

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №11 «Рябинушка»

Согласована:	Утверждена:	Принята:
_____	Приказом от «__»_____»2017г.	на педагогическом
Старший воспитатель	№_____заведующего МБДОУ	совете №_____
Е.В. Коврижных	«Центр развития ребенка -	от «__»_____
«__»_____2017г.	детский сад №11 «Рябинушка»	2017г.
	города Заринска	
	Н.Ф.Никитиной	

Рабочая программа

«Формирование основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста через совместную деятельность детей и взрослых»

Составитель программы:
Гордеева Наталья Сергеевна,
воспитатель МБДОУ «Центр развития
ребёнка – детский сад №11 «Рябинушка»
г. Заринска

г.Заринск
2017 год

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
Нормативно-правовая база	3
Цель, задачи программы	4
Принципы, на которых основана программа	4
2. Предполагаемые результаты освоения рабочей программы	5
3. Календарно-тематическое планирование	6
4. Методическое обеспечение	10

Пояснительная записка

На каждом историческом этапе развития человечества существовали различные ценности, однако приоритетной, поистине вечной ценностью всегда остается здоровье. Условия экономического кризиса, неблагоприятная экологическая обстановка, социальные перемены, происходящие в современном мире, неправильный образ жизни негативно влияют на все человечество, в особенности на здоровье детей. Поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья стала еще более актуальной.

Дошкольное детство – самое благоприятное время для выработки у ребенка правильного отношения к своему здоровью, которое станет фундаментом для формирования потребности в здоровом образе жизни. Из детства он выносит то, что сохраняется потом на всю жизнь.

Именно в дошкольный период важным является познание детьми на элементарном уровне самих себя и других людей, доступных возрасту внешних и внутренних характеристик человека, его организма и психики, формирование в сознание ребенка целостного образа человека, образа себя, основы положительного самоотношения в сочетании с доброжелательным отношением к другим людям. На этой основе формируется культура общения и поведения, игровая и познавательная культура, забота о своем здоровье и благополучии близких людей, закладываются основы личности, устанавливаются базовые отношения ребенка с миром.

Особого внимания заслуживает вопрос о влиянии регионального фактора на здоровье детей, проживающих в г.Заринске. Наличие действующего коксохимического завода, с ежедневными выбросами в атмосферу вредных отходов, негативно сказывается на организме ребенка. Поэтому значительное количество детей дошкольного возраста имеет различные функциональные отклонения в состоянии здоровья.

При разработке рабочей программы использовались следующие **нормативно-правовые документы:**

- ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 года №273 – ФЗ;
- «Федеральный Государственный Образовательный Стандарт» приказ от 17.10.2013 г. №1155;
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (текст президентской инициативы);
- Федеральная программа развития образования на 2011 – 2015 года;
- Долгосрочная целевая программа «Развитие дошкольного образования в Алтайском крае на 2011 – 2015 гг.»;
- Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении;
- Постановление от 15 мая 2013 г. № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".

Цель программы: создать условия для формирования основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста через совместную деятельность детей и взрослых.

Задачи:

- Знакомить детей со способами и приемами формирования здорового образа жизни.
- Создавать условия для освоения и проживания способов здорового образа жизни.
- Развивать стремление и желание использовать в жизни освоенные представления.

Принципы, на которых основана программа:

- *научной обоснованности и практической применимости*, т.е. содержание работы с дошкольниками должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и педагогики;
- *правовой обоснованности*, т.е. соответствие законодательным и иным нормативно-правовым документам Российской Федерации и Алтайского края;
- *индивидуализации*, т.е. учет индивидуально-типологических особенностей каждого ребенка;
- *доступности*, т.е. соответствие содержания инновационного опыта интеллектуальным, психофизиологическим и иным возможностям дошкольников.

Рабочая программа направлена на формирование положительной мотивации у ребенка к сохранению и укреплению собственного здоровья через осознание категории здоровья как вечной ценности в контексте совместных усилий значимых для него взрослых – педагогов и родителей.

Включая семьи в образовательное пространство ДООУ, автор следует правилу: родителям необходимо чувствовать, что их ценят, до того, как они соберутся пожертвовать своим драгоценным временем. Возможность почувствовать свою значимость родитель может тогда, когда он не пассивный слушатель, а участник, организатор, инициатор.

Поэтому совместные мероприятия детей, родителей и педагога проводятся в вечернее время; детей и педагога – в разные режимные моменты в течение дня один раз в неделю.

Предполагаемые результаты освоения рабочей программы

- Создана активная образовательная среда, в которой организована подготовка ребенка к самостоятельной жизни.
- В групповой комнате применяется зонирование образовательного пространства в виде игрового пространства, уголков отдыха с ковровым покрытием, тематическими композициями, уголка психологической разгрузки, ЛЕГОтеки, мини-музей, мини-стадион.
- Владение ребенком системой понятий о своем организме, здоровье и здоровом образе жизни.
- Осознание ребенком ценности здоровья, ценности человеческой жизни.
- Желание ребенка сохранять и укреплять собственное здоровье, проявление негативного отношения к вредным привычкам.
- Употребление овощных салатов и продуктов, содержащих фитонциды детьми, ранее от них отказывающихся.
- Осознание необходимости занятий физической культурой.
- Изменение отношения родителей к здоровью детей и своему собственному здоровью.

- Родители проявляют интерес к освоению здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий.
- Доверительное отношение родителей с педагогом, готовность к конструктивным партнерским взаимоотношениям.
- Улучшение объективных показателей состояния здоровья детей.
- Дети посещают:
 - спортивные секции и кружки;
 - городской каток (вместе с родителями);
 - лыжную базу профилактория «Бодрость».

Календарно-тематическое планирование

Автором разработана система совместной деятельности педагога с детьми, которая состоит из ряда блоков, каждый из которых включает в себя комплекс тем. В первом блоке «Я и мое здоровье» дети знакомятся с доступными их пониманию различными составляющими здорового образа жизни. Последующие блоки дают дополнительную подробную информацию о каждом составляющем (физическая культура, рациональное питание и др.).

Каждый блок включает в себя мероприятия информационно-познавательного и практического характера детей и взрослых.

месяц	блок	содержание	задачи	формы совместной деятельности
сентябрь октябрь	«Я и мое здоровье»	Что такое здоровье Зачем здоровье в жизни человека Как сохранить здоровье Взаимосвязь составляющих здорового образа жизни	Познакомить детей с основными составляющим и здорового образа жизни Формировать у ребенка желание заботиться о своем здоровье	Аудиопередачи Беседы с использованием мультимедийных презентаций Создание видеореклам

ноябрь декабрь	«Здоровье и физическая культура»	Плавание Физические упражнения Катание на велосипеде коньках, роликах, лыжах и т.п. Подвижные и спортивные игры Занятия на тренажерах	Расширять кругозор детей о пользе физической культуры для здоровья Формировать потребность в занятиях физической культурой	Проектная деятельность Психогимнастика Дидактические игры Изготовление книжек-самоделок Выставка творческих работ «Дорога к собственному здоровью»
январь февраль	«Здоровье и гигиена»	Дружи с водой Части тела человека, уход за ними Крепкие зубы Правильная осанка Здоровый сон Режим дня	Воспитывать у детей привычку правильно ухаживать за своим телом, соблюдать режим.	Мини-музей «Остров сокровищ» Праздники и развлечения Тематические дни День, неделя здоровья
март	«Здоровье и правильное питание»	Вредные и полезные продукты Витамины Режим питания	Уточнять представления о полезных и вредных для здоровья продуктах Прививать вкус к здоровой и полезной пищи	«Беседы с Айболитом» (встречи с медработниками) Мультсалон «Что такое хорошо и что такое плохо»

апрель	«Здоровье и вредные привычки»	Курение Алкоголь Наркотики Токсичные и лекарственные средства	Дать представления о вредном влиянии токсичных и наркотических веществ на организм человека Проводить работу по профилактике аддиктивного поведения	Анкетирование, тестирование Изготовление листовок Выставка творческих работ «Дорога к собственному здоровью»
май	«Здоровье и окружающая среда»	Здоровье и природа Здоровье и социальное пространство	Дать представления о полезном и вредном воздействии природы на здоровье человека Создать условия для освоения приемов саморегуляции в сложных ситуациях Ориентировать ребенка на грамотное и безопасное для здоровья поведение в природе и социальном пространстве	Посещение оздоровительного комплекса ДОУ (спортивный зал, бассейн, сауна, фитобар) Саморегуляционные упражнения Туристический поход Спортивные соревнования

Особенности вовлечения родителей в формирование у детей культуры ЗОЖ

формы	действия	Конечный результат
Совместные физкультурные досуги, праздники, туристические походы.	Совместное составление плана, организация и проведение	Родитель (далее Р) – участник, судья соревнований
Родительские собрания, консультации мастер классы	Включение в обсуждение актуальных вопросов	Р – слушатель, мастер
Индивидуальные консультации	Составление плана совместных действий по привитию культуры ЗОЖ ребенку	Р - помощник
Печатная продукция	<ul style="list-style-type: none"> • Получение информации через журналы «Здоровый дошкольник», информационные окна, «Островок здоровья» • участие в изготовлении газет, журналов, листовок • оформление родителями материалов по обмену семейным опытом «Воспитания здорового ребенка» 	Р – читатель, информатор
Система домашних заданий	Выполнение совместных заданий с ребенком, оказание помощи ребенку в переходе от знаний к навыкам ЗОЖ	Р – партнер, контролер
Занятие физической культурой	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение физических упражнений вместе с ребенком дома, оказание помощи и страховки, • Занятия вместе с детьми в клубе «ЗОЖиК» 	Р – участник, помощник, тренер

Переписка	Анкетирование, выявление интересов и потребностей ребенка, рефлексия и обратная связь	Р – информатор, консультант, партнер
Проекты	Выполнение различных заданий вместе с ребенком, продуктивная, исследовательская, деятельность	Р –участник, помощник, партнер

Методическое обеспечение

- Давыдова О.И. Работа с родителями в ДОУ. – 2006г.
- Долгосрочная целевая программа «Развитие дошкольного образования в Алтайском крае на 2011 – 2015 гг.
- Зайцев Г.К. Уроки Айболита. СПб, 1995.
- Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века/Под редакцией Ю.Е.Антонова. Москва: АРКТИ, 2003.
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (текст президентской инициативы).
- Постановление от 15 мая 2013 г. № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".
- Стеркина Р.Б. « Основы безопасности детей дошкольного возраста». Издательство: Просвещение, 2008 г.
- Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении;
- ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 года №273 – ФЗ.
- «Федеральный Государственный Образовательный Стандарт» приказ от 17.10.2013 г. №1155.
- Федеральная программа развития образования на 2011 – 2015 года.
- Фомина Н.А Формирование основ здорового образа жизни. Управление ДОУ. – 2004. - №1.