

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 52
«Аленький цветочек»
Протокол от «19» августа 2021 г. № 6

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ
«Детский сад № 52
«Аленький цветочек»
от «19» августа 2021 г. № 64-ОД



**Программа
формирования культуры здорового образа
жизни у воспитанников
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 52 «Аленький
цветочек» города Смоленска
на 2021-2022 учебный год**

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Стр.
1.	Целевой раздел 3
1.1.	Пояснительная записка 3
1.2.	Цели и задачи программы 4
1.3.	Принципы и подходы к формированию программы 5
1.4.	Значимые для разработки и реализации программы характеристики 6
1.5.	Планируемые результаты освоения программы 18
2.	Содержательный раздел 20
2.1.	Содержание работы по реализации программы 20
2.1.1.	Работа с детьми 21
2.1.2.	Работа с педагогами 30
2.1.3.	Работа с родителями (законными представителями) 31
2.2.	Планирование работы с детьми по формированию представлений о здоровом образе жизни 32
2.2.1.	Перспективный план работы с детьми 1,5-3 лет 32
2.2.2.	Перспективный план работы с детьми 3-4 лет 33
2.2.3.	Перспективный план работы с детьми 4-5 лет 37
2.2.4.	Перспективный план работы с детьми 5-6 лет 41
2.2.5.	Перспективный план работы с детьми 6-7 лет (включительно) 46
2.3.	Показатели сформированности представлений о здоровом образе жизни у дошкольников 51
3.	Организационный раздел 52
3.1.	Материально-техническое обеспечение программы 52
3.2.	Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания 52
3.3.	Режим дня 54
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий 56
3.5.	Организация развивающей предметно-пространственной среды 63
3.6.	Система оценки результатов освоения программы 65
4.	Список литературы 67

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников - это комплексная программа формирования знаний, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы дошкольного образования.

Проблема здоровья подрастающего поколения является одной из важнейших проблем жизни современного общества. В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики.

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В современных условиях развития общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед педагогами дошкольного учреждения.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, гигиены, охраны здоровья. Поэтому особую значимость приобретает внедрение новых технологий здоровьесбережения в систему дошкольного образования. В связи с этим оздоровительная работа в детском саду опирается на современные подходы, базирующиеся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных здоровьесберегающих условий.

Программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в детском саду, возрастных особенностях детей в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155);

- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20, утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28;
- Образовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 52 «Аленький цветочек» на 2021-2022 учебный год.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: воспитание здорового ребенка, формирование у родителей, педагогов, обучающихся культуры здорового образа жизни здоровья и здоровьесберегающей компетентности.

Задачи программы:

1. Профилактика простудных заболеваний.
2. Сохранить и укрепить здоровье детей;
3. Формировать устойчивую привычку постоянно заботиться о своем здоровье, навыки организации режима повседневной физической активности;
4. Развивать физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях;
5. Формировать потребность к реализации здорового образа жизни;
6. Формировать правильную осанку и предупреждение плоскостопия;
7. Воспитывать ответственное отношение к своему здоровью и интерес к активной двигательной деятельности.
8. Создавать максимально благоприятные условия для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.
9. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
10. Формировать осознание и осмысление собственного «Я», преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков.
11. Развивать внимание, сосредоточенность, организованность, воображение, фантазию, умение управлять своими поступками, чувствами.
12. Оказывать помощь семье в воспитании детей и их адаптации к жизни в социуме.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Принципы физического воспитания, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию.

Программа формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- соответствует культурно-историческим, деятельностным и личностным подходам к проблеме развития детей дошкольного возраста;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- обеспечивает триединство воспитательных, обучающих и развивающих задач воспитательно-образовательного процесса, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
- строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми (основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра);
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

Важным фактором, оказывающим разностороннее влияние на укрепление детского организма, является физическая культура.

Использование разнообразных принципов способствует эффективному решению образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми. Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они

реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики

Возрастная характеристика контингента детей 1,5-3 лет

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются соотносящие и орудийные действия.

Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для *подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.*

В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности *продолжается развиваться понимание речи.* Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации.

Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать *не только инструкцию, но и рассказ взрослых.*

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов.

К концу третьего года жизни *речь становится средством общения ребенка со сверстниками.* В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. *В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.*

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-

либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего *фонематический слух*. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период **начинает складываться и произвольность поведения**. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др.

Возрастная характеристика контингента детей 3-4 лет

Социально-коммуникативное развитие

К трем годам ребенок достигает определенного уровня социальной компетентности: он проявляет интерес к другому человеку, испытывает доверие к нему, стремится к общению и *взаимодействию* со взрослыми и сверстниками. У ребенка возникают личные симпатии, которые проявляются в желании поделиться игрушкой, оказать помощь, утешить. Ребенок испытывает повышенную потребность в эмоциональном контакте со взрослыми, ярко выражает свои чувства - радость, огорчение, страх, удивление, удовольствие и др. Для налаживания контактов с другими людьми использует речевые и неречевые (взгляды, мимика, жесты, выразительные позы и движения) способы общения. Осознает свою половую принадлежность («Я мальчик», «Я девочка»). Фундаментальная характеристика ребенка трех лет - *самостоятельность* («Я сам», «Я могу»). Он активно заявляет о своем желании быть, как взрослые (самому есть, одеваться), включаться в настоящие дела (мыть посуду, стирать, делать покупки и т.п.). Взаимодействие и общение детей четвертого года жизни имеют поверхностный характер, отличаются ситуативностью, неустойчивостью, кратковременностью, чаще всего инициируются взрослым.

Для детей 3-х летнего возраста характерна *игра* рядом. В игре дети выполняют отдельные игровые действия, носящие условный характер. Роль осуществляется фактически, но не называется. Сюжет игры - цепочка из 2х действий; воображаемую ситуацию удерживает взрослый. К 4м годам дети могут объединяться по 2-3 человека, для разыгрывания простейших сюжетно-ролевых игр. Игровые действия взаимосвязаны, имеют четкий ролевой характер. Роль называется, по ходу игры дети могут менять роль. Игровая цепочка состоит из 3-4 взаимосвязанных действий. Дети самостоятельно удерживают воображаемую ситуацию.

Речевое развитие

Общение ребенка в этом возрасте ситуативное, иницируется взрослым, неустойчиво, кратковременно. Осознает свою половую принадлежность. Возникает новая форма общения со взрослым – *общение на познавательные темы*, которое сначала включено в совместную со взрослым познавательную деятельность.

Уникальность *речевого развития* детей в этом возрасте состоит в том, что в этот период ребенок обладает повышенной чувствительностью к языку, его звуковой и смысловой стороне. В младшем дошкольном возрасте осуществляется переход от исключительного господства ситуативной (понятной только в конкретной обстановке) речи к использованию и ситуативной, и контекстной (свободной от наглядной ситуации) речи. Овладение родным языком характеризуется использованием основных грамматических категорий (согласование, употребление их по числу, времени и т.д., хотя отдельные ошибки допускаются) и словаря разговорной речи. Возможны дефекты звукопроизношения.

Познавательное развитие.

В *развитии познавательной сферы* расширяются и качественно изменяются способы и средства ориентировки ребенка в окружающей обстановке. Ребенок активно использует по назначению некоторые бытовые предметы, игрушки, предметы-заместители и словесные обозначения объектов в быту, игре, общении. Формируются качественно новые свойства сенсорных процессов: ощущение и восприятие. В практической деятельности ребенок учитывает свойства предметов и их назначение: знает название 3-4 цветов и 2-3 форм; может выбрать из 3-х предметов разных по величине «самый большой». Рассматривая новые предметы (растения, камни и т.п.) ребенок не ограничивается простым зрительным ознакомлением, а переходит к осязательному, слуховому и обонятельному восприятию. Важную роль начинают играть образы памяти. Память и внимание ребенка носит произвольный, пассивный характер. По просьбе взрослого ребенок может запомнить не менее 2-3 слов и 5-6 названий предметов. К 4-м годам способен запомнить значительные отрывки из любимых произведений. Рассматривая объекты, ребенок выделяет один, наиболее яркий признак предмета, и ориентируясь на него, оценивает предмет в целом. Его

интересуют результаты действия, а сам процесс достижения еще не умеет прослеживать.

Конструктивная деятельность в 3-4 года ограничивается возведением несложных построек по образцу (из 2-3 частей) и по замыслу. Ребенок может заниматься, не отрываясь, увлекательным для него деятельностью в течение 5 минут.

Художественно-эстетическое развитие

Ребенок с удовольствием знакомится с элементарными средствами выразительности (цвет, звук, форма, движения, жесты), проявляется интерес к произведениям народного и классического искусства, к литературе (стихи, песенки, потешки), к исполнению и слушанию музыкальных произведений.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В 3-4 года они только начинают формироваться. Графические образы бедны, предметны, схематичны. У одних дошкольников изображении Замысел меняется по ходу изображения. Дети уже могут использовать цвет. Большое значение для развития моторики в этом возрасте имеет *лепка*. Ребенок может вылепить под руководством взрослого простые предметы. В 3-4 года из-за недостаточного развития мелких мышц руки, дети не работают с ножницами, апплицируют из готовых геометрических фигур. Ребенок способен выкладывать и наклеивать элементы декоративного узора и предметного схематичного изображения из 2-4 основных частей.

В *музыкально-ритмической деятельности* ребенок 3-4 лет испытывает желание слушать музыку и производить естественные движения под звучащую музыку. К 4 годам овладевает элементарными певческими навыками несложных музыкальных произведений. Ребенок хорошо перевоплощается в образ зайчика, медведя, лисы, петушка и т.п. в движениях, особенно под плясовую мелодию. Приобретает элементарные навыки подыгрывания на детских ударных музыкальных инструментах (барабан, металлофон). Закладываются основы для развития музыкально-ритмических и художественных способностей.

Физическое развитие

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными *движениями* (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку.

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

3-4-х летний ребенок владеет элементарными *гигиеническими навыками* самообслуживания (самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой).

Возрастная характеристика контингента детей 4-5 лет

К пяти годам складывается «психологический портрет» личности, в котором важная роль принадлежит компетентности, в особенности интеллектуальной (это возраст «почемучек»), а также креативности.

Социально-коммуникативное развитие

К 5 годам у детей возрастает интерес и потребность *в общении, особенно со сверстниками*, осознание своего положения среди них. Ребенок приобретает способы взаимодействия с другими людьми. Использует речь и другие средства общения для удовлетворения разнообразных потребностей. Лучше ориентируется в человеческих отношениях: способен заметить эмоциональное состояние близкого взрослого, сверстника, проявить внимание и сочувствие. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Совершенствуется умение пользоваться установленными формами вежливого обращения.

В игровой деятельности появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. В этом возрасте начинают появляться постоянные партнеры по игре. В общую игру может вовлекаться от двух до пяти детей, а продолжительность совместных игр составляет в среднем 15-20 мин.

Ребенок начинает регулировать свое поведение в соответствии с принятыми в обществе нормами; умеет довести начатое дело до конца (соорудить конструкцию, убрать игрушки, правила игры и т. п.) - проявление произвольности.

У детей начинает формироваться способность контролировать свои эмоции в движении, чему способствует освоение ими языка эмоций (гаммы переживаний, настроений). Эмоциональность пятилетнего ребенка отличается многообразием способов выражения своих чувств: радости, грусти, огорчения, удовольствия. Ребенок способен проявить сочувствие, сопереживание, которое лежит в основе нравственных поступков.

К 5-ти годам в элементарном выполнении отдельных поручений (дежурство по столовой, уход за растениями и животными) проявляется самостоятельность.

Речевое развитие

Изменяется содержание *общения* ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает интерес.

В *речевом развитии* детей 4-5 лет улучшается произношение звуков (кроме сонорных) и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дети занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

Познавательное развитие

В *познавательном развитии* 4-5 летних детей характерна высокая мыслительная активность 5-ти летние «почемучки» интересуются причинно-следственными связями в разных сферах жизни (изменения в живой и неживой природе, происхождение человека), профессиональной деятельностью взрослых и др., то есть начинает формироваться представление о различных сторонах окружающего мира. К 5-ти годам, более развитым становится восприятие. Дети оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Они могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку – величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д. Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут.

Усложняется *конструирование*. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Художественно-эстетическое развитие

На пятом году жизни ребенок осознаннее воспринимает произведения художественно-изобразительно-музыкального творчества, легко устанавливает простые причинные связи в сюжете, композиции и т.п., эмоционально откликается на отраженные в произведении искусства действия, поступки, события, соотносит увиденное со своими представлениями о красивом, радостном, печальном, злом и т.д. У ребенка появляется желание делиться своими впечатлениями от встреч с искусством, со взрослыми и сверстниками. Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Значительное развитие получает *изобразительная деятельность*. *Рисунки* становятся предметным и детализированным. В этом возрасте дети рисуют предметы прямоугольной, овальной формы, простые изображения животных. Дети могут своевременно насыщать ворс кисти краской, промывать по окончании работы. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Дети могут *вырезать* ножницами по прямой, диагонали, к 5 годам овладевают приемами вырезывания предметов круглой и овальной формы. *Лепят* предметы круглой, овальной, цилиндрической формы, простейших животных, рыб, птиц.

К 5-ти годам ребенок выполняет элементарные танцевальные движения (пружинка, подскоки, кружение и т.д.). Может петь протяжно, при этом вместе начинать и заканчивать пение. Развитию исполнительской деятельности способствует доминирование в данном возрасте продуктивной мотивации (спеть песню, станцевать танец, сыграть на инструменте). Дети делают первые попытки творчества.

Физическое развитие

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в *движении*. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии *моторики*. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды, нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

В 4-5 лет у детей совершенствуются *культурно-гигиенические навыки* (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

Возрастная характеристика контингента детей 5-6 лет

Социально-коммуникативное развитие

Дети проявляют высокую познавательную активность. Ребенок нуждается в содержательных контактах со сверстниками. Их речевые контакты становятся все более длительными и активными. Дети самостоятельно объединяются в небольшие группы на основе взаимных симпатий. В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств).

Ярко проявляет интерес к игре.

В игровой деятельности дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре дети часто пытаются контролировать друг друга - указывают, как должен вести себя тот или иной персонаж.

Ребенок пытается сравнивать ярко выраженные эмоциональные состояния, видеть проявления эмоционального состояния в выражениях, жестах, интонации голоса. Проявляет интерес к поступкам сверстников.

В трудовой деятельности освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно. Активно развиваются планирование и самооценивание трудовой деятельности.

Речевое развитие

Общение детей выражается в свободном диалоге со сверстниками и взрослыми, выражении своих чувств и намерений с помощью речевых и неречевых (жестовых, мимических, пантомимических) средств.

Продолжает совершенствоваться *речь*, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развивается фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни. Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы. Развивается связная речь:

дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Познавательное развитие.

В *познавательной деятельности* продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; представления детей систематизируются. Дети называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. К 6-ти годам дети легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до десяти предметов разных по величине. Однако дошкольники испытывают трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта. Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. 5-6 лет – это возраст творческого воображения. Дети самостоятельно могут сочинить оригинальные правдоподобные истории. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменять детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (2,4,6 сгибов); из природного материала.

Художественно-эстетическое развитие

В *изобразительной деятельности* 5-6 летний ребенок свободно может изображать предметы круглой, овальной, прямоугольной формы, состоящих из частей разной формы и соединений разных линий. Расширяются представления о цвете (знают основные цвета и оттенки, самостоятельно может приготовить розовый и голубой цвет).

Старший возраст – это возраст активного *рисования*. Рисунки могут быть самыми разнообразными по содержанию: это жизненные впечатления детей, иллюстрации к фильмам и книгам, воображаемые ситуации. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека. Рисунки отдельных детей отличаются оригинальностью, креативностью.

В *лепке* детям не представляется трудности создать более сложное по форме изображение. Дети успешно справляются с вырезыванием предметов прямоугольной и круглой формы разных пропорций.

Старших дошкольников отличает яркая эмоциональная реакция на музыку. Появляется интонационно-мелодическая ориентация музыкального восприятия. Дошкольники могут петь без напряжения, плавно, отчетливо произнося слова; свободно выполняют танцевальные движения: полуприседания с выставлением ноги на пятку, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке и т.д. Могут импровизировать, сочинять мелодию на заданную тему. Формируются первоначальные представления о жанрах и видах музыки.

Физическое развитие

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами *движений*. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет.

В период с 5 до 6 лет участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

К 6 годам совершенствуется развитие мелкой *моторики* пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться *культурно-гигиенические навыки*: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

Возрастная особенности детей 6-7 лет (включительно)

Социально-коммуникативное развитие

К семи годам у ребенка ярко проявляется уверенность в себе и чувство собственного достоинства, умение отстаивать свою позицию в совместной деятельности. Семилетний ребенок способен к волевой регуляции поведения, преодолению непосредственных желаний, если они противоречат установленным нормам, данному слову, обещанию. Способен проявлять волевые усилия в ситуациях выбора между «можно» и «нельзя», «хочу» и «должен». Проявляет настойчивость, терпение, умение преодолевать трудности. Может сдерживать себя, высказывать просьбы, предложения,

несогласие в социально приемлемой форме. Произвольность поведения — один из важнейших показателей психологической готовности к школе.

Самостоятельность ребенка проявляется в способности без помощи взрослого решать различные задачи, которые возникают в повседневной жизни (самообслуживание, уход за растениями и животными, создание среды для самостоятельной игры, пользование простыми безопасными приборами).

В сюжетно-ролевых *играх* дети 7-го года жизни начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающих характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, болезнь и т.п. Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому.

Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее.

Семилетний ребенок умеет заметить изменения настроения взрослого и сверстника, учесть желания других людей; способен к установлению устойчивых контактов со сверстниками. Ребенок семи лет отличается большим богатством и глубиной переживаний, разнообразием их проявлений и в то же время большей сдержанностью эмоций. Ему свойственно «эмоциональное предвосхищение» — предчувствие собственных переживаний и переживаний других людей, связанных с результатами тех или иных действий и поступков.

Речевое развитие

Происходит активное развитие диалогической речи. Диалог детей В недрах диалогического *общения* старших дошкольников зарождается и формируется новая форма речи - монолог. Дошкольник внимательно слушает рассказы родителей, что них произошло на работе, живо интересуется тем, как они познакомились, при встрече с незнакомыми людьми спрашивают, кто это, есть ли у них дети и т.п.

У детей продолжает развиваться *речь*: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

Познавательное развитие

Познавательные процессы претерпевают качественные изменения; развивается произвольность действий. Наряду с наглядно-образным мышлением появляются элементы словесно-логического мышления. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Внимание становится произвольным, в некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У детей появляется особый интерес к печатному слову, математическим отношениям. Они с удовольствием узнают буквы, овладевают звуковым анализом слова, счетом и пересчетом отдельных предметов.

К 7 годам дети в значительной степени освоили *конструирование* из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными. Дети точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные. Усложняется конструирование из природного материала.

Художественно-эстетическое развитие

В *изобразительной деятельности* детей 7-го года жизни *рисунки* приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия; девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, и т.д. Часто встречаются бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.п.

При правильном подходе у детей формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями. Предметы, которые дети лепят и вырезают, имеют различную форму, цвет, строение, по-разному расположены в пространстве. Вместе с тем могут к 7-ми годам передать конкретные свойства предмета с натуры.

Семилетнего ребенка характеризует активная деятельностная позиция, готовность к спонтанным решениям, любопытство, постоянные вопросы к взрослому, способность к речевому комментированию процесса и результата собственной деятельности, стойкая мотивация достижений, развитое воображение. Процесс создания продукта носит творческий поисковый характер: ребенок ищет разные способы решения одной и той же задачи. Ребенок семи лет достаточно адекватно оценивает результаты своей деятельности по сравнению с другими детьми, что приводит к становлению представлений о себе и своих возможностях.

Значительно обогащается индивидуальная интерпретация *музыки*. Ребенок определяет к какому жанру принадлежит прослушанное произведение. Чисто и выразительно поет, правильно передавая мелодию (ускоряя, замедляя). Дошкольник может самостоятельно придумать и показать танцевальное или ритмическое движение.

Физическое развитие

У детей 7-го года жизни скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные *движения*, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет *культурно-гигиеническими навыками* и понимает их необходимость.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Ребенок:

- понимает основные ценностные ориентиры культуры здорового жизни, умеет соблюдать элементарные правила охраны своего здоровья, имеет соответствующие возрасту представления о вредных привычках, здоровом питании;
- приобретает устойчивую потребность в двигательной активности, начальную мотивацию к занятиям физической культуры и проявляет индивидуальный интерес к различным видам спорта;
- приобретает положительные эмоциональные качества (сопереживание, отзывчивость), навыки творческого подхода к деятельности, доброжелателен и спокоен;
- соблюдает общепринятые нормы и правила поведения, приобретает навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками, владеет различными приемами коммуникации.

Педагоги:

- обеспечивают здоровьесберегающие условия при организации образовательного процесса;
- совершенствуют компетенции в области технологий, направленных на создание здоровьесберегающей среды для детей и формирование у них навыков в области культуры здорового образа жизни, физического развития;
- расширяют знания и умения по использованию разнообразных форм взаимодействия с детьми.

Родители (законные представители):

- совершенствуют знания в области здорового образа жизни;
- активно участвуют в образовательной деятельности и формировании у детей основ культуры здорового образа жизни.

Срок реализации программы

Срок реализации программы 1 год.

Мониторинг результативности работы воспитателей по формированию культуры здорового образа жизни у дошкольников в 2021-2022 учебном году проводится 2 раза в год: сентябрь 2021 г.; апрель 2022 г.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание программы включает различные виды деятельности, совокупность которых способствует формированию у детей основ культуры здорового образа жизни, предполагает развитие физического и эмоционального благополучия каждого воспитанника. Программа ориентирована на детей имеющих, различные группы здоровья. Программа предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателем содержания обучения и воспитания, различных методик, позволяющих использовать в работе как традиционные методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

2.1. Содержание работы по реализации программы

Программа реализуется через следующие направления:

- Работа с детьми.
- Работа с педагогами.
- Работа с родителями (законными представителями)

2.1.1. Работа с детьми

Цель: создание максимально эффективных условий для организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду

№ п/п	Содержание	Время проведения
1. Оптимизация режима		
1.	Коррекция оптимального двигательного режима исходя из индивидуальных особенностей детей	Ежедневно
2. Организация двигательного режима		
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно
2.	Дыхательная гимнастика; Подвижные игры; Физминутки; Релаксация; Гимнастика после дневного сна; Музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона образовательной деятельности; Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно
3.	Подвижные игры и упражнения на прогулке: индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно
4.	Индивидуальная работа: беседы; игровая деятельность	Ежедневно
5.	Физкультурные досуги	1 раз в месяц

3. Закаливание		
1.	Соблюдение воздушного и температурного режима: воздушные ванны (в облегченной одежде); солнечные ванны; световоздушные ванны	Ежедневно
4. Взаимодействие с семьей		
1.	Консультации: о функциональных изменениях организма в данном возрастном периоде; о видах и пользе закаливания в данном возрастном периоде; о пользе движений	В течение года
2.	Рекомендации: по организации активного отдыха с детьми в летний оздоровительный период; по профилактике заболеваний; по обеспечению безопасных условий жизни ребенка дома	В течение года
3.	Индивидуальные беседы с родителями (законными представителями) по вопросам укрепления и сохранения здоровья детей	В течение года

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Группа кратковременного пребывания (от 1,5 до 3 лет)

1. Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
2. Формировать первичные представления о культурно-гигиенических навыках; способствовать становлению ценностей здорового образа жизни.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

1. Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
2. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
3. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
4. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
5. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
6. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
7. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (дети 4-5 лет)

Задачи:

1. Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.
2. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).
3. Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
4. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
5. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

6. Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
7. Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
8. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

1. Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
2. Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
3. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
4. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
5. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
6. Знакомить детей с возможностями здорового человека.
7. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
8. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
9. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа, дети 6-7 лет (включительно)

1. Продолжать укреплять здоровье детей и приобщать их к здоровому образу жизни. Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.
2. Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику. Во время

занятий и в промежутках между ними – физкультминутки. Обеспечивать двигательную активность детей в течение всего дня. Проводить физкультурные досуги, физкультурные праздники.

3. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
4. Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистить зубы. Полоскать рот после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, следить за своим внешним видом.
5. Продолжать развивать органы чувств (зрение, слух, обоняние, осязание, вкус). Совершенствовать координацию руки и глаза, мелкую моторику рук.
6. Развивать умение классифицировать предметы по общим качествам (форме, величине, строению, цвету) и по характерным деталям.
7. Продолжать учить соблюдать правила дорожного движения и техники безопасности. Совершенствовать знания детей о дорожных знаках и их назначении.
8. Учить правильному поведению в природной среде, закладывать основы экологической культуры личности. Способствовать осмыслению различных аспектов взаимодействия человека с природой. Формировать представления о неразрывной связи человека с природой (человек – часть природы); желание беречь природу.
9. Продолжать воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, привычку играть, трудиться, заниматься сообща; формировать умение договариваться, помогать друг другу, стремление радовать старших хорошими поступками.

Представления о ЗОЖ являются важным компонентом систематизированных знаний и представлений детей об окружающем мире и требуют относительно высокого уровня аналитико-синтетической деятельности, сравнения, обобщения, умозаключения. Они свидетельствуют об умении детей устанавливать причинно-следственные связи между событиями, об особенностях формирования активной жизненной позиции.

Содержание работы по формированию здоровьесберегающей компетентности у дошкольников

Привитие у дошкольников стойких КГН

Для успешного решения задач по формированию культурно-гигиенических навыков используем ряд приемов: прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических и сюжетно-ролевых игр; обучающих игровых ситуаций, систематическое напоминание о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним, сочетание

игрового, словесного и наглядного методов обучения с использованием специальных наборов материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразных сюжетных картинок. Для обучения детей последовательности выполнения трудовых действий, связанных с самообслуживанием, используются операционные карты.

Деятельность детей носит ярко выраженный подражательный характер, поэтому одним из методов воспитания здорового образа жизни является метод гигиенического практикума. Первая часть заданий включает отработку элементарных правил самоорганизации: опрятный внешний вид, соблюдение правил личной гигиены, культурное поведение за столом и т.д. Вторая часть заданий предполагает активизацию мыслительных операций, самонаблюдение и самоанализ. Проведение игровой программы «Чистые руки», целью которой является показать, как правильно мыть руки; доказать, почему нужно держать руки в чистоте, когда их обязательно следует мыть.

Беседа-практикум «Правила ухода за телом» посвящается знакомству детей с основными правилами мытья тела, рук и уходу за волосами. Детям предлагается картинка, на которой изображены опрятные, аккуратно одетые девочка и мальчик, поясняется, что все дети должны быть такими чистыми и постоянно заботиться о себе, затем дети рассматривают кожу на своих руках. Затем воспитатель рассказывает о необходимости купаться, напоминает правила ухода за телом, предлагает практически закрепить эти правила, решает вместе с детьми ситуацию «Мытье рук». Внесение в группу кукол, у которых болят зубы, «лечим» их, имитируя доктора Айболита, а затем вместе с детьми учим «пациентов» правильно чистить зубы. Дети с помощью зеркала рассматривают зубы. Опираясь на прошлый опыт детей (у кого болели зубы, как это было неприятно, как была расстроена мама, как страшно было идти к доктору) даем мотивированное представление о необходимости ежедневно чистить зубы.

Еженедельные беседы:

- «Личная гигиена»;
- «Надо, надо умываться»;
- «Наши верные друзья»;
- «Опасно ли быть неряхой»;
- «Знаешь ли ты правила поведения за столом»;
- «Чистота – залог здоровья»;
- «Когда я ем»;
- «Одежда и здоровье».

Все навыки по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. в каждом компоненте режима стараемся найти благоприятный момент для гигиенического воспитания. Стихотворения, загадки, рассказы – загадки, физкультминутки, игры и игровые упражнения помогают сделать процесс формирования навыков интересным и ненавязчивым. В игре «Мое утро», передавая мяч друг другу, дети рассказывают, что мы делаем утром. Игровое упражнение «Полезно – вредно» закрепляет знания о

полезных и вредных привычках. Игра «Оденем куклу на прогулку» способствуют воспитанию в детях опрятности и аккуратности.

Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, правил ухода за ним

Работая с детьми по данному направлению, изучаем такие темы, как «Тело человека» (строение тела), «Береги свое здоровье» (профилактика травматизма, простудных заболеваний), «Страна волшебная – здоровье», «Сохрани свое здоровье сам», «Мои разведчики и умные помощники» (органы чувств), «Необыкновенная одежда человека» (кожа). Они позволяют ребенку в занимательной форме познакомиться со своим организмом, его возможностями и почувствовать себя действительно удивительной личностью.

Игры на формирование правильной осанки - «Едем в зоопарк», «Петушиный шаг».

Гимнастика для глаз заключается в основном в фиксации зрения на различных точках и некоторых движениях глазными яблоками и веками. Для фиксации зрения используются сигнальные метки. Сигнальные метки - картинки, игрушки, развешанные в разных углах комнаты, под потолком (мяч под потолком, фокусник на стене, на противоположной стороне — матрешка).

Упражнения:

1. Поищем глазами матрешек на полках. Где матрешка в синем сарафане? А где матрешка в зеленом сарафане? Найдите матрешку в красном сарафане.
2. В гости пришел Петрушка и принес чудесный мешочек. Петрушка показывает детям картинку с изображением игрушки. Дети глазами ищут эту игрушку в окружающей обстановке.

Для профилактики нарушения зрения используются разнообразные игры: «Моргунчики»

Мы играли, мы читали,
Наши глазки так устали,
Мы немножко поморгаем,
На минуточку зарем

И опять играть начнем. (У детей глаза закрыты, мышцы лица расслаблены, плечи опущены).

Эти упражнения способствуют профилактике близорукости и дальнозоркости, выполняются легко.

Дыхательная гимнастика способствует нормализации дыхания, укрепляет дыхательную мускулатуру. Упражнения выполняются стоя, сидя и лежа на спине. Дети с удовольствием выполняют дыхательные упражнения «К солнышку», «Гуси», «Паук», «Ворона» и другие.

Формирование элементарных представлений об окружающей среде, ее влиянии на здоровье человека

Одна из задач валеологического образования дошкольников – формирование элементарных представлений об окружающей среде, ее влиянии на здоровье

человека. Работа по данному направлению помогает помочь детям понять, что полезно, а что вредно для организма.

Закаливание – один из основных факторов, влияющих на здоровье человека. Под закаливанием понимаем повышение сопротивляемости организма главным образом низким температурам, поскольку причиной ряда болезней является охлаждение.

Цель закаливания – выработать способность организма приспосабливаться к определенным условиям внешней среды, вырабатывается многократным воздействием того или иного фактора и постепенным увеличением дозировки такого действия.

На познавательных занятиях, беседах, в играх и упражнениях знакомить детей с полезными и вредными продуктами, показать роль витаминов. Тематика игр и занятий разнообразна («Фрукты полезны взрослым и детям», «Витамины и здоровый организм», «Приятного аппетита», «Какие овощи могут быть полезны для здоровья»). Инсценировка: «Веселые овощи», игры-драматизации: «Витаминная семья» и «Борщ».

Одним из методов, позволяющих дать представление о роли воды, воздуха, солнца в жизни человека, является элементарное экспериментирование. Детям нравится самостоятельно изучать свойства воздуха и воды, способы очистки воды с помощью фильтров. Закрепить знания о природных факторах закаливания организма помогают познавательные беседы «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Как мы дышим».

Двигательная активность и здоровье

Двигательный режим предусматривает: утреннюю гимнастику; ООД по физическому развитию; спортивные досуги и развлечения; двигательную активность на прогулках; гимнастику после сна; физкультминутки; подвижные игры в течение дня; индивидуальная работа по развитию основных видов движений.

Подвижные игры совершенствуют координацию движений, быстроту, силу, ловкость, меткость, выносливость и другие качества. Проводя игры, учитываем различную степень подвижности ребенка в игре, игры включают различные виды движений (бег, прыжки, метание) и содержат интересные двигательные игровые задания. Дети с удовольствием играют в сюжетные игры («Лягушки и аист», «Кот и мыши», «Гуси», «Наседка и цыплята») и игры с предметами (мячами, обручами).

Бодрящая гимнастика проводится после дневного сна, ее цель – сделать более физиологичным переход от сна к бодрствованию, улучшить настроение детей и поднять мышечный тонус. Она обычно состоит из 4-5 разминочных упражнений, которые дети выполняют лежа или сидя в кровати, речевых упражнений с движениями.

Дополняется гимнастика ходьбой по «тропе здоровья» в сочетании с закаливающими процедурами.

Физкультминутки проводятся с целью снижения утомления и повышения умственной работоспособности на занятиях, обеспечения кратковременного

активного отдыха. Физкультурная минутка состоит из 3-4 упражнений для больших групп мышц, активизирующих дыхание, кровообращение («По грибы», «Отдыхаем», «Буратино», «Часы», «Ветер дует нам в лицо»). Пальчиковые игры помогают развить у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память, мышление («Ветер и тучка», «Кораблик», «Замок», «Посуда»).

Особую роль в жизни ребенка играет праздник, он является важным событием в жизни маленького человека. Развлечения и досуги – одна из форм организации праздника в повседневной жизни детского сада, целями которой являются: доставить детям удовольствие, развлечь их; обогатить какими-либо впечатлениями; пробудить творческую двигательную активность; закреплять и развивать уже полученные навыки. Формы организации развлечений оздоровительной направленности, ставят своей целью в первую очередь развитие двигательных качеств детей и закрепление знаний о здоровом образе жизни.

Познавательные досуги преследуют цель закрепления знаний, направленных на сохранение здоровья («Путешествие в страну чистоты и здоровья», «У Мишки в гостях»).

Физкультурный досуг, построенный на знакомых подвижных играх или игровых движениях «Весной на спортивной площадке», «Осень в гости к нам пришла». Физкультурный досуг на свежем воздухе «День здоровья», «Веселые старты».

Фольклорный досуг состоит из народных подвижных игр «Экскурсия в огород». Музыкально-театрализованное представление, в основе которого лежит драматизация литературного произведения «Съедобные и ядовитые грибы». Таким образом, двигательная активность детей в течение дня, влияет на формирование привычки ежедневных физических упражнений, способствует укреплению и сохранению здоровья

Организация работы с родителями по повышению педагогической компетентности о ЗОЖ

Здоровье ребенка во многом зависит от обстановки, которая окружает его дома. Доброжелательные семейные отношения определяют положительное состояние ребенка, его психическое здоровье. Положительный результат оздоровительной работы возможен только при поддержке родителей, которые активно участвуют в оздоровлении своих детей.

Активные формы взаимодействия с родителями: Групповое родительское собрание на тему: «Воспитаем здорового дошкольника».

Цель: познакомить родителей с принципами рационального питания с учетом возрастных особенностей; углубить знания родителей о калорийности и энергетической ценности продуктов.

День открытых дверей помогает повысить педагогическую культуру родителей; привлечь их к активному участию в решении организационных задач, определить единые подходы в воспитании дошкольников.

Оформление информационного стенда «Уголок здоровья», спортивный праздник «Всех пап, всех мам приглашаем в гости к нам», открытые занятия по воспитанию потребности к здоровому образу жизни «Помоги Незнайке сберечь здоровье».

Консультации – памятки для родителей предлагаются консультации на темы: «Зарядка дарит бодрость», «Закаливание в летний период», «Для чего нужна гимнастика». «Культурно-гигиенические навыки ребенка», «Рациональное питание», «Воспитание здорового ребенка дошкольного возраста», «Зимний отдых детей на свежем воздухе».

Таким образом, в процессе общения родителей и педагогов, происходит знакомство родителей со специалистами, повышается интерес и активность родителей к воспитанию своих детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Создание условий формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников

1. Полная реализация (ежедневная) следующей триады:
 - оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
 - Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
2. Просветительская работа с педагогами и родителями (законными представителями).
 - Создание представлений о здоровом образе жизни.

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения;

2.1.2. Работа с педагогами

Работа с педагогами – одно из важнейших направлений по формированию культуры здорового образа жизни.

Задачи работы с педагогами:

1. Изучать научные исследования в области охраны здоровья детей, здоровьесберегающих технологий, формирования потребности в здоровом образе жизни;
2. Внедрять современные инновации в области физического развития детей; образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей;
3. Повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей.

2.1.3. Работа с родителями (законными представителями)

Одним из основных направлений по формированию культуры здорового образа жизни является работа с родителями (законными представителями).

Задачи работы:

1. Повышать педагогическую культуру родителей (законных представителей);
2. Формировать мотивацию здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни у членов семьи;
3. Обогащать опыт оздоровительной деятельности в семье, способствовать накоплению у родителей (законных представителей) знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в домашних условиях;
4. Оказывать адресную помощь родителям (законным представителям) в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей;
5. Изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания;
6. Включать родителей (законных представителей) в образовательную деятельность детского сада.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, консультаций;
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по вопросам ЗОЖ;
3. Дни открытых дверей;
4. Дни Здоровья;
5. Выставки семейного творчества по темам здорового образа жизни;
6. Открытая образовательная деятельность для родителей (законных представителей).
7. Совместная образовательная деятельность детей и родителей (законных представителей).
8. Организация совместных праздников, досугов, развлечений, прогулок.

2.2. Планирование работы с детьми по формированию представлений о здоровом образе жизни

2.2.1. Перспективный план работы с детьми 1,5-3 лет

Месяц	Тема	Цель	Содержание (оборудование)
Сентябрь	«Научим медвежонка умываться»	Учить правилам личной гигиены, побуждать детей к самостоятельному их выполнению.	Дидактическая игра «Что хорошо, что плохо».
	Беседа «Песочница»	Знакомство с правилами поведения при игре с песком	
Октябрь	«Вот я какой»	Познакомить со строением тела. Помочь ребенку осознать свою половую принадлежность. Учить заботиться о чистоте тела.	Дидактическая игра «Что есть у куклы?»; картинки с изображением частей тела. Пальчиковые игры
Ноябрь	«Опасности подстерегают»	Рассказать об опасности в квартире и групповой комнате, разъяснить правило «нельзя».	Режущие и колющиеся предметы; иллюстрации с изображением различных ситуаций
	Беседа «Наши ушки и носы»	Повторение элементарных правил поведения: нельзя засовывать в нос или ухо какие-либо предметы	Дидактическая игра «Видим, слышим, ощущаем»
Декабрь	«Чистота залог здоровья»	Формировать у детей представления о свойствах мыла, знакомить с различными свойствами веществ (твердость, мягкость, запах, цвет и т. п.), закреплять культурно гигиенические навыки	Мыло разного вида, полотенце, мыльные пузыри
Январь	«Мой нос как его беречь»	Дать элементарные представления детям о носе, правила ухода за ним; формировать культурно гигиенические навыки; формировать умения с помощью носа различать запахи	
Февраль.	«На прогулку мы пойдём»	Вызвать интерес к прогулкам, желание играть на свежем воздухе в различные игры, развивать двигательную активность. Расширять знания детей о необходимых предметах одежды в зимнее время для сохранения своего здоровья.	Кукла, одетая по сезону. Картинки с изображением предметов одежды.
Март	«Глазки - подсказки»	Дать элементарные представления детям о глазах, о том, как нужно беречь свое зрение.	Кукла, картинки с изображением глаз. Дидактические игры «Кто спрятался?», «Подбери по

			цвету», лото «Найди пару»
Апрель	«Помоги мишке стать здоровым»	Дать элементарные представления о здоровом питании (овощи и фрукты)	Игрушка мишка; картинки, муляжи «Овощи и фрукты.»
Май	«Покажем кукле Кате как обращаться с расчёской»	Познакомить детей с расчёской, её назначением; их разновидностями; развивать умения детей обращаться правильно с расчёской, делать причёски; прививать привычку следить за своим внешним видом, пользоваться только своей личной расчёской	Игрушки куклы, одежда для кукол. Цветная коробочка, расчёски разных размеров, кукла Катя, зеркало, бантики, резиночки Картинки «Расчёсывания»

Перспективный план работы с детьми 3-4 лет

Сентябрь

Тема: «Что такое здоровье»

Задачи:

1. Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья.
2. Дать сведения о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного питания, физического развития

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Помоги Незнайке сберечь здоровье»
Ситуации	Как я буду заботиться о своем здоровье Быть здоровым хорошо или плохо? Как вы одеваетесь на прогулку. Мишка болен. Как вы сами можете помочь себе быть здоровыми? Что помогает детям не болеть в холодный зимний день?
Общение	Как вы себя сегодня чувствуете? Кто в детском саду заботиться? Быть здоровым хорошо или плохо?
Художественная литература	К. Чуковский «Доктор Айболит» Пословицы
Дидактические и развивающие игры	«Кому что нужно?» «Узнай и назови» «Чудесный мешочек»
Творческие игры	«Поликлиника», «Больница», «Ветеринарная лечебница»
Экскурсия	В медицинский кабинет
Развлечения	«Доктор Айболит»

Октябрь

Тема: «О правильном питании»

Задачи:

1. Рассказать детям о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания, дать элементарные представления о сервировке стола.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Витамины растут на ветке, витамины растут на грядках» «Овощи и фрукты – полезные для здоровья продукты»
Ситуации	Фрукты полезны взрослым и детям О вредных продуктах
Общение	Зачем нужны ложки, вилки О здоровой пище Какие вкусные подарки дарит нам осень?
Художественная литература	Ю. Тувим «Овощи» Г. Зайцев «Приятного аппетита» М. Безруких «Разговор о правильном питании» Загадки об овощах и фруктах.
Дидактические и развивающие игры	«Чудесный мешочек» «Узнай и назови овощи и фрукты» «Разложи на тарелках полезные продукты» «Повара»
Творческие игры	С\р игра «Магазин продуктов», «Овощной магазин»
Опытно-исследовательская деятельность	Определение продуктов по вкусу
Развлечения	«Веселые овощи»

Ноябрь

Тема: «Тело человека и личная гигиена»

Задачи.

Познакомить детей со строением тела человека, закрепить знания о месторасположении частей тела, лица, закрепить навыки культуры гигиены и ухода за своим лицом и телом, желание следить за собой.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Чтобы быть здоровым»
Ситуации	Научим Хрюшу умываться. Кукла Таня простудилась. Какие мы разные. Мы любим умываться и чисто одеваться. Где что находится?
Общение	Расскажи и покажи части тела и лица. Водичка, водичка умой мое личико. Для чего нужна вода? Машенька хочет купаться (не хочет купаться).

	Уроки Мойдодыра.
Художественная литература	Г. Зайцев «Дружи с водой», К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумакая», З. Бялковская «Юля – чистюля», З. Александрова «Купание», Потешки: «Водичка, водичка», «Расти коса до пояса».
Дидактические и развивающие игры	«Сделаем куклам разные прически» «Вымоем куклу» «Правила гигиены» «Чего не хватает?» «Покажи правильно»
Творческие игры	«Парикмахерская», «Детский сад» «Девочка чумакая» инсценировка по стихотворению А. Барто

Декабрь

Тема: «Чтобы нам не болеть»

Задачи.

Воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, дать знания о витаминах, способствовать формированию основ здорового образа жизни.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Если ты заболел...» «Мы были у врача»
Ситуации	Как витамины подружились со Степашкой? От чего вылечилась ангина у Хрюши? Как надо одеваться, чтобы не болеть?
Общение	Где хранятся витамины? Я хочу быть здоровым. Кому нужны эти предметы? Кто с закалкой дружит, никогда не тужит.
Художественная деятельность	Е. Шкловский «Как лечили мишку», «Осторожно, лекарство»
Дидактические и развивающие игры	«Покажи мишке как правильно одеваться» «Одеваем куклу на прогулку» «Если кто-то заболел»
Творческие игры	С\р «Семья», «Аптека», «Скорая помощь»
Развлечения	«Советы доктора Айболита»

Январь

Тема: «Спорт для здоровья»

Задачи.

Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Познакомить с некоторыми видами спорта.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»

Ситуации	Что случилось с этим мальчиком, почему он заболел? (по стихотворению Т. Волгиной «Два друга») Почему спортсмены реже болеют?
Общение	Кто спортом занимается Какие виды спорта вы знаете? Какая ваша любимая подвижная игра? Как соблюдать режим?
Художественная литература	Т. Волгина «Два друга» Загадки
Дидактические и развивающие игры	«Назови вид спорта» (по картинкам) «Назови вид спорта» (по показу)
Творческие игры	С\р «Физкультурное занятие в детском саду»
Развлечения	«Мы мороза не боимся»

Февраль

Тема: «Витамины для здоровья»

Задачи.

1. Формировать представления о значении витаминов для здоровья человека. Познакомить с поговоркой. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.
2. Систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	Занятие «Знакомьтесь, витамины»
Общение	«Что полезно, а что вредно»
Художественное творчество	Лепка по образцу «Витаминки для зверят»
Дидактические и развивающие игры	«Что у меня на тарелке», «Варим суп», «Полезные и вредные продукты» (по картинкам)
Творческие игры	С/рол. игра «Аптека», «Магазин» Цель: познакомить детей с профессией фармацевт, обогащать знания детей о витаминах.

Март

Тема: «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья»

Задачи.

1. Познакомить детей с закаливанием и его основными видами
2. Воспитывать культурно-гигиенические навыки.
3. Формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Зачем нам солнце», «Умоем куклу»

Общение	«Солнце, воздух и вода – наши верные друзья»
Художественная литература	Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физкультуру»
Дидактические и развивающие игры	«Если хочешь быть здоров»
Творческие игры	С/рол. игра «Салон красоты»
Развлечение	«Олимпийские игры»

Апрель

Тема: «За здоровьем в детский сад!»

Задачи.

Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Что такое здоровье» День здоровья
Общение	Какие виды спорта вы знаете? Какая ваша любимая подвижная игра?
Художественное творчество	Рисование «Разноцветные мячи»
Дидактические и развивающие игры	«Назови вид спорта»
Творческие игры	С\р «Спортсмены»
Развлечения	«Олимпийские резервы»

Май

Тема: «Здоровье вокруг нас»

Задачи.

Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»
Общение	«Где спряталось здоровье?»
Художественная литература	К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумакая»
Дидактические и развивающие игры	«Я знаю, что можно, что нельзя»
Творческие игры	С\р игры «Семья», «Больница»
Развлечения	«Медведи в гостях у детей»

2.2.2. Перспективный план работы по программе с детьми 4-5 лет

Месяц	Тема	Содержание
Сентябрь	«Ребёнок и здоровье»	<p>Беседа: «Как я буду заботиться о своем здоровье»</p> <p>Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье»</p> <p>Цель: формирование у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу.</p> <p>С/рол. игры «Поликлиника», «Больница»</p> <p>Цель: расширить знания детей о профессиональных действиях медицинских работников, воспитывать уважение к их труду. Учить объединяться в игре, распределять роли.</p> <p>Чтение К. Чуковский «Доктор Айболит»</p> <p>Анкетирование «Здоровый образ жизни».</p> <p>Консультация для родителей «Семья и здоровье ребёнка»</p>
Октябрь	«Полезные продукты»	<p>Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям»</p> <p>Цель: закрепление знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов для здоровья человека.</p> <p>Беседа: «Витамины и полезные продукты»</p> <p>Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты», «Съедобное – несъедобное»</p> <p>Цель: закрепление названий овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении дифференцировать овощи и фрукты. Формирование первичных знаний о съедобных и несъедобных продуктах</p> <p>Развлечение: «Вершки и корешки»</p> <p>Цель: обеспечение развития у детей умения классифицировать овощи по принципу съедобности корня и стебля; развивать внимание, память, формировать интерес к играм. Способствовать формированию представлений детей о пользе и вреде еды для организма</p> <p>С/рол. игра «Овощной магазин», «Угостим куклу чаем»</p> <p>Цель: закрепление название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах. Формирование умения правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами</p> <p>Чтение Ю. Тувим «Овощи», Г. Зайцев «Приятного аппетита»</p> <p>Продуктивная деятельность Аппликация «Большие и маленькие яблоки»</p> <p>Цель: обеспечить развитие умения наклеивать круглые предметы</p> <p>Консультация для родителей «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни»</p>
Ноябрь	Личная гигиена умывание каждый день	<p>Беседы: «Что такое микробы» «Почему они опасны», «Почему надо соблюдать правило гигиены» Цель: формирование представления о том, что большинство заболеваний носит инфекционный характер. Разъяснить, что человек в силах уберечь себя от болезней</p> <p>Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны зубки белые важны»</p> <p>Цель: закрепление знания о предметах личной гигиены. Способствовать формированию привычки к опрятности (мыло, полотенце, зубная паста). Формировать умение детей как нужно ухаживать за зубами и правильно питаться.</p>

		<p>Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода».</p> <p>Цель: формирование умения детей делать выводы, мышление, вызвать радость от открытия полученных опытов</p> <p>4С/р. игры «Искушаем куклу Катю», «Салон красоты»</p> <p>Цель: формирование практические умения при умывании и купании куклы, закреплять знания о предметах личной гигиены</p> <p>Чтение К. Чуковский «Мойдодыр»</p> <p>Консультация для родителей: «Культурно гигиенические навыки их значения в развитие ребенка»</p>
Декабрь	Наше здоровье	<p>Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с», «Как мы занимаемся физкультурой»</p> <p>Цель: формирование представлений о значении физкультурных занятий для здоровья детей.</p> <p>Формировать у детей осознанное отношение к здоровью, стремление бережно относиться к нему в холодный период года.</p> <p>Дидактические игры «Покажи мишке, как надо одеваться, чтобы не простудиться». «Зимние игры и забавы»</p> <p>«Найди картинку» Цель: закрепление названий одежды; совершенствовать умение дифференцировать одежду по сезону.</p> <p>Формировать знания у детей зимней одежды и порядок одевания. Прививать интерес к зимним играм и забавам.</p> <p>Чтение С. Шукшина «Как беречь нос». С. Михалков «Тридцать шесть и пять», «Про девочку, которая сама себя вылечила», Е. Багрян «Маленький спортсмен»; А. Барто «Наступили холода». Загадки о разных видах спорта</p> <p>НОД: «Профилактика простудных заболеваний».</p> <p>Цель: расширять представления о причинах возникновения инфекционных заболеваний.</p> <p>С/р. игры «На приеме у врача», «Больница»</p> <p>Цель: формирование навыка пользования носовым платком, приучать детей при чихании и кашле прикрывать рот носовым платком, если кто-нибудь находится рядом.</p> <p>«Что будет, если...»</p> <p>Цель: продолжать знакомить детей с назначением одежды, обуви, головных уборов. Формировать осознанное отношение к использованию человеком одежды.</p> <p>Беседа с родителями: «Здоровье ребенка в наших руках».</p>
Январь	«Витамины и здоровье»	<p>Беседы «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины», «Роль лекарств и витаминов»</p> <p>Цель: рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.</p> <p>Дидактические игры «Угадай на вкус», «Назови правильно», «Полезно – неполезно».</p> <p>Цель: закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов, умение определять их по вкусу.</p> <p>НОД: «Путешествие за витаминами»</p> <p>Цель: расширять представление детей о витаминах и их полезных свойствах.</p>

		<p>Продуктивная деятельность: Рисование «Витамины» Аппликация «Овощи и фрукты», Лепка «Морковки».</p> <p>Цель: учить детей симметрично располагать рисунок, заполнять всё пространство контура, закрепить умение рисовать ватной палочкой. Закрепить знание детей о пользе витаминов.</p> <p>Чтение С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала» С. Михалков «Чудесные таблетки», «Прививка».</p> <p>Папка-передвижка «Упражнения для формирования правильной осанки у детей»</p>
Февраль	«Тело человека»	<p>Беседа «Моё тело», «Мы все похожие, но разные», «Чтобы ушки слышали», «Глаза мои помощники», Рассматривание картин – «Тело человека»</p> <p>Цель: познакомить детей с частями тела, формировать знания об отдельных частях своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Повышение интереса детей к здоровому образу жизни</p> <p>Дидактические игры «Запомни движение», «Покажи части тела».</p> <p>Цель: упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.</p> <p>Чтение С. Прокофьев «Румяные щечки», С. Маршак «Тело человека»</p> <p>С/р. игра «Расскажем Мишке, как нам измеряли рост»</p> <p>Цели: закрепить знания о частях тела человека</p> <p>Спортивное развлечение «Сильнее, выше, смелее»</p> <p>НОД: «Части тела»</p> <p>Цель: формировать представления о строении тела человека</p> <p>Папка-передвижка «Советы по предупреждению близорукости у детей»</p>
Март	«Будем спортом заниматься»	<p>1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке», «Чистота – залог здоровья»</p> <p>«Как мы были в кабинете медсестры»</p> <p>Цель: рассказать детям, как связаны здоровье и чистота. Познакомить с предметами, необходимыми врачу и медсестре для работы</p> <p>Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом.</p> <p>Дидактические игры «Назови вид спорта», «Если кто-то заболел». Цель: закреплять знания о профессиях врача и медсестры; раскрыть значение скорой помощи</p> <p>Закрепить название некоторых видов спорта</p> <p>С/р. игры «Физкультурное занятие в детском саду», «Больница»</p> <p>Цель: формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности. Развить игровой диалог, игровое взаимодействие; закрепить знания о профессиях врача, медицинской сестры.</p> <p>Продуктивная деятельность Рисование «Разноцветные мячи»</p> <p>Цель: упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре.</p> <p>Развлечения: «Паровоз – здоровья»</p> <p>Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к</p>

		занятиям физической культурой Папка-передвижка «Упражнения дыхательной гимнастики для часто болеющих детей»
Апрель	«Опасности вокруг нас»	Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства» Цель: Формирование знаний детей о здоровом образе жизни. Учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности НОД: «Врачи – наши помощники» Цель: продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, уточнить представления об овощах, учить сажать лук Дидактические игры «Опасно-безопасно», «Скорая помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя» Цель: закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность. С/р игры «Мы шоферы», «Больница» Цель: обобщать знания о правилах техники безопасности в быту и на улице. Закрепить знание детей о профессии врача, способствовать формированию основ здорового образа жизни. Чтение В. Маяковский «Что такое хорошо, и что такое плохо» Консультация для родителей «Развиваем пальчики»
Май	«Закаляйся - если хочешь быть здоров»	Беседы «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Как стать сильными и здоровыми», «Лето красное – для здоровья время прекрасное» Цель: формирование представлений о пользе закаливания в летний период Дидактические игры: «Утро начинается», «Что такое хорошо, что такое плохо», «На прогулке» Цель: закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображённое на картинках с правильными и неправильными действиями при встрече с животным С/р. игры «Семья», «Поликлиника», «Аптека» Цель: закрепить знания о профессиях врача и фармацевта, способствовать формированию основ здорового образа жизни Продуктивная деятельность Рисование «Светит солнышко» Цель: формировать умение детей передавать в рисунке образ солнышка Заучивание потешки «Солнышко ведрышко». Чтение стихов о лете. Консультация для родителей «Закаляйся - если хочешь быть здоров».

2.2.3. Перспективный план работы с детьми 5-6 лет

Месяц, темы.	Задачи.	Совместная деятельность
Сентябрь «Овощи»	Познакомить детей со значением овощей для здоровья, познакомить с	1. Чтение Ю. Тувима «Хозяйка однажды с базара пришла» 2. Рассказ воспитателя «Витамины в

	<p>разнообразием овощей, учить правильно питаться.</p> <p>Познакомить детей с плодами овощных культур, учить описывать овощи по внешним признакам и вкусовым качествам, познакомить с понятием «витамины».</p> <p>Продолжать знакомить детей с понятием «витамины», «полезная еда», дать представление о пользе витаминов для человека.</p> <p>Закрепить знания об овощах, о пользе витаминов в овощах для человека, учить узнавать овощи по описанию и внешнему виду.</p>	<p>овощах»</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Д/и «Вершки - корешки» 4. Рисование «Заготовим овощи на зиму» 5. Беседа «Вкусно и полезно» 6. Д/игра «Вершки – корешки» 7. Д/игра «Угадай на вкус» 8. Д/игра «Угадай по описанию» 9. Развлечение «Дары осени»
«Фрукты»	<p>Познакомить с фруктами, витаминами, содержащимся во фруктах, напомнить детям о полезных свойствах фруктов: яблоко, лимон.</p> <p>Познакомить детей с разнообразием ягод, их значением для детского организма, учить беречь свое здоровье, отличать ягоды по вкусу</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рассказ воспитателя «Витамины во фруктах» 2. Загадки о фруктах. 3. Лепка «Яблоки из нашего сада» 4. П/игра «Кто больше соберет витаминов в лукошко» 5. Д/и «Сложи картинку» (фрукты) 6. С - р игра «Фруктовый магазин» 7. Составь рассказ «Фрукты» 8. Аппликация «Фрукты» 9. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» 10. Коллективная работа на тему «Фрукты»
Октябрь «В гостях у Доктора Айболита»	<p>Продолжать расширять знания о фруктах, о пользе фруктов для организма, учить называть и отгадывать фрукты по описанию.</p> <p>Закрепить знания детей о пользе фруктов и ягод, закрепить представления об основных принципах питания.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Что лишнее?» 2. П/игра «Кто быстрее соберет фрукты» 3. Д/игра «Угадай на вкус» 4. Д/игра «Дорисуй» 5. Д/игра «Угадай на ощупь» 6. Хоровод "Урожай»
«Чтобы здоровье было в порядке, делаем зарядку»	<p>Приобщать детей к регулярным занятиям физической культурой. Формировать привычку здорового образа жизни у детей.</p> <p>Воспитание положительного отношения к утренней гимнастике.</p> <p>Закрепить знания детей о понятии «здоровье».</p> <p>Уточнить правила сохранения здоровья.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рассматривание книг и альбомов о спорте. Цель: уточнить представление детей о различных видах спорта. 2. Д/игра с мячом "Виды спорта» 3. Эстафета «Весёлые спортсмены» 1. Досуг «Нас излечит, исцелит добрый доктор Айболит» 2. Д/игра «Что вредно, что полезно» <p>Цель: закрепить знания детей о способах укрепления здоровья.</p>

	<p>Воспитывать интерес к собственному организму, самочувствию, связанному с состоянием здоровья.</p>	<p>3.С/р игра «Больница»</p>
<p>Ноябрь «Что такое здоровье»</p>	<p>Формировать у детей представление о здоровом образе жизни. Совершенствовать навыки еды, приобретённые ранее: есть в определённые часы, во время еды не торопиться, не есть на ходу, тщательно пережёвывать пищу. Еда должна быть не только вкусной, но и полезной.</p>	<p>1. Д/игра «Что вредно, а что полезно для здоровья» 2. Беседа «Значение питания в жизни человека» 3. Д/игра «Витамины, фрукты и полезные продукты» 4. С/р игра «Накормим куклу»</p>
<p>«Чистота - залог здоровья»</p>	<p>Формировать привычку осознанно заботиться о чистоте своего тела. Закрепить имеющиеся культурно - гигиенические навыки у детей. Воспитывать желание аккуратно относиться к своей одежде. Учить детей заботиться о своём здоровье.</p>	<p>1. С/р игра «Парикмахерская» 2. Д/игра «Наши помощники» -закрепить знания об инвентаре 3. Хозяйственно- бытовой труд: стирка кукольной одежды и дежурство по столовой. 4. Заучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо...»</p>
<p>Декабрь «Микробы и вирусы»</p>	<p>Сформировать представление об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах, вирусах, способах их передачи.) Учить заботиться о своём здоровье, и здоровье окружающих людей. Объяснить детям понятие «микробы», убеждать детей соблюдать правила гигиены: мыть руки перед едой, не кушать чужой ложкой и из чужой тарелки, не брать откусанные продукты.</p>	<p>1. Беседа «Чистота - залог здоровья» 2. Чтение «Доктор Айболит» К. Чуковского. 3. С/р игра «На приёме у врача» 4. Выставка рисунков на самого страшного микроба. 5. Рассказ воспитателя «Микробы» 6. Рисование «Микроб» 3. Д/и «Что любит микроб?» 7. С/Р игра «Всех мы в гости пригласим, пирожками угостим» 8 Загадки о предметах гигиены.</p>
<p>«Чтобы глаза хорошо видели» Январь «Роль зрения в жизни человека»</p>	<p>Познакомить детей со значением органа зрения. Сформировать у детей навыки ухода за глазами. Воспитывать у детей бережное отношение к глазам. Показать детям, какую роль играют глаза в жизни человека.</p>	<p>1. Беседа «Телевизор, компьютер и здоровье» 2. Зрительная гимнастика «Чтобы глазки отдохнули» 3. Д/игра «Чудесный мешочек» Цель: учить детей определять предмет тактильно, по вкусу и запаху. 4. Игра «Кольцеброс» Цель: учить детей метать в вертикальную цель, развивать глазомер.</p>
<p>«Мои</p>	<p>Дать общее представление о том,</p>	<p>1. Беседа: «Кожа, её строение и значение»</p>

защитники: кожа, ногти, волосы»	<p>что кожа, ногти и волосы являются защитниками организма человека. Познакомить со строением кожи, её значением. Формировать представление о коже, как защите организма от инфекции. Учить детей любить себя и свое тело, прививать гигиенические навыки.</p> <p>Дать детям понять, что болезни не возникают из ничего, а ими заражаются. Сформулировать правила, которые нужно соблюдать, чтобы уберечься от инфекции.</p>	<p>2. Беседа: «Гигиена кожи»</p> <p>3. Беседа: «Как возникают болезни»</p>
Февраль «Чтобы зубы были крепкими»	<p>Дать некоторые представления о видах и значении зубов. Закрепить знания детей о способах укрепления зубов. Воспитывать осознанное желание заботиться о здоровье своих зубов.</p>	<p>1. Д/игра «У кого какие зубы» Цель: познакомить с зубами различных животных (грызунов, травоядных, хищников.)</p> <p>2. Чтение рассказов Г. Зайцева «Уроки Мойдодыра» Цель: закрепить правила ухода за зубами.</p> <p>3. Беседа «На приеме у стоматолога»</p>
«Я и моё тело»	<p>Познакомить детей со строением тела человека, закрепить знания о месторасположении частей тела, лица. Закрепить навыки ухода за своим телом и лицом, желание следить за собой.</p>	<p>1. Познакомить с частями тела человека.</p> <p>2. Развивать у детей понимание функции позвоночника, скелета.</p> <p>3. Познакомить детей с понятием «осанка» и ее важностью для сохранения здоровья.</p>
Март «Наши внутренние органы»	<p>Дать детям общие представления о внутренних органах человека. Познакомить детей с сердцем и его функцией в организме человека. Познакомить с кровеносной системой нашего организма. Познакомить с дыхательной системой.</p>	<p>1. Беседа «Сердце - наш мотор»</p> <p>2. Беседа «Для чего нужна кровь»</p> <p>3. «Зачем мы дышим?»</p>
«Сон - лучшее лекарство»	<p>Выявить и закрепить представление детей о сне и его значении. Сформировать у детей правила подготовки ко сну. Воспитывать положительное отношение ко сну.</p>	<p>1. Чтение стихотворения И. Токмаковой «Где спит рыбка»</p> <p>2. Гимнастика после сна «Солнце глянуло в кроватку»</p> <p>3. Д/игра «Как готовиться ко сну»</p> <p>4. Беседа «Что мне сегодня снилось»</p>

<p>Апрель «Я и моё настроение»</p>	<p>Учить детей различать эмоциональные состояния по мимике, жестам, поведению. Познакомить со способами улучшения своего настроения и окружающих.</p> <p>Воспитывать у детей внимательное, толерантное отношение друг к другу.</p>	<p>1. Психогимнастика «Спасём доброту» Цель: учить различать, называть эмоции и адекватно реагировать на них.</p> <p>2. Этюд «Доброе слово товарищу» Цель: упражнять детей в употреблении добрых слов, развитие чувства коллективизма.</p> <p>3. Беседа «Все люди разные»</p> <p>4. Д/игра «Что такое хорошо и что такое плохо» Цель: уточнить представления детей о добрых злых поступках и их последствиях.</p>
<p>«Коровушка - бурёнушка, дай молочка»</p>	<p>Формировать знания детей о домашних животных, которые дают молоко, о ценности молока, как о полезном продукте.</p> <p>Познакомить со значением молока для детей, объяснить детям, что молоко укрепляет зубы. Продолжать знакомить с полезным продуктом молоком, о способах его переработки и видах продуктов, получаемых из молока.</p>	<p>1. Рассказ воспитателя «Корова – домашнее животное».</p> <p>2. Чтение сказки «Хаврошечка».</p> <p>3. Д/игра «Что не так?»</p> <p>4. Д/игра «Кто, где живет?»</p> <p>5. Д/игра «Накорми животных?»</p> <p>7. Д/игра «Что спрятал молочник»</p> <p>8. Просмотр мультфильма «Как старик корову продавал»</p> <p>9. Д/игра «Определи молочные продукты на вкус»</p> <p>10. Д/игра «Найди что лишнее?»</p> <p>11. Аппликация (из круп) «Буренушка».</p>
<p>Май «Каша - пища наша»</p>	<p>Рассказать о каше, её значении для человека, знакомить детей с понятием «здоровая пища», формировать у детей представление о каше, как обязательном компоненте меню, дать представление о крупах: рис и гречиха. Дать представление о важности утреннего приема пищи – завтраке, убеждать о наиболее подходящих блюдах для завтрака, о полезных для здоровья свойствах круп. Закрепить знания детей о каше, как основном компоненте меню, учить определять каши по вкусу и внешнему виду</p>	<p>1. Игра-обсуждение «Может ли человек жить без еды»</p> <p>2. Д/игра «Назови любимую кашу»</p> <p>3. Чтение сказки «Каша из топора»</p> <p>4. Д/игра «Угадай крупы»</p> <p>5. Д/игра «Из чего делают крупу»</p> <p>6. Д/игра «Найди парную картинку»</p> <p>7. Чтение сказки «Горшок каши»</p> <p>8. Словесная игра «Найди ошибку»</p> <p>9. Ручной труд «Горшочек каши» (аппликация крупы на бумагу)</p> <p>10. П/игра «Кто быстрее перенесет крупу в ложке».</p>
<p>«Испекли мы каравай»</p>	<p>Сформировать у детей представление о значении хлеба для развития и здоровья человека, о ценности его в рационе питания, познакомить с трудом хлеборобов. Познакомить детей с процессом замешивания теста, учить ценить</p>	<p>1. Рассматривания картин «Как растет хлеб»</p> <p>2. Д/игра «Чем полезен хлеб»</p> <p>3. Драматизация сказки «Колобок»</p> <p>4. Лепка из теста «Угощение»</p> <p>5. Рассказ воспитателя о хлебе.</p> <p>6. Загадки о хлебе</p> <p>7. Рисование «Украсим булочки» (роспись)</p>

	<p>труд повара, употреблять только свежие продукты.</p> <p>Познакомить с процессом выпечки хлеба. Объяснить, чем полезен белый и серый хлеб, познакомить со злаками: рожь и пшеница.</p> <p>Закрепить полученные знания о хлебе. Учить употреблять только полезные продукты, закреплять знания о значении хлеба для человека</p>	<p>8. Д/игра «Попробуй на вкус»</p> <p>9. Д/игра «Что пекут из муки»</p> <p>10. Хоровод «Каравай»</p> <p>11. Игра – упражнение «Колобок».</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2.2.4. Перспективный план работы с детьми 6-7 лет (включительно)

Сентябрь

Тема: «Что такое здоровье»

Цель: закрепить у детей навыки охраны жизни и здоровья, значения для здоровья человека: режима дня, правильного питания, физического развития.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Мы такие разные и такие похожие» «Как сохранить свое здоровье»
Ситуации	Что я знаю о своем здоровье. Самые полезные продукты. Режим питания. Что надо есть, если хочешь быть сильным. Если хочешь пить. Ведь ты – человек, ты и сильный и смелый.
Общение	Почему мне нельзя ... (есть апельсин, читать книгу с близкого расстояния ... и т.д.). Хочу быть здоровым. Как избавиться от вредных привычек. Как укрепить свои кости и мышцы Зачем и как нужно закаляться?
Художественная литература	К. Чуковский «Доктор Айболит» Пословицы.
Дидактические и развивающие игры	«Съедобное-несъедобное» «Полезная и вредная еда» «Подбери пару»
Творческие игры	С\р игры «Семья», «Больница с разными отделениями»
Развлечения	«Доктор Айболит»

Октябрь

Тема: «О правильном питании»

Задачи. Закрепить знания детей о пользе и вреде продуктов питания, о культуре питания, о столовом этикете

Вид деятельности	Содержание
------------------	------------

Занятия	«Что я ем?» «Кто готовит нам еду?»
Ситуации	Витамины и полезные продукты. Как правильно сервировать стол. Собери урожай
Общение	Откуда хлеб на столе. Как мы делали салат. Что ты любишь кушать. Мои любимые овощи, фрукты.
Художественная литература	В. Даль «Война грибов с ягодами» Загадки об овощах, фруктах, продуктах питания. Г. Зайцев «Приятного аппетита» М. Безруких «Разговор о правильном питании».
Дидактические и развивающие игры	«Что лишнее?» (иллюстрации посуды, продуктов питания). «Накроем куклам стол» «Вырастим яблоки». «Что делают из муки?»
Творческие игры	Ср «Магазин» (кондитерский, хлебный, овощи – фрукты) Осенняя ярмарка «Дары природы»

Ноябрь

Тема: «Тело человека и личная гигиена»

Задачи. Закрепить знания детей о строении человека и деятельности организма и отдельных органов, о правилах ухода за ними. Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе, воспитывать чувство гордости, что – ты Человек.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Вот я какой»
Беседы	«Твои возможности, человек» «Как сохранить здоровье» «Чтобы лучше видеть, чтобы лучше слышать...»
Ситуации	Что вы знаете о мозге? Что было бы, если бы твой скелет убежал от тебя; Зачем человеку нос? Как сохранить хорошее зрение?
Общение	Что может случиться, если ты не будешь чистить зубы? Уход за ушами. Забота о глазах. Как я дышу. Как работает мое сердце? Уход за руками и ногами.
Художественная литература	Р. Сев «Я сам» А. Барто «Я расту» И. Семенова «Как стать Неболейкой», «Я – человек, ты – человек»; С. Маршак «Робин-Бобин», «О мальчиках и девочках»; С. Михалков «Прививка», «Не спать», «Тридцать шесть и пять»; Б. Заходер «Ма-Тари-Кари»,

	В. Катаев «Цветик – семицветик»
Дидактические и развивающие игры	«Моя внешность», «Умею – не умею», «Правила гигиены», «Определи по звуку», «Что такое хорошо, что такое плохо»
Творческие игры	С\р «Поликлиника»

Декабрь

Тема: «Чтобы нам не болеть»

Задачи. Закрепить у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, о тех профессиях, которые помогают нам сохранить здоровье.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	В гостях у доктора Айболита»
Ситуации	Что я знаю о своем здоровье (что мне можно есть, а что нельзя). Кто нас лечит? Узнай возраст людей по картинке. Если заболел друг (мама, бабушка, воспитатель). От чего можно заболеть? Для чего нужны витамины и какие витамины вы знаете?
Общение	Как я должен себя беречь? Что может случиться, если ты промочишь ноги на улице? Мой возраст. Мое настроение, настроение людей. Как поднять настроение детей и взрослых. Как помогают нам прививки
Художественная литература	Шкловский Е. «Как лечили мишку», «Осторожно – лекарство», «Как вести себя во время болезни»
Дидактические и развивающие игры	«Если кто-то заболел», «Кому что нужно?»
Творческие игры	Театрализованная игра «Отгадай, что я ем?» (сладкая конфета, кислый лимон, черный перец). С\р «Поликлиника», «Аптека», «Больница» (с разными отделениями)
Развлечения	День здоровья

Январь

Тема: «Спорт для здоровья»

Задачи. Закрепить у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»
Ситуации	Что было бы, если бы человек не занимался зарядкой, физкультурой.
Общение	Кто спортом занимается.

	Я катаюсь на коньках, лыжах, велосипеде. Мой любимый вид спорта.
Художественная литература	Загадки. З. Петрова Стихи.
Дидактические и развивающие игры	«Назови вид спорта». «Назови спорт по показу»
Творческие игры	Физкультурные занятия в детском саду.
Экскурсия	На стадион «Заречье»
Развлечения	День спорта

Февраль

Тема: «Безопасное поведение в быту»

Задачи. Закрепить представление детей о правилах безопасного поведения в быту, об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в дома.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«В мире опасных предметов»
Ситуации	Можно ли самим открывать окна, балкон, выглядывать из них? Что может быть, если ты встанешь на подоконник? Почему нельзя брать нож? Ножницы, катушки – это не игрушки. Можно ли толкать другого, если он режет, шьет? Что может при этом случиться?
Общение	Я знаю, что можно, что нельзя. Безопасность в нашей группе. В мире опасных предметов Таблетки – не конфетки. Почему нельзя играть на кухне?
Художественная литература	Маршак С.Я. «Пожар», Загадки. Пословицы и поговорки.
Дидактические и развивающие игры	«Источники опасности», «Игра дело серьезное» «Нарисуй отгадку», «Если возник пожар»
Творческие игры	Ср «Семья», «Детский сад», «Больница»

Март

Тема: «Ребенок и другие люди»

Задачи. Продолжать предостерегать детей от контактов с незнакомыми людьми. Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни, на улице, в ситуации насильственного поведения незнакомого взрослого, в ситуации, когда предлагают что-либо.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Опасные ситуации контактов с незнакомыми людьми»
Ситуации	Что будет, если откроешь дверь незнакомому человеку. Всегда ли приятная внешность означает и добрые намерения? Может ли красивый человек быть злым?
Общение	Ты одна дома: незнакомец просит открыть дверь.

	Незнакомый человек угощает тебя чем-то. Незнакомый человек приглашает тебя прокатиться на машине. Кого можно считать «своим», а кого - «чужим»?
Художественная литература	Р.н.с. «Кот, петух и лиса», «Волк и семеро козлят» А. Толстой «Буратино» К. Чуковский «Котауси и Мауси» С. Маршак «Сказка о глупом мышонке».
Дидактические и развивающие игры	«Похитители и находчивые ребята». «Куда убежать, если за тобой гонятся»
Творческие игры	«Семья», «Транспорт», «Магазин».
Развлечения	«Самый большой друг» (театрализованная игра по пьесе С. Прокофьева)

Апрель

Тема: «Пожарная безопасность»

Задачи. Закрепить у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара, систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара.

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Знай и соблюдай» «Чтобы не было беды»
Ситуации	Огонь наш друг или враг? Почему возникают лесные пожары? Осторожно – электроприборы. Кухня – не место для игры. Пожар в квартире. Что надо делать?
Общение	Чем опасен дым? Где нежно хранить спички, зажигалки, горючие жидкости? Как звонить при пожаре? Почему во время пожара нужно передвигаться нагнувшись?
Художественная литература	С. Маршак «Пожар», «Рассказ о неизвестном герое»; Б. Житков «Пожар», «Дым»; О. Полякова «Я пожарный»; П. Голосов «Сказка о заячем теремке и опасном коробке»; И. Холин «Как непослушная хрюшка едва не сгорела»
Дидактические и развивающие игры	«Опасные соседи», «Кому что нужно для работы»; «Найди отличия»,
Творческие игры	С\р «Пожарные», «Больница» Игровой тренинг «Телефон службы спасения 01»
Развлечения	Игра-драматизация «Кошкин дом»

Май

Тема: «Ребенок на улицах города»

Задачи. Формирование свободного ориентирования в пределах близлежащего микрорайона к детскому саду. Закрепить знания о дорожных знаках, правилах дорожного движения

Вид деятельности	Содержание
Занятия	«Знакомство с дорожными знаками», «Безопасность в городе»
Ситуации	Если ты потерялся на улице. Знаешь ли ты правила дорожного движения? Ты вышел из автобуса, тебе нужно перейти улицу... Расскажи о сигналах светофора.
Общение	В каком месте нужно переходить улицу? Какой переход называют самым безопасным? Почему? Можно ли детям играть на проезжей части?
Художественная литература	Носов Н. «Автомобиль», Дорохов А. «Зеленый...Желтый...Красный!», Иванов А. «Как неразлучные друзья дороги переходили», Дурилов А. «Моя улица», Георгиев Г. «Светофор», Тарутин О. «Для чего нам светофор», Кривич М. «Школа пешехода»
Дидактические и развивающие игры	«О чем говорит светофор», «Найди нужный дорожный знак»,
Творческие игры	С\р «Уличное движение», «Автобус», «Нам на улице не страшно».
Развлечения	КВН «Лучший пешеход»

2.3. Показатели сформированности представлений о здоровом образе жизни у дошкольников

№	Критерии	Содержание критерия	Методы, средства диагностики
	Осознанное отношение к здоровому образу жизни	1. Наличие представлений о здоровом образе жизни	Дидактические игры по формированию элементарных представлений о ЗОЖ Создание детского альбома «Здоровый образ жизни»
		2. Наличие устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих	Беседы: «Чистота – залог здоровья», «Здоровье и болезнь», «Я и другие люди», «Почему мы двигаемся?». Музыкальное сопровождение режимных моментов. Использование нестандартного оборудования в спортивно-оздоровительной работе
		3. Наличие знаний о организме человека	Спортивные досуги. Дидактические игры валеологического содержания: «Чтобы зубы не болели», «Здоровые уши», «Береги свое горло», «Будем видеть хорошо»
	Развитие навыков здорового	1. Устойчивость навыков владения своим телом с целью сохранения	Беседы цикла «Я – человек». Основное содержание: элементарное строение человека, необходимые для жизни условия: воздух, пища,

	образа жизни	здоровья	тепло
		2. Овладение навыками правильного дыхания	Дыхательная гимнастика в ООД, наблюдение за самостоятельным выполнением детьми
		3. Сформированность потребности в двигательной активности	Наблюдение за двигательной активностью ребенка, участие в подвижных играх, соревнованиях, эстафетах, досугах

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3. 1. Материально-техническое обеспечение программы

МБДОУ «Детский сад № 52 «Аленький цветочек» обеспечивает материально-технические условия реализации программы, позволяющие достичь обозначенные ею цели и выполнить задачи, в т. ч.:

- осуществляет все виды деятельности ребенка, как индивидуальной самостоятельной, так и в рамках каждой дошкольной группы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, их особых образовательных потребностей;
- организует участие родителей воспитанников (законных представителей), педагогических работников в создании условий для ее реализации, а также мотивирующей образовательной среды;
- использует в образовательном процессе современные образовательные технологии (в т. ч. игровые, коммуникативные, проектные технологии и культурные практики социализации детей);
- обновляет содержание основной образовательной программы, методики и технологий ее реализации в соответствии с динамикой развития системы образования, запросами воспитанников и их родителей (законных представителей) с учетом особенностей социокультурной среды развития воспитанников и специфики информационной социализации детей;
- обеспечивает повышение профессиональной компетентности и творческого потенциала педагогических работников детского сада.

3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Направление развития	Название программ (методических разработок)	Ключевые положения программ (методических разработок)	Дидактическое обеспечение
Физкультурно-оздоровительное	Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. Физкультурные праздники в детском саду (сценарии спортивных праздников и развлечений), Т.Е. Харченко Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в	Развитие двигательных умений и физических качеств; воспитание осознанного отношения к своему здоровью; формирование	Спортивное оборудование в зале, на площадке; подбор физических упражнений для формирования правильной осанки, коррекции плоскостопия;

	<p>дошкольном образовательном учреждении /В.Г. Алямовская //Дошкольное образование.</p> <p>Сборник подвижных игр: Методическое пособие/ Автор-составитель Э.Я. Степаненкова</p> <p>В.А. Шишкина «Какая физкультура нужна детям».</p> <p>Шарманова С.Б. Роль родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни /С.Б. Шарманова //Управление ДОУ.</p> <p>К. Белая «Твоя безопасность. Как вести себя дома и на улице».</p>	<p>привычки к здоровому образу жизни</p>	<p>комплексы дыхательных гимнастик;</p> <p>комплексы упражнений для часто болеющих детей</p> <p>диагностические материалы физического развития детей.</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3.3. Режим дня

Режим скорректирован с учетом климата (теплого и холодного периода).

Режим (холодный период)

Режимные моменты	Время основных режимных моментов режима дня в группах			
	Вторая младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
Утренний прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00- 8.25	7.00-8.25	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.25-8.55	8.25-8.50	8.25-8.50
Игры, подготовка к ООД	8.50-9.00	8.55-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность (Перерыв -10 мин)	9.00-9.40	9.10-10.00	9.00-10.00	9.00-10.10
II завтрак	9.40-9.50	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.50 -11.50	10.10 - 12.10	10.10-12.15	10.20-12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.50-12.10	12.10-12.20	12.15-12.25	12.20-12.30
Обед	12.10-12.40	12.20-12.50	12.25-12.55	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00	12.50-15.00	12.55-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.15-15.30	15.15-15.30
Дополнительное образование, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.00	15.40-16.00	15.30-15.55	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-16.50	16.00-17.20	15.55-17.25	16.00-17.30
Возвращение с прогулки, игры	16.50-17.10	17.20-17.40	17.25-17.45	17.30-17.50
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.50	17.40-18.10	17.45-18.15	17.50-18.20
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, уход детей домой	17.50-19.00	18.10-19.00	18.15-19.00	18.20-19.00

СООТВЕТСТВИЕ НОРМАМ СанПиН

Режимные моменты	Продолжительность режимных моментов			
	Вторая младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
Прогулка	4 часа	4 часа	4 часа	4 часа
Дневной сон	2ч.20м.	2 ч. 10 м.	2 ч. 05 м.	2 часа
Организованная образовательная деятельность (в день)	30 мин	40 мин	75 мин	90 мин
Количество приемов пищи	5	5	5	5

Режим (теплый период года)

Режимные моменты	Время основных режимных моментов режима дня в группах			
	Вторая младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
Утренний прием на воздухе, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.45	8.10-8.40	8.15-8.45	8.25-8.50
Игры	8.45-9.25	8.40-9.30	8.45-9.35	8.50-9.40
Подготовка, второй завтрак	9.25-9.35	9.35-9.45	9.35-9.45	9.40-9.50
Подготовка к прогулке	9.35-9.45	9.45-9.55	9.45-9.55	9.50-10.00
Прогулка: игры-занятия (эстетически-оздоровительного цикла). Закаливание	9.45-11.50	9.55-12.00	9.55-12.15	10.00-12.20
Возвращение с прогулки	11.50-12.00	12.00-12.10	12.15-12.25	12.20-12.30
Подготовка к обеду	12.00-12.10	12.10-12.20	12.25-12.35	12.30-12.40
Обед	12.10-12.30	12.20-12.40	12.35-12.50	12.40-13.00
Подготовка, дневной сон	12.30-15.0	12.40-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.10
Полдник	15.20-15.30	15.15-15.25	15.10-15.20	15.10-15.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-15.45	15.25-15.50	15.20-15.45	15.20-15.50
Подготовка к прогулке	15.45- 15.50	15.50-16.00	15.45-15.55	15.50-16.00
Прогулка	15.55-17.20	16.00-17.25	15.55-17.30	16.00-17.35
Возвращение с прогулки	17.2-17.30	17.25-17.35	17.30-17.40	17.35-17.45
Подготовка к ужину, ужин	17.30-17.55	17.35-17.55	17.40-17.50	17.45-17.55
Игры	17.55-18.30	17.55-18.30	17.50-18.15	17.55-18.20
Прогулка, уход детей домой	18.30-19.0	18.30-19.00	18.15-19.00	18.20-19.00

СООТВЕТСТВИЕ НОРМАМ СанПиН

Режимные моменты	Продолжительность режимных моментов			
	Вторая младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
Прогулка	4 часа	4 ч.	4 часа	4 часа
Дневной сон	2ч.30м.	2 ч. 20 м.	2 ч. 15 м	2 ч. 10 м
Организованная образовательная деятельность (в день)	30 мин	40 мин	50 мин	60 мин
Количество приемов пищи	5	5	5	5

Режим дня детей 1,5-3 лет группы кратковременного пребывания

Приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность	9.00 – 9.25
Организованная образовательная деятельность	9.25 – 9.35 9.45 – 9.55
Игры/ Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность	9.55 – 10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.30 – 12.00
Возвращение с прогулки, уход детей домой	12.00
<i>Продолжительность организованной образовательной деятельности</i>	<i>10 минут</i>
<i>Общая длительность прогулки</i>	<i>1 час 30 минут</i>
<i>Самостоятельная деятельность</i>	<i>1 час</i>

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

В основе построения воспитательно-образовательного процесса лежит комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательной работы в МБДОУ «Детский сад № 52 «Аленький цветочек».

Цель: построение воспитательно–образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей (законных представителей).

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а также вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка
- окружающей природе
- миру искусства и литературы
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка
- сезонным явлениям
- народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Одной теме уделяется не менее одной недели. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и центрах развития.

Для каждой возрастной группы дано комплексно-тематическое планирование, которое рассматривается как примерное.

Календарно-тематическое планирование на 2021-2022 учебный год

Месяц	Период	Тема	Цель	Итоговое мероприятие
Сентябрь	1 01.09 – 04.09	«Здравствуй, детский сад»	Адаптация детей к условиям новой группы. Формирование интереса к труду сотрудников детского сада, о детском саду как ближайшем социуме и положительного отношения к ним. Определение уровня индивидуального развития детей	Листы адаптации Педагогическая диагностика Профилактическая акция «Внимание, дорога!»
	2 07.09 – 11.09	«Я в мире человек»	Расширение представлений детей о себе, своей семье. Формирование положительной самооценки, представлений о родственных отношениях в семье. Определение уровня индивидуального развития детей	Спортивная эстафета «Веселые профессии» Педагогическая диагностика
	3 14.09 – 18.09	«Все профессии нужны, все профессии важны!»	Формирование представлений детей о различных профессиях, их значимости; о том, где работают родители, как важен для общества их труд	Выставка лепбуксов «Все профессии важны»
	4 21.09 – 25.09	«Мой дом, мой город!»	Расширение представлений детей о доме, о городе Смоленске, его истории, интерес к прошлому и настоящему. Развитие творческих способностей детей	Открытая образовательная деятельность «Город-герой Смоленск – щит России!» с детьми 6-7 лет (включительно) Выставка коллективных работ детей «Мой любимый город Смоленск»
Октябрь	1 28.09 – 02.10	«Краски осени»	Формирование представлений детей о мире природы, о сезонных изменениях осенью	Развлечение «В гостях у Осени» (вторая младшая группа, средние группы)
	2 05.10 – 09.10	«Юные исследователи»	Формирование и расширение представлений детей об познавательно-исследовательской деятельности (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними)	Краткосрочный детский проект по теме недели
	3 12.10 – 16.10	«Я вырасту здоровым!»	Формирование представлений детей о здоровье, здоровом образе жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье других	Спортивный досуг «День мяча»

	4 19.10 – 23.10	«Человек и животный мир»	Формирование представлений детей об окружающем мире. Расширение знаний о животных и птицах, их детенышах, местах обитания	Выставка рисунков «Природа города Смоленска будущего»
Ноябрь	1 26.10 – 30.10	«Осенние мотивы»	Расширение представлений детей об отображении осени в произведениях искусства (поэтического, изобразительного, музыкального)	Развлечение «Осенняя ярмарка» (старшие группы, подготовительные к школе группы) Выставка поделок из природного материала «Сказочные герои «Эколят – друзей и защитников Природы» (подготовительные к школе группы)
	2 02.11 – 06.11	«День народного единства»	Формирование и расширение знаний детей о стране, государственных праздниках. Воспитание положительных чувств по отношению друг к другу, любви и уважения к другим народам	Спортивное развлечение «Путешествие вокруг света»
	3 09.11 – 13.11	«Неделя добрых дел»	Формирование и расширение представлений детей о народных традициях, о «добре» и «зле». Развитие воображения и творческой активности	Акция «Птицы – наши друзья!»
	4 16.11 – 20.11	«Человек и мир вещей»	Формирование представлений детей об объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира	Выставка дидактических игр, развивающих творческие способности дошкольников
	5 23.11 – 27.11	«День матери»	Развитие у детей социальных представлений о семейных отношениях, традициях, усвоение норм и ценностей, принятых в обществе. Формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества	Праздник «День матери» (старшие, подготовительные к школе группы)
Декабрь	1 30.11 – 04.12	«Здравствуй, зимушка, зима!»	Формирование представлений детей о мире природы, о сезонных изменениях зимой, о взаимосвязи жизни растений и животных с сезонными изменениями зимой. Расширение представлений детей о правилах безопасного поведения людей зимой	Целевое практическое мероприятие «Олимпиада Природолюбия» в рамках проекта «Эколята-дошколята»

	2 07.12 – 11.12	«Театральная неделя»	Формирование представлений детей о театре. Развитие творческих способностей детей через театрализованную деятельность. Расширение представлений о традиционном народном празднике - Сороки	Открытая театрализо- ванная деятельность детей 5-7 лет (включительно) ООД «Эстетическое воспитание детей 4-5 лет средствами изобразительного искусства»
	3 14.12 – 18.12	«Чудеса под Новый год»	Формирование и развитие представлений детей о празднике - Новый год; расширение представлений о традиционных народных праздниках	Выставка семейного творчества «Новогодняя сказка»
	4 21.12 – 25.12	«Зимние забавы»	Формирование и развитие представлений детей о здоровье, здоровом образе жизни, об играх зимой	Выставка коллективных работ детей «В снежном царстве, морозном государстве» Новогодний утренник
Январь	3 11.01 – 15.01	«Безопасность окружающего мира»	Формирование и развитие представлений детей об основах безопасного поведения в быту, социуме, природе	Спортивное развлечение «Безопасный город»
	4 18.01 – 22.01	«Открытия и изобретения»	Формирование и расширение представлений детей о науке, ее значении в жизни человека	Викторина «Хочу все знать!»
	5 25.01 – 29.01	«Неделя родного языка»	Формирование интереса к детской литературе, развитие речи как средства общения и культуры, развитие речевого творчества детей	Участие в конкурсе чтецов «Разукрасим мир стихами»
Февраль	1 01.02 – 05.02	«Заповедный мир дикой природы»	Формирование представлений детей о дикой природе, заповедниках и их обитателях	Выставка детского творчества «Жители национального парка «Смоленское Поозерье»
	2 08.02 – 12.02	«Веселые старты»	Формирование начальных представлений детей о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Открытая образовательная деятельность по формированию основ валеологической культуры у дошкольников
	3 15.02 – 19.02	«День защитника Отечества»	Формирование представлений детей о мужчине, как о защитнике, о Российской армии, ее значении	Музыкально- спортивный праздник «День защитника Отечества»

	4 22.02 – 26.02	«Мастера и мастерицы»	Формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества. Развитие творческих способностей детей (коммуникативная деятельность, конструктивно-модельная деятельность, художественно-эстетическая деятельность)	Изготовление подарков, сувениров для мам и бабушек
Март	1 01.03 – 05.03	«Праздник 8 Марта»	Формирование и расширение представлений детей о празднике - Международный женский день; воспитание уважения, любви к женщинам, желание помогать им и заботиться о них	Праздник «8 Марта»
	2 09.03 – 12.03	«Народные традиции»	Расширение представлений о традиционном народном празднике - Масленица	Выставка поделок к празднику «Веселая Масленица» Развлечение «Проводы Зимы»
	3 15.03 – 19.03	«Удивительные места нашей планеты»	Формирование и расширение представлений детей о видовом разнообразии растительного и животного мира разных климатических зон	Интерактивная беседа «Удивительная планета»
	5 22.03 – 26.03	«Неделя искусства»	Развитие творческих способностей у детей. Формирование навыков восприятия произведений различных видов искусств в их жанровом многообразии.	Интегрированная беседа «В мире музыки»
Апрель	1 29.03 – 02.04	«Тайны третьей планеты»	Формирование представлений детей о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира	Краткосрочный детский проект по теме недели
	2 05.04 – 09.04	«Здоровый образ жизни»	Формирование и расширение знаний детей о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье	Неделя здоровья

	3 12.04 – 16.04	«Я хочу быть космонавтом»	Формирование представлений детей о здоровье, здоровом образе жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, формировании полезных привычек). Формирование и расширение представлений детей о космосе, жизни космонавтов на космической станции, их труде Определение уровня индивидуального развития детей	Выставка поделок «Тайны космоса» Развлечение «К далеким планетам» Педагогическая диагностика
	4 19.04 – 23.04	«Права детей»	Формирование и расширение правовых знаний детей, знаний своих обязанностей	Волонтерское мероприятие «Добрые дела дошколят»
	5 26.04 – 30.04	«Неделя безопасности»	Формирование элементарных правил безопасного поведения дома, на улице, в общественных местах, в том числе в экстремальных ситуациях	Выставка детского творчества по пожарной безопасности «Останови огонь!» Целевое практическое мероприятие «Сохраним лес от пожара!» в рамках проекта «Эколята-дошколята»
Май	1 04.05 – 07.05	«День Победы»	Формирование и расширение представлений детей о празднике - День Победы; воспитание нравственно-патриотических чувств дошкольников	Выставка семейного творчества «Войны священные страницы навеки в памяти людской» Акция «Георгиевская ленточка» с детьми 6-7 лет (включительно) Спортивный праздник «День Победы!» (средние группы) Праздник «День Победы!» (старшие группы, подготовительные к школе группы)
	2 11.05 – 14.05	«Моя семья»	Формирование и расширение представлений детей о своей семье, нормах и правилах поведения в семье; воспитание эмоциональной отзывчивости на состояние близких людей, заботливого отношения к ним	Интегрированная беседа «Моя семья – моя крепость»

	3 17.05 – 21.05	«Книжка неделя»	Развитие у детей предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания текстов различных жанров детской литературы. Стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений	Итоговая образовательная деятельность по освоению воспитанниками образовательных программ дошкольного образования
	4 24.05 – 28.05	«На пороге лета»	Формирование представлений детей о мире природы, о сезонных изменениях летом, о взаимосвязи жизни растений и животных с сезонными изменениями летом	Праздник «До свиданья, детский сад!» (подготовительные к школе группы) Конкурса рисунка на асфальте «Я дружу с Природой!»

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Принципы построения развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда построена на следующих принципах:

- 1) Насыщенность;
- 2) Трансформируемость;
- 3) Полифункциональность;
- 4) Вариативной;
- 5) Доступность;
- 6) Безопасность.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих развивающей предметно-пространственной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность предметно-пространственной среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность развивающей среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

Для обеспечения оптимального двигательного режима в группе имеется физкультурный уголок, который оснащен спортивным оборудованием для самостоятельных занятий. В уголке имеются: мячи разного размера и материала, скакалки, обручи, городки, кегли, кольцобросы; канат, веревочки, ленты, мешочки с песком; предметы-заместители; «дорожки здоровья», тренажеры для профилактики плоскостопия, шапочки для подвижных игр и другое.

Для использования физкультурного оборудования, имеющегося в данном уголке, детям предлагаются наглядные иллюстрации, как можно использовать тот или иной спортивный инвентарь при организации самостоятельной двигательной активности. Уголок здоровья оснащен самодельными тренажерами для коррекции зрения и дыхания, валеологическими играми из серии «Здоровый малыш», познавательными играми – лото, сделана подборка художественной литературы по теме.

Для формирования представлений о влиянии окружающей среды на здоровье детей, в группе имеется уголок экспериментирования, позволяющий детям самостоятельно проводить элементарные опыты: песок, глина, камни, ракушки, стаканчики и баночки разного размера, мелкие игрушки из разного материала и т.д.

Для организации закаливающих мероприятий имеются индивидуальные стаканчики для полоскания рта, массажные коврики для ходьбы, термометр для определения температуры воздуха.

3.6. Система оценки результатов освоения программы

Критерии	Показатели	Диагностический инструментарий	Методы обследования	Сроки
Формирование ценностей здорового образа жизни	1.Сформированность культурно – гигиенических навыков и умений	диагностические задания «Наши привычки» О.В. Дыбиной, методики «Что я знаю о своем организме», С.Е. Шукшиной, методики «Неоконченные предложения» В.А. Деркунской	Наблюдение за детьми при выполнении режимных процессов; дидактической игры «Валеология» или здоровый малыш», диагностические задания	2 раза в год- сентябрь, апрель
	2.Сформированность представлений о своем теле, правилах ухода за ним			
	3.Сформированность представлений о полезных и вредных привычках, факторах ЗОЖ			

Педагогическая диагностика сформированности культуры здорового образа жизни у дошкольников

№ п/п	Ф.И. ребенка	Сформированность культурно – гигиенических навыков и умений.		Сформированность представлений о своем теле, правилах ухода за ним.		Сформированность представлений о полезных и вредных привычках, факторах ЗОЖ		Итоговый показатель по каждому	
		НГ	КГ			НГ	КГ	НГ	КГ
1.									
Итоговый показатель по группе									

Оценка производится по трехбалльной шкале, где:

1 балл - у ребёнка плохо сформированы навыки выполнения комплексов дыхательной гимнастики; ребёнок не может ответить на вопросы, касающиеся здорового образа жизни; не проявляет активности при выполнении физических упражнений, игр. Ребёнок не проявляет интерес к занятиям по физической культуре.

2 балла – у ребёнка частично сформированы навыки основ безопасности жизнедеятельности, ребёнок проявляет интерес к подвижным и эстафетным играм, но плохо отвечает на вопросы.

3 балла – ребёнок проявляет интерес к занятиям по физической культуре, грамотно отвечает на поставленные вопросы, может самостоятельно выполнять комплексы дыхательных упражнений, понимает их необходимость для своего здоровья.

4. Список литературы

1. Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении /В.Г. Алямовская //Дошкольное образование. - 2004. - №17.
2. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2.
3. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие – М.; Сфера, 2008.
4. Зедгенидзе В.Я. Формирование здоровья ребенка /В.Я. Зедгенидзе //Современный детский сад. - 2007. - №1.
5. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка// Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1999.
6. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2002.
7. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. - М.: АПК и ПРО, 2003.
8. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). – М.: ВЛАДОС, 2002.
9. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез, 2002.
10. Сивцова А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях /А.М. Сивцова //Методист. - 2007. - №2.
11. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. – М., 2006.
12. Шарманова С.Б. Роль родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни /С.Б. Шарманова //Управление ДОУ. - 2006. - №4.