

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №1**

Принята на заседании
педагогического совета
МБДОУ детский сад № 1
Протокол № 1 25.08.2021г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад №1
Маринич Н.В.
Приказ № 77 от 25.08.2021г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Азбука здоровья»**

Возрастная группа: группа общеразвивающей направленности детей 4-5 лет
Автор-составитель: Острожкова С.А. - воспитатель

р.п. Сосновка

2021г.

**Программа «Азбука здоровья»
По формированию здорового образа жизни
у детей дошкольного возраста
4-5 лет**

Оглавление

№ п/п	Содержание	Стр.
1	Информационная карта программы	
2	Пояснительная записка	
3	Цель, задачи программы	
4	Основные принципы	
5	Особенности программы	
6	Основные шаги по реализации программы	
7	Планируемые результаты	
8	Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов	
9	Тематическое планирование	
10	Перспективное планирование для детей от 3 до 7 лет	
11	Список литературы	

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Читарики»
3. Сведения об авторах:	
3.1 Ф.И.О., должность	Острожкова Светлана Александровна, воспитатель
4. Сведения о программе:	
4.1 Нормативная база	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р);</p> <p>Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008;</p> <p>Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации От 28.09.2020г 328 об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»</p>
4.2 Область применения	Дополнительное образование
4.3 Направленность	Социально-педагогическая

4.4 Тип программы	Модифицированная
4.5 Вид программы	Общеразвивающая
4.6 Возраст обучающихся	5-7 лет
4.7 Продолжительность обучения	2 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	«Азбука здоровья» – модифицированная программа по формированию основ здорового образа жизни у детей от 3 до 7 лет
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; • Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г.№1726-р); • Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008; • Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»; • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г 328 об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
Составитель Программы	Острожкова Светлана Александровна первая квалификационная категория, воспитатель Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №1 р.п.Сосновка
Целевые группы	Дети от 3 до 7 лет
Цель программы	Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в процессе взаимодействия ДООУ и семьи
Направленность программы	<p>Программа «Азбука здоровья» – комплексная система воспитания и оздоровления дошкольников от 3 до 7 лет. Основное содержание работы с детьми по программе строится по нескольким направлениям:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Культурно-гигиенические навыки «Чистота – залог здоровья»;

	<ul style="list-style-type: none"> • Строение тела, правила ухода за ним; культура питания <i>«О себе хочу все знать!»;</i> • Основы двигательной культуры <i>«Движение – это жизнь!»</i>
<p><i>Предполагаемые результаты реализации программы</i></p>	<p>В результате поэтапной, систематической, работы с детьми, родителями, педагогами:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Повысится уровень представлений о ценности здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами; • Повысится количество детей, самостоятельно использующих имеющиеся представления о ценности здорового образа жизни в повседневной жизни на 36%; • Повысится количество родителей, принимающих активное участие в мероприятиях ДООУ по вопросам здорового образа жизни на 40%; • Повысится педагогическая компетентность родителей о факторах здорового образа жизни до 80%.

Пояснительная записка

Современная жизнь ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области. В личностно-ориентированном образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта – наиболее ценного для его развития. Ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром.

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

Так как именно в дошкольный период жизни закладываются фундамент здоровья ребенка, поэтому необходимо уже в этот возрастной период формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

В Уставе Всемирной организации здравоохранения: здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Большинство педагогов придерживаются определения здоровья, часто имея в виду его физическую составляющую, забывая о социально-психологической и духовно-нравственной. Важно переломить эту тенденцию и руководствоваться определением здоровья как многогранного понятия, включающего физический, социально-психологический и духовно-нравственный аспект.

Концепция модернизации российского образования предусматривает создание условий для повышения качества общего образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения, профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей. Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка - дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся

здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

Здоровьесберегающий педагогический процесс ДООУ – в широком смысле слова – процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьедобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Здоровьесбережение и здоровьедобогащение – важнейшие условия организации педагогического процесса в ДООУ.

В более узком смысле слова – это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьедобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Не случайно в Приказе Министерства образования науки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 N 1155 – одной из пяти образовательных областей является образовательная область «Здоровье», содержание которой направлено на достижение целей здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование представлений о здоровом образе жизни.

Применение в работе ДООУ программы повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ребенку; формирует положительные мотивации у педагогов ДООУ и родителей детей.

Цель, задачи программы

Цель программы: всестороннее развитие личности ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Задачи программы:

1. Формировать представление детей об основных принципах здорового питания, полезных продуктах. Формировать представление детей о правилах столового этикета.
2. Формирование навыков разумного поведения, умения адекватно вести себя в разных ситуациях.

3. Формировать потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье.
4. Использовать проектно-исследовательскую деятельность с детьми для более углубленного раскрытия отдельных тем.
5. Воспитывать гуманную, социально активную личность, способную понимать и любить окружающий мир, природу и бережно к ним относиться.

Основные принципы

1. Принцип системности – занятия проводят в течение целого года при гибком распределении содержания в течение дня.
2. Принцип деятельности – включение ребенка в игровую, познавательную, поисковую и другие виды деятельности с целью стимулирования активной жизненной позиции.
3. Принцип последовательности – любая новая ступень в обучении ребенка опирается на уже освоенное в предыдущем.
4. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
5. Принцип наглядности – связан с особенностями мышления дошкольников (до 5 лет – наглядно-действенное, после 5 лет – наглядно-образное).
6. Принцип интеграции – интегративность всех процессов, реализующихся в образовательном процессе.
7. Принцип дифференцированного подхода – решаются задачи эффективной педагогической помощи воспитанникам в совершенствовании их личности, способствует созданию специальных педагогических ситуаций, помогающих раскрыть психофизические, личностные способности и возможности воспитанников.
8. Принцип возрастной адресованности – одно и то же содержание используется для работы в разных группах с усложнением соответствующим возрастным особенностям детей.

9. Природосообразности – определение содержания, формы, средства и стиля взаимодействия с каждым ребенком на основе личностного знания о нем.

Особенности программы.

Программа посвящена актуальной проблеме – формированию у детей дошкольного возраста культуры здоровья. Формирование у детей навыков здорового образа жизни реализуется через активную деятельность всех участников образовательного процесса. Программа ориентирована на формирование у детей позиции познания ценности здоровья физического, психического и социального, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширения знаний и навыков по гигиенической культуре и культуре питания.

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными, психологическими и социальными изменениями. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход и результаты ее развития на последующих этапах жизненного пути человека.

Программа рассчитана для работы с детьми 4-5 лет. Занятия содержат познавательный материал, соответственно возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (оздоровительными минутками, упражнениями для осанки и др.), необходимыми для развития навыков ребенка, которые закрепляются в повседневной жизни. В занятия включены не только вопросы физического развития детей, но и вопросы духовного здоровья. Дети учатся любви к себе, людям, к жизни.

На первый план выступает не только задача физического развития детей, сохранения и укрепления их здоровья, но и воспитания у них потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Программа имеет 2 направления:

- 1 – психологическое, связанное с изменением сознания и психическим здоровьем.
- 2 – практическое, т. е. выработка умений и навыков здорового образа жизни.

В целом программа имеет также духовно-нравственный аспект:

- воспитание положительных навыков и привычек: доброты, заботливости, гостеприимства, чуткости, доброжелательности, готовности помочь больному товарищу;
- воспитание таких волевых качеств, как ответственность, целеустремленность, настойчивость и упорство в преодолении трудностей;
- воспитание бережного отношения к природе.

Программа построена на основании современных научных представлений о психическом и физическом развитии ребенка данного возраста, а также в связи с актуальностью проблемы ортобиоза. В нем несколько уровней погружения ребенка в проблему человека и его здоровья.

Первый уровень – информативный.

Обращаясь к детям, воспитатель сообщает необходимые сведения о еде, образе жизни, об одежде и элементарной гигиене тела и жилища, о том, как правильно заниматься и отдыхать. Детей знакомят с темами, связанными с миром, природой, со всем живыми живущим, а также правилами безопасности и правилами поведения в экстремальных ситуациях.

Второй уровень – это уровень развития сознания ребенка на основе полученных знаний.

Разговор о нем, о его трудностях, привычках, о том, как помочь самому себе, как узнать себя, как стать здоровым и как сохранить здоровье. Воспитатель учит ребенка быть внимательным к себе, своему состоянию и настроению.

Для уточнения своих знаний, для их активного использования, а также для самопроверки и самоисследования детям предлагаются различные игры и задания. Но ведущей формой организации детей является ролевая игра.

Конечная цель программы – выработка осознания необходимости здорового образа жизни.

Основные шаги по реализации программы

Программа состоит из двух блоков: блок «Здоровье» и блок «Безопасность», и рассчитана для работы с детьми от 3 до 7 лет. В группах в течение месяца проводится воспитательно-образовательная работа по определенной теме. Одно и то же содержание используется для работы в разных группах с усложнением соответствующим возрастным особенностям детей.

Материал данной программы реализуется во время непосредственно образовательной деятельности, и во время образовательной деятельности, организованной в режимных моментах – в утренние и вечерние часы и на прогулке. Предлагается разнообразная форма организации детей.

Непосредственно образовательная деятельность:

Объяснения, беседа, рассказ, рассматривание иллюстраций, рассказы из жизни, чтение литературных произведений, дидактические игры, моделирование ситуаций, использование современных образовательных технологий, просмотр специальных фильмов и мультфильмов.

Специально организованная деятельность:

- гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;
- гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.);
- занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями подарками);

- подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения;
- оздоровительный бег, босохождение;
- динамические паузы;
- бодрящая гимнастика (включающая корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж);
- гимнастика пробуждения;
- закаливающие мероприятия (босохождение, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны);
- кислородный коктейль;
- чесночно -луковая ингаляция;
- массаж;
- рациональное питание;
- психологическая поддержка;
- проектная деятельность;
- прием детей на улице в теплое время года;
- оснащение спортивного инвентарем, оборудованием, наличием спортзала, спортплощадки, бассейна, спортивных уголков в группах

Совместная деятельность детей и педагога:

Наблюдения на прогулке, ситуации, общение, дидактические игры, продуктивная деятельность, игры-драматизации, игры-моделирования, тематические досуги, развлечения, индивидуальная работа по здоровьесбережению, подвижные игры, праздники и развлечения, участие в соревнованиях, кружковая работа, коммуникативные игры, походы, минута тишины, музыкальные паузы, игровые беседы с элементами движений, Дни здоровья.

Интеграция с другими образовательными областями:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы:

- совместная физкультурно -досуговая деятельность,
- наглядная агитация по вопросам физического воспитания (стенды, памятки, газеты, выставки),
- организация совместного активного отдыха,
- оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной активности, посещение родителями режимных моментов,
- обогащение литературы по здоровому образу жизни,

- анкетирование,
- вовлечение родителей в образовательный процесс «Вместе с мамой»

Самостоятельная нерегламентированная деятельность детей:

- Дидактические игры,
- рассматривание иллюстраций,
- сюжетные игры.

В программе представлены игры, ситуации, общение, и перечень художественной литературы. Данный перечень используется по усмотрению воспитателя с целью закрепления знаний и осуществления личностно-ориентированного подхода.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, как увлекательная проблемно-игровая деятельность, делая акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении определенных ситуационных задач.

Решая проблемные ситуации, дети воспринимают знания без отрыва от жизни, не разобщено, а целостно, легче и эффективнее осваивая их.

Специфика ситуационной задачи заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер. Поэтому, с одной стороны, в ее решении ребенок использует имеющиеся у него знания, умения и навыки, а с другой – совершая поисково-практические действия, самостоятельно открывает новое знание, приобретает новые умения.

Еще одно преимущество ситуационных задач – это возможность интеграции в одной задаче разнообразного содержания. Используются ситуационные задачи разных типов. Это и построение задач на основе программного содержания по разделам, и создание практико-ориентированных задач, требующих экспериментирования и прикладных действий детей. А также задачи из реальной жизни, задачи на применение знаний, умений и навыков на значимом для ребенка материале.

Условием интеграции становится насыщение разных видов детской деятельности (игра, экспериментирование, познание, общение) информацией о культуре здоровья и об основах здорового образа жизни с последующим формированием на этой базе эмоционально - положительного отношения к данному процессу.

Программа пронизывает все виды деятельности дошкольника, и осуществляется в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей.

Практическая значимость программы заключается в том, чтобы воспитать у детей правильное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья; формирование у детей представления о необходимости заботы о своем здоровье. Также практическая значимость ее заключается в том, что

она способствует реализации творческой активности, выявления способностей самовыражения через различные формы творчества детей.

Для более углубленного раскрытия отдельных тем воспитатели используют проектную деятельность в соответствии с возрастными особенностями детей и их проблемами. Все направления проекта объединяет игровой метод, который придает воспитательно – образовательному процессу привлекательную форму, повышает эмоциональный фон, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Для осуществления программы необходим специально подобранный материал, оборудование, специально организованная предметно-развивающая среда. Необходимо привлечь к решению этой проблемы родителей для более сконцентрированного внимания их к использованию полезных и здоровых продуктов в своем рационе, объединить усилия детского сада и семьи по формированию у детей и взрослых основ здорового образа жизни и правильного питания.

Только в этом случае реализация проекта будет способствовать развитию устойчивого интереса у детей к сохранению своего здоровья, воспитанию здорового образа жизни. Выраженная субъективность дошкольников требует изменения позиции взрослых в педагогическом процессе дошкольного образовательного учреждения, поиска новых форм организации воспитания и развития детей.

Формы и режим занятий

Программа предназначена для детей 4-5 лет и рассчитана на 1 год обучения.

Обучение осуществляется во всех видах деятельности детей 20 минут в группе общеразвивающей направленности 4-5 лет.

Учебный процесс по программе организован в различных формах или в **форме занятия** по обучению, закреплению и проверке изученного:

- викторины,
- конкурсы,
- выставки,
- развлечения,
- уроки экспериментирования.

Формы организации учебного процесса:

-коллективный

-индивидуально-групповой

Методы и формы обучения

Программой предусматривается использование традиционных , инновационных форм и методов учебно-воспитательной деятельности.

Из традиционных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса используются:

1. Словесный (рассказ, беседа, диалог)
2. Метод наблюдения (зарисовка, рисунки)
3. Графический (составление схем)
4. Практические задания (упражнения на логику)
5. Наглядный (таблицы, иллюстрации, мультимедийные презентации)

Используются элементы различных инновационных технологий:

1. Метод игры. Игра выступает самостоятельным видом развивающей деятельности дошкольника, является главной сферой общения детей.
2. Проблемно-поисковое обучение (постановка проблемы или создание проблемной ситуации, дискуссия, перевод игровой деятельности на творческий уровень, лабораторные и практические работы)
3. Метод программированного обучения (линейное программирование: выбор между правильным и неправильным; разветвленное программирование: выбор одного ответа из нескольких, алгоритм – система)
4. Метод эмоционального стимулирования (создание ситуации успеха в обучении, поощрение)
5. Элементы здоровьесберегающих технологий.

Планируемые результаты.

Результатом освоения программы «Азбука здоровья» становится ребенок, не только овладевший основными культурно-гигиеническими навыками, самостоятельно выполняющий доступные возрасту гигиенические процедуры, но и соблюдающий элементарные правила здорового образа жизни.

Это ребенок, который:

- имеет устойчиво сформированные ценности здоровья, здоровья окружающих его людей и общества в целом.
- знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представление о себе, своей самооценки, ощущает себя субъектом здоровой жизни;
- бережно, уважительно и заботливо относится к близким людям, своим родственникам, сверстникам, взрослым и предметному миру;
- осознает и разделяет нравственные эталоны жизнедеятельности, такие как гуманность, доброту, заботу, понимание, уважение, честность, справедливость, трудолюбие и т.д.

- имеет представление о том, что такое здоровье и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

Механизм оценки получаемых результатов

Критерии и показатели оценки эффективности образовательной программы

№	Критерии	Показатели
1	Запоминание и воспроизведение учебного материала	-Знание строения организма -Значение органов -Знание и выполнение системы закаливания и первичной профилактики заболеваний -Умение взаимодействовать с окружающей средой и правильно вести себя в экстремальных ситуациях
2	Способность понимать значение изученного материала	-Использовать изученный материал в конкретных условиях и новых ситуациях -Предполагать результат здорового образа жизни
3	Синтез знаний, умений в процессе поисково-опытнической работе	-Умение ставить проблемную задачу и путем опытнических упражнений разрешить ситуацию, делая вывод
4	Оценка результатов работы	-Умение критично оценивать результаты своего труда и товарищей
5	Творческая активность	-Проявление интереса, любознательности, инициативности.

Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов

Проведение мониторинга достижения детьми планируемых результатов осуществляется, по разработанным картам даёт педагогам возможность отследить усвоение программного материала каждым ребёнком и реализацию задач каждого блока программы, что позволяет более полно анализировать и прогнозировать воспитательно-образовательную деятельность.

Многолетняя работа по мониторингу с использованием данных карт показала эффективность, простоту в заполнении и обработке их.

Формой отчета является мониторинговые карты и диаграммы. Мониторинг проводится 2 раза в год — стартовый и итоговый, для проведения полученных в процессе бесед, анализа продуктов детской деятельности, наблюдений за дошкольниками.

Система мониторинга позволяет оперативно выделять детей с проблемами в развитии, а также определять трудности реализации программного содержания в каждой конкретной группе, т. е. оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов.

Тематическое планирование

Блок «Здоровье»

Месяц	Тема	Задачи
Сентябрь	Что такое здоровье?	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. - Дать сведения о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного питания, физического развития.
Октябрь	О правильном питании	- Рассказать детям о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания, дать элементарные представления о сервировке стола.
Ноябрь	Чтобы нам не болеть	- Воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, дать знания о витаминах, способствовать формированию основ здорового образа жизни.
Декабрь	Тело человека и личная гигиена	<ul style="list-style-type: none"> - 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. - Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе, воспитывать чувство гордости, что –

		ты Человек.
Январь	Спорт для здоровья	<ul style="list-style-type: none"> - Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. - Познакомить с некоторыми видами спорта.
Блок «Безопасность»		
Месяц	Тема	Задачи
Февраль	Безопасное поведение в быту	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать представление детей об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту. - Закрепить правила безопасного поведения в быту.
Март	Ребенок и другие люди	<ul style="list-style-type: none"> - Предостеречь детей от неприятностей, связанных с контактом с незнакомыми людьми, - Способствовать развитию осторожности, осмотрительности в общении 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.
Апрель	Пожарная безопасность	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара, - Показать предназначение огнеопасных

		предметов, систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара.
Май	Ребенок на улицах города	<ul style="list-style-type: none"> - Познакомить детей с некоторыми дорожными знаками, - Формировать представления о некоторых правилах дорожного движения, - Воспитывать культуру поведения на улице и в транспорте.
Июнь – август	«Ребенок и природа»	<ul style="list-style-type: none"> - Учить детей правильно вести себя в природе, принимать меры предосторожности в общении с незнакомыми животными, насекомыми, знать ядовитые ягоды и растения, отличать съедобные грибы от несъедобных. - Уметь оценить богатство и разнообразие, красоту окружающей природы, знать о воздействии природы на самочувствие, настроение человека, - Развивать понимание, что человек – часть природы.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ

Сентябрь

Тема: «Что такое здоровье»

Цель: Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья.

Дать сведения о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного

питания, физического развития.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Помоги Незнайке сберечь здоровье»	Н.С.Голицына, И.М. Шумова Воспитание здорового образа жизни у малышей. М., 2007
Ситуации	Можно и нельзя Режим дня Как вы сами можете помочь себе быть здоровым? Кто в детском саду заботится о вашем здоровье?	
Общение	Что нужно делать, чтобы не болеть? Я думаю, что здоровье это.... А ты как думаешь? Быть здоровым хорошо или плохо?	
Художественная литература	А.Барто «Девочка чумазая» В.Квитко «Час обеда подошел» Е.Шкловский «Осторожно – лекарство» Пословицы. К.Кузнецов «Замарашка» Л.Зильберг «Полезные продукты»	
Дидактические и развивающие игры	«Вкусно – невкусно» «Вредно – полезно» «Кому что нужно»	
Творческие игры	«Семья», «Больница»	
Развлечения	«Доктор Айболит»	

Октябрь

Тема: «О правильном питании»

Задачи: Формировать у детей представление о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания, дать элементарные знания о сервировке стола, о столовом этикете.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Что я ем»	Н.С. Голицына, И.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007, с.32,33,34 В.Н.Волчкова, Н.В.Степанова. Развитие детей младшего дошкольного возраста. Воронеж, 2001,с.72, 77, 81,85 Г. Зайцев Уроки Мойдодыра. СПб.,1997, с.23 Журнал Ребенок в детском саду, 2007, №1,с.47.
Ситуации	О вкусной и здоровой пищи Полезное – неполезное Какие овощи растут в земле, а какие на поверхности земли?	
Общение	Что нужно делать перед едой? Что едим сначала, что потом? Как есть правильно	
Художественная литература	К.Чуковский «Федорино горе», С.Михалков «Про девочку, которая плохо ела», С.Капутикян «Час обеда подошел» Загадки об овощах и фруктах Г.Зайцев «Приятного аппетита»	
Дидактические и развивающие игры	«Полезное - вредное» «Съедобное – несъедобное» «Узнай и назови» «Разложи на тарелках полезные продукты» «Чудесный мешочек»	
Творческие игры	С\р игра «Магазин продуктов» С\р игра «Ждем гостей»	
Опытно-исследовательская деятельность	Посадка лука	
Развлечения	Праздник «Золотая осень»	

Ноябрь

Тема: «Тело человека и личная гигиена»

Задачи. Продолжать знакомить детей со строение тела человека, познакомить с функционированием отдельных органов, учить заботиться о своем здоровье, знать правила личной гигиены.

Вид	Содержание	Методическая
-----	------------	--------------

деятельности		литература
Занятия	«Надо, надо умываться»	Н.С. Голицына, И.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, с.36,39,4 0 С.В.Петерина Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста, с.33 Л.В.Артемова Окружающий мир в дидактических играх дошкольников, с. 15 Н.С. Голицына Ознакомление дошкольников с социальной действительность ю, М.,2005,с.7,8 Н.С. Голицына Перспективное планирование воспитательно- образовательного процесса в дошкольном учреждении (вторая младшая группа). М.,2007, с.4-6
Ситуации	Угадай кто это (девочка или мальчик)? Кому что нужно. Что можно делать ногами? Что делают руками?	
Общение	Почему болят зубы? Ты – человек Почему мы едим? Для чего нужны уши? От чего нужно беречь глаза?	
Художественная литература	К. Чуковский «Мойдодыр» А. Барто «Девочка чумазая» С. Прокофьев «Румяные щечки» Н.Саксонская «Где мой пальчик?!» Е.Пермяк « «Про нос и язык» Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра» С.Маршак «Почему у человека две руки и один язык»	
Дидактические и развивающие игры	«Когда нужны эти предметы?» (мыло, мочалка, расческа и т.д.) «Правила гигиены» «Вымоем куклу» «Запомни движение»	
Творческие игры	«Семья», «Больница», «Парикмахерская»	
Развлечение		

Декабрь

Тема: «Чтобы нам не болеть»

Задачи. Воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровыми, продолжать закреплять знания детей о витаминах, о профессиях врача и фармацевта, способствовать формированию основ здорового образа жизни

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Береги здоровье»	Артемова Л.В. Окружающий мир в дидактических играх М.1992г.
Ситуации	Мы у врача. Я прививки не боюсь. Кому нужны эти предметы? Почему нельзя есть грязными руками?	
Общение	Нас лечит врач стоматолог и медсестра. Что чувствует твой друг. От чего можно заболеть? Как нам помогают прививки?	
Художественная литература	К. Чуковский «Айболит», Михалков «На прививку» «Про бегемота, который не делал прививку» Е. Шкловский «Как лечили мишку»	
Дидактические и развивающие игры	«Если кто-то заболел», «Кому нужны эти инструменты» «Полезное – неполезное»	
Творческие игры	С\р игры «У зубного врача», «Поликлиника», «Аптека», «Семья» «Больница»	
Развлечение	«Советы доктора Айболита»	

Январь

Тема: «Будем спортом заниматься»

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

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»	Т.А Шорыгина

Ситуации	«Кто спортом занимается» «Наши верные друзья» «Зачем соблюдать режим» «Есть ли у вас лыжи? Умеете ли вы кататься на лыжах?» Есть ли у вас коньки? Умеете ли вы кататься на коньках?	«Беседы о здоровье», с.7 «Беседы о здоровье», с.4, 20
Общение	Хочу быть здоровым Где ты делаешь зарядку? Что нужно для игры в хоккей? Любишь ли ты играть в футбол? Умеешь ли ты кататься на велосипеде?	
Художественная литература	Загадки Стихи о видах спорта.	
Дидактические и развивающие игры	«Назови вид спорта», «Назови спорт по показу» «На чем катаются дети?» (по загадкам)	
Творческие игры	С\р игра «Детский сад» (проведение физкультурного занятия)	
Экскурсия	На стадион	
Развлечения	«Мы мороза не боимся».	

Февраль

Тема: «Безопасное поведение в быту»

Задачи. Дать детям представление об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту, учить осторожно обращаться с ними, оберегать свое лицо и тело, бережно относиться к другим детям.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Опасные предметы» - уточнить представления детей об источниках опасности дома, их назначении, о правилах пользования.	Н.С. Голицына , Н.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007,с. 71 Н.С. Голицына Перспективное
Ситуации	Что может быть если... <ul style="list-style-type: none"> • играешь с ножом; • играешь с палками; • прыгаешь в ванной; 	

	• играешь со спичками	планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Средняя группа. М., 2007, с.12-18
Общение	Не подходи к включенной плите. Не играй с водопроводным краном. Не высовывайся из окна. Не играй со спичками Не бери лекарства	
Художественная литература	Пословицы, поговорки и загадки об источниках опасности и мерах предосторожности. Е. Казаков «Чик-чик ножницами» Г.К. Зайцев «Уроки Айболита» Сборник стихов «Не мешайте мне трудиться» С. Маршак «Пожар»	
Дидактические и развивающие игры	«Раз, два, три, что может быть опасно – найди» «Так и не так»	
Творческие игры	С\р «Семья», «Больница»,	
Развлечения		

Март

Тема: «Ребенок и другие люди»

Задачи. Предостеречь детей от неприятностей, связанных с контактом с незнакомыми людьми, способствовать развитию осторожности, осмотрительности в общении с незнакомыми людьми.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Если чужой приходит в дом»	Н.С. Голицына, И.М.Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007 Т.А. Шорыгина Осторожные сказки. Безопасность для малышей. М.,2003, с.36
Ситуации	Что будет, если откроешь дверь незнакомому человеку.	
Общение	Ты одна дома: незнакомый человек просит открыть дверь. Незнакомый человек угощает тебя чем-то. Незнакомый человек приглашает тебя прокатиться на машине.	
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	«Чрезвычайные ситуации на прогулке»	
Творческие игры	«Семья», «Автобус», «Детский сад»	
Развлечения	«Самый большой друг»	

Апрель

Тема: «Пожарная безопасность»

Задачи. Продолжать формирование у детей элементарных знаний об опасности шалостей с огнем (электроприборы, спички, зажигалки и т.д.), об опасных последствиях пожаров в доме.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Хрюша попал в беду»	Методическое пособие по обучению детей дошкольного возраста мерам пожарной безопасности для воспитателей детских дошкольных учреждений. Видное, 1998
Ситуации	О пожарной безопасности От чего происходят пожары? Почему детям категорически запрещается играть со спичками, зажигалками?	
Общение	Какие беды приносят пожары? Почему детям не разрешается включать газовую плиту? Можно ли оставлять включенным утюг? Спички не тронь – в спичках огонь.	
Художественная литература	С.Маршак «Кошкин дом», Г.Цыферов «Жил был на свете слоненок»; Л.Толстой «Пожарные собаки»; К.Чуковский «Путаница» С.Михалков «Дядя Степа»	
Дидактические и развивающие игры	«Если возник пожар»	
Творческие игры	«Семья», «Пожарники»	
Развлечения	Инсценировка произведения С.Маршака «Кошкин дом»	

Май

Тема: «Ребенок на улицах города»

Задачи. Формировать представление об улице, ее основных частях, познакомить со светофором, учить различать виды наземного транспорта.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Занятия	«Безопасность на дорогах»	Н.С. Голицына, И.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей М., 2007, с.480 54 Ф.С. Майорова Изучаем дорожную азбуку, М., 2006, с.5 Т.А. Шорыгина Осторожные сказки. Безопасность для малышей. М., 2003,с.29,42, Н.А. Извекова и др. Занятия по правилам дорожного движения, М., 2008, с. 8,15
Ситуации	Как надо ходить по улице. Где мы гуляем? Где едут машины? Сигналы светофора. Как я ехал на автобусе. Если ты потерялся на улице	
Общение	На какие части делится улица? Как называют людей, идущих по улице? Всем ребятам надо знать, как по улицам шагать.	
Художественная литература	Г.Георгиев «Светофор», А.Северный «Светофор», О. Тарутин «Переход» С.Михалков «Дядя Степа – милиционер»	
Дидактические и развивающие игры	«Найди и назови», «Что говорит светофор?»	
Творческие игры	С\р «Мы – водители», «Автобус», «Транспорт», «Больница», «Скорая помощь»	
Экскурсия	«Незнайка на улицах города» (кукольный спектакль)	
Развлечения	«Светофор»	

Июнь - август

Тема: «Ребенок и природа»

Задачи. Учить детей правильно вести себя в природе, принимать меры предосторожности в общении с незнакомыми животными, насекомыми, не пробовать на вкус незнакомые ягоды, плоды, растения, отличать съедобные грибы от несъедобных. Учить оценить богатство и разнообразие, красоту окружающей природы.

Вид деятельности	Содержание	Методическая литература
Ситуации	Какие растения растут на участке детского сада? Безопасность при общении с незнакомыми животными. Красивый, но опасный мухомор. Съедобные грибы Безопасность во время грозы. Можно ли гладить бездомную собаку или кошку? Съедобные ягоды и ядовитые растения.	Т.А. Шорыгина Беседы об основах безопасности с детьми Н.С. Голицына, И.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. М., 1007, с. 73- 79.
Общение	Что такое гроза? Что бывает вначале - молния или гром? Можно ли брать в рот дикорастущие растения, особенно незнакомые? Каких насекомых вы знаете? Что нельзя делать при общении с кошкой и собакой?	
Художественная литература	Загадки, пословицы. Стихи. В.Даль «Война грибов» Г Новицкая «Дворняжка», А. Дмитриев «Бездомная кошка»	
Дидактические и развивающие игры	«Что где растет» «Распутай путаницу» «Съедобный грибок положи в кузовок» «Отгадай, какое это насекомое» «Съедобное – несъедобное»	
Творческие игры	Семья (поездка в лес, зоопарк)	
Экскурсия	На луг, в поле, на водоем.	
Развлечения		

Используемая литература

1. Авдеева Н.Н. и др. Безопасность СПб, 2002
2. Алешина Н.В. Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью
3. Арамина Н.А. Ознакомление дошкольников с правилами пожарной безопасности, М, 2007
4. Артемова Л.В. Окружающий мир в дидактических играх дошкольников М, 1992
5. Баль Л.В., В.В.Ветрова Букварь здоровья Учебное пособие для школьного возраста М.: ЭКСМО, 1995
6. Волчкова В.Н., Н.В.Степанова. Развитие детей младшего дошкольного возраста. Воронеж,2001
7. Голицына Н.С. Ознакомление дошкольников с социальной действительностью, М.,2005
8. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Средняя группа. М., 2007
9. Голицына Н.С. Твои возможности, человек
10. Голицына Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007
11. Дрязгунова В.А. Дидактические игры для ознакомления дошкольников с растениями
12. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века.-М.: АРКТИ,2000
13. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы, пути оптимизации. Материалы Всероссийского совещания.-М.: ГНОМ, 2001.
14. Майорова Ф.С. Изучаем дорожную азбуку,
15. Методическое пособие для воспитателей по обучению детей мерам пожарной безопасности для воспитателей ДОУ, 1998
16. Насонкина С.А. Уроки этикета – СПб.: Изд-во Акцидент, 1995
17. Петерина С.В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста,
18. План-программа образовательно-воспитательной работы по программе «Детство»
19. Скоролупова О.А. Занятия с детьми старшего дошкольного возраста по теме «Правила и безопасность дорожного движения»
20. Хромцова Т.Г. Воспитание безопасного поведения в быту детей дошкольного возраста М.,2005
21. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие. М., 2005
22. Шорыгина Т.А. Беседы о правилах пожарной безопасности – М.: ТЦ Сфера, 2008
23. Шорыгина Т.А. Осторожные сказки. Безопасность для малышей. М.,2003