения делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи.

Технология здоровьесбережения

Концептуальные идеи и принципы:

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.
2. Развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры обучающихся.
3. Воспитание у обучающихся привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.
4. Накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

Обретение валеологической компетентности, позволяющей обучающемуся самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения

Технология, опирающаяся на познавательный интерес

Концептуальные идеи и принципы:

1. активный деятельностный способ обучения (удовлетворение познавательной потребности с включением этапов деятельности: целеполагание, планирование и организацию, реализацию целей и анализ результатов деятельности);
2. обучение с учетом закономерностей детского развития;
3. опережающее педагогическое воздействие, стимулирующее личностное развитие (ориентировка на «зону ближайшего развития ребенка»);
4. ребенок является полноценным субъектом деятельности.

Технология проблемного обучения

Концептуальные идеи и принципы:

1. создание проблемных ситуаций под руководством педагога и активная самостоятельная деятельность обучающихся по их разрешению, в результате чего и осуществляется развитие мыслительных и творческих способностей, овладение знаниями, умениями и навыками;
2. целью проблемной технологии выступает приобретение ЗУН, усвоение способов самостоятельной деятельности, развитие умственных и творческих способностей;
3. проблемное обучение основано на создании проблемной мотивации;
4. проблемные ситуации могут быть различными по уровню проблемности, по содержанию неизвестного, по виду рассогласования информации, по другим методическим особенностям;
5. проблемные методы — это методы, основанные на создании проблемных ситуаций, активной познавательной деятельности учащихся, требующей актуализации знаний, анализа, состоящей в поиске и решении сложных вопросов, умения видеть за отдельными фактами явление, закон.

Технология сотрудничества

Концептуальные идеи и принципы:

1. позиция взрослого как непосредственного партнера детей, включенного в их деятельность;
2. уникальность партнеров и их принципиальное равенство друг другу, различие и оригинальность точек зрения, ориентация каждого на понимание и активную интерпретацию его точки зрения партнером, ожидание ответа и его предвосхищение в собственном высказывании, взаимная дополнительность позиций участников совместной деятельности;
3. неотъемлемой составляющей субъект-субъектного взаимодействия является диалоговое общение, в процессе и результате которого происходит не просто обмен идеями или вещами, а взаиморазвитие всех участников совместной деятельности;

4. диалоговые ситуации возникают в разных формах взаимодействия: педагог - ребенок; ребенок - ребенок; ребенок - средства обучения; ребенок – родители;
5. сотрудничество непосредственно связано с понятием – активность. Заинтересованность со стороны педагога отношением ребенка к познаваемой действительности, активизирует его познавательную деятельность, стремление подтвердить свои предположения и высказывания в практике;
6. сотрудничество и общение взрослого с детьми, основанное на диалоге - фактор развития дошкольников, поскольку именно в диалоге дети проявляют себя равными, свободными, раскованными, учатся самоорганизации, самостоятельности, самоконтролю.

Проектная технология

Концептуальные идеи и принципы:

1. развитие свободной творческой личности, которое определяется задачами развития и задачами исследовательской деятельности детей, динамичностью предметно-пространственной среды;
2. особые функции взрослого, побуждающего ребенка обнаруживать проблему, проговаривать противоречия, приведшие к её возникновению, включение ребенка в обсуждение путей решения поставленной проблемы;
3. способ достижения дидактической цели в проектной технологии осуществляется через детальную разработку проблемы (технология);
4. интеграция образовательных содержаний и видов деятельности в рамках единого проекта совместная интеллектуально – творческая деятельность; завершение процесса овладения определенной областью практического или теоретического знания, той или иной деятельности, реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом.

6. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Информационно-методическое обеспечение реализации программы	<u>Информационно -техническое оснащение:</u> - мультимедийные проекторы, интерактивная доска, ноутбук, фотоаппарат; - библиотека детской познавательной и художественной литературы в группах в соответствии с возрастными особенностями детей; - мини-кабинет методической и педагогической литературы по опытно-экспериментальной деятельности; - коллекция детских дидактических мультимедийных презентаций; - интернет- ресурсы, сайт ДОУ. <u>Научно-методическое обеспечение:</u> - методика Савенкова А.И. Авторские разработки, статьи, книги, Интернет-публикации доктора педагогики и психологии, профессора МПГУ Савенкова А.И.; - теория развития исследовательских способностей (А.Н. Поддьяков) (статьи); - методика организации экспериментальной деятельности дошкольников под общей редакцией Ивановой Л.Н., Рыжовой Л.Н. - Опытно-экспериментальная деятельность в ДОУ. Конспекты занятий в разных возрастных группах/ сост. Н.В. Нищева. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013 - Открытые мероприятия для детей старшей группы. Образовательная область «Познавательное развитие». Авт.-сост.: Аджиджи А.В., Воронеж: ООО «Метода», 2014
---	---

Материально-техническое обеспечение реализации программы	групповые помещения, соответствующие требованиям СанПиН, ФГОС; зоны и уголки для детской экспериментальной и опытнической деятельности в группах; мини-музеи «Мир камня», «Бумаги»; уголок природы, «огород на окне» в группе; цветники. <u>Основное оборудование и материалы уголка экспериментирования:</u> приборы – помощники: увеличительное стекло, чашечные весы, песочные часы, разнообразные магниты, бинокль; прозрачные и непрозрачные сосуды разной конфигурации и разного объема: пластиковые бутылки, стаканы, ковши, ведерки, воронки; природные материалы: камешки разного цвета и формы, минералы, глина, разная по составу земля, уголь, крупный и мелкий песок. птичьи перышки, ракушки, шишки, скорлупа орехов, кусочки коры деревьев, листья, веточки, пух, мох, семена фруктов и овощей; бросовый материал: кусочки кожи, поролона, меха, лоскутки ткани, пробки, проволока, деревянные, пластмассовые, металлические предметы, формочки – вкладыши от наборов шоколадных конфет; технические материалы: гайки, винты, болтики, гвозди; разные виды бумаги: обычная альбомная и тетрадная, калька, наждачная; красители: ягодный сироп, акварельные краски; медицинские материалы: пипетки, колбы, пробирки,
--	--

	шпатели, вата, мензурки, воронки, шприцы (пластмассовые без игл) марля, мерные ложечки; -прочие материалы: зеркала, воздушные шары, деревянные зубочистки, растительное масло, мука, соль, цветные. и прозрачные стекла, формочки, поддоны, стеки, линейки, сито, таз, спички, нитки, пуговицы разного размера, иголки, булавки, соломинки для коктейля; контейнеры для хранения сыпучих и мелких предметов; клеенка, передники, бумажные полотенца.
--	---

Материал, находящийся в центре экспериментально-поисковой деятельности должен соответствовать среднему уровню развития ребенка. Необходимо также иметь материалы и оборудование для проведения более сложных экспериментов, рассчитанных на одаренных детей и детей с высоким уровнем развития.

7. Список литературы

1. Авдеева, Н.Н.. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста / Н.Н. Авдеева. – СПб.: Детство-пресс, 2008. – 137с.
2. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2008. – 112с.
3. Гризик, Т.И. Ребенок познает мир / Т.И. Гризик. – М.: «Воспитание дошкольника», 2003. – 130с.
4. Зайцев, Г.К. Уроки Айболита / Г.К. Зайцев. – СПб.: Детство-пресс, 2005. – 40с.
5. Зайцев, Г.К. Твое здоровье / Г.К. Зайцев. – СПб.: Детство-пресс, 2005. – 112с.
6. Зайцев, Г.К. Уроки Мойдодыра / Г.К. Зайцев. – СПб.: Детство-пресс, 2005. – 32с.
7. Здоровьесберегающие технологии в детском саду / под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная Пресса, 2007. – 48с.
8. Мониторинг в детском саду / Т.И. Бабаева. – СПб.: Детство-пресс, 2011.-С. 89-120
9. Основы безопасного поведения дошкольников: занятия, планирование / авт.-сост. О.В. Чермашенцева. – Волгоград: Учитель, 2012. – 180с.
10. Павлова, М.В. Здоровьесберегающая система ДОУ / М.В. Павлова. – Волгоград: Учитель, 2009. –157с.
11. Прищепа, С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет / С.С. Прищепа. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128с.
12. Проектная деятельность старших дошкольников / авт.-сост. В.Н. Журавлева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 205с.
13. Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований / под общей ред. Н.В.Микляевой. – М.: Перспектива, 2011. – 152с.

14. Формирование культуры безопасного поведения у детей 3-7 лет:
конспекты занятий, игры / авт.-сост. Н.В. Коломеец. – Волгоград: Учитель,
2011.
– 158с.
 15. Формирование здорового образа жизни у дошкольников:
планирование, система работы / авт.-сост. Т.Г. Кареева. – Волгоград:
Учитель, 2011. –170с.
 16. Чупаха, И.В. Здоровьесберегающие технологии в воспитательно-
образовательном процессе / И.В. Чупаха. – М.: Илекса, 2007. – 400с.
 17. Шукшина, С.Е. Я и мое тело / С.Е. Шукшина. – М.: Школьная Пресса,
2004.– 47с.
 18. Юматова, Д.Б. Цикл занятий «Царство моего здоровья» / Д.Б.
Юматова. // Дошкольная педагогика. – 2011. – № 3. – С. 10-12. – № 4. - С. 6-9.
– № 5.с.9
-