

ПРИЛОЖЕНИЕ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижевартовска детский сад № 29 «Ёлочка»

10-02

ПРИНЯТО:
Педагогический совет №4
«18» мая 2017г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ
г.Нижевартовска ДС №29 «Ёлочка»
Т.М.Корнеенко
Приказ № 141 от «22» мая 2017г.

**Дополнительная образовательная программа
«Здоровый малыш»**

Группы компенсирующей направленности для детей среднего возраста от 4 до 5 лет № 1
На 2017 – 2018 учебный год

Педагоги: Косых Е.В.
Якунина Н.Н.

Нижевартовск, 2017г.

Содержание

I	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	2 – 10
	Паспорт Программы	2 – 3
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цели и задачи реализации Программы	5
1.3	Принципы и подходы к формированию Программы	6 – 7
1.4	Методы и приемы реализации Программы	7
1.5	Планируемые результаты освоения Программы	8 – 10
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10 – 15
2.1.	Перспективное планирование работы с детьми пятого года жизни	10 - 15
III	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	16
3.1	Объем образовательной нагрузки	16
3.2	Расписание непосредственно образовательной деятельности	16
3.3	Календарный учебный план	16 – 17
3.4	Годовой график	17 – 20
3.5	Программно-методическое обеспечение	20 - 21
3.6	Материально-техническое обеспечение Программы	22
	Литература	23

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ
Паспорт программы

Наименование программы	Программа дополнительного образования физкультурно-оздоровительной направленности «Здоровый малыш»
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none">➤ Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»➤ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г. N 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».➤ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».➤ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013г. N 1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (вступил в силу 3 ноября 2013года).➤ Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено) (утверждена ФКС по общему образованию МО РФ 17.06.2003).➤ Декларация прав ребенка ООН (от 20.11.1959).➤ Конвенции ООН о правах ребенка (от 20.11.1989).➤ Стратегия развития образования ХМАО – Югры до 2020 года.➤ Концепция системы образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года (основные положения).➤ Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 05.02.2014 № 112 «О введении в действие федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в образовательных организациях, реализующих образовательные программы дошкольного образования, Ханты-Мансийского автономного округа – Югры».➤ Лицензия на ведение образовательной деятельности.➤ Устав Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города

	<p>Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка».</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Приказ Минобрнауки РФ от 23.11.2009г. № 655 «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования»
Заказчики Программы	МАДОУ города Нижневартовска ДС №29 «Ёлочка», родители (законные представители)
Разработчики Программы	Косых Екатерина Витальевна, воспитатель Якунина Наталья Николаевна, воспитатель
Целевая группа	Группа для детей от 4 до 5 лет
Цель Программы	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и к здоровью окружающих.
Задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Сформировать у детей адекватное представление о строении собственного тела, помочь ребенку создать целостное представление о своем теле. ➤ Научить " слушать" и "слышать" свой организм. ➤ Осознать ценность своей и ценность жизни другого человека. ➤ Сформировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни. ➤ Привить навыки профилактики и гигиены, развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников. ➤ Развивать охранительное самосознание, воспитывать уважение к жизни другого человека, умение сочувствовать, сопереживать чужой боли. ➤ Научить ребенка обращаться с опасными для здоровья веществами. ➤ Формировать правильное поведение ребенка в процессе выполнения всех видов деятельности.
Сроки реализации Программы	2017 – 2018 год
Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Сформированы навыки здорового образа жизни. ➤ Сформированы знания гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения. ➤ Сформированы у детей необходимые знания о рациональном правильном питании. ➤ Сформированы знаний о строении и функционировании человеческого организма. ➤ Повышен приоритет здорового образа жизни у детей и родителей

1.1. Пояснительная записка

Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главнейших показателей ее благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России.

Все лучшее общество стремится отдать детям. Здоровье детей - это будущее страны. В Конвенции о правах ребенка сказано: «Каждый ребенок имеет право на жизнь и на здоровое развитие» (статья 6). Статистики подсчитали, что если устранить нездоровое поведение членов семьи (и детей, и взрослых), лежащее в основе большей части болезней, риск развития многих заболеваний и отклонений в развитии ребенка, может уменьшиться более чем в половину. Однако здоровье не существует само по себе. Оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека. Сохранять и улучшать здоровье - огромная каждодневная работа.

Здоровье человека зависит не только от его физических особенностей и развития здравоохранения. По мнению медиков, большинство заболеваний - следствие варварского отношения человека к своему организму: вредных привычек, неправильного питания, несоблюдения режима дня, малоподвижности, подверженности стрессам, неразумного поведения - всего того, к чему большинство людей в той или иной мере привыкают с самого детства. Избежать всего этого, а также противостоять неблагоприятной социально-экономической и экологической ситуации в стране может достаточно высокий уровень образования, санитарной грамотности, физической и гигиенической культуры человека, его осознание ценностей здорового образа жизнедеятельности, практические навыки безопасного поведения в окружающем мире. Воспитание человека, сознательно заботящегося о своем здоровье в течение всей жизни - важная задача детского сада, требующая включения в ее реализацию всех участников воспитательно-образовательного процесса, включая самих детей.

Актуальность программы

Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время большое значение. С каждым годом увеличивается заболеваемость среди детей. По данному медицинскому обследованию дети, приходящие в первый класс, уже имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья.

Причины ухудшения здоровья зависят от многих факторов, в том числе и от неправильного отношения населения к своему здоровью и здоровью своих детей, отрицательного влияния окружающей среды, наследственных факторов. Нарушения правил здорового образа жизни.

В детстве человек осуществляет более напряженную, более сложную, чем взрослый, работу по саморефлексии, самопостроению, самоконтролю и саморегулированию. Если ребенок пассивен в этом процессе, то деформируется его социализация, разрушается здоровье.

Поэтому именно на этапе дошкольного возраста приоритетными являются задачи воспитания у детей мотивации на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни.

Пришла к выводу, что целесообразно использовать кружковую работу для обучения детей основам здорового образа жизни.

Наметившаяся во всём мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательно-оздоровительных программ по валеологии («валео» - быть здоровым, «логос» - наука), начиная с дошкольного и младшего

школьного возраста, поскольку именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни. Дети младшего возраста наиболее восприимчивы к обучению, поэтому занятия о здоровье хорошо воспринимаются детьми, приносят положительные результаты.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цель Программы: сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и к здоровью окружающих.

Задачи Программы:

- Сформировать у детей адекватное представление о строении собственного тела, помочь ребенку создать целостное представление о своем теле.
- Научить " слушать" и "слышать" свой организм.
- Осознать ценность своей и ценность жизни другого человека.
- Сформировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни.
- Привить навыки профилактики и гигиены, развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников.
- Развивать охранительное самосознание, воспитывать уважение к жизни другого человека, умение сочувствовать, сопереживать чужой боли.
- Научить ребенка обращаться с опасными для здоровья веществами.
- Формировать правильное поведение ребенка в процессе выполнения всех видов деятельности.

Концептуальные положения

- В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования, работоспособности человека. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы.
- Ребёнок нуждается в организованной среде с заботливым, компетентным руководством взрослых. Тёплое, приязненное отношение воспитателей, оптимальный психологический климат - залог полноценного развития детей.
- Ребёнок неповторим, уникален в своей индивидуальности. Он должен быть свободен, самостоятелен, активен в познании себя и своего мира.
- Дошкольное детство - это период способный обеспечить формирование важных сторон духовного и нравственного воспитания ребёнка (эмоциональная и социальная сфера, поведенческие навыки здорового образа жизни).
- Дошкольный период призван пробудить детское творчество, обеспечить формирование важнейших сторон психической жизни - эмоциональной сферы, образного мышления, художественных способностей.

- Здоровый, жизнерадостный, пытливый, активный ребёнок - результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

1.3. Принципы и подходы к построению Программы

- Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- Принцип повторения умений и навыков - один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- Принцип успешности заключается в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.
- Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества (игровые технологии, работа в парах, подгруппе, индивидуально, организация исследовательской деятельности и др.).
- Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- Принцип взаимодействия детского сада и семьи преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Принципы взаимодействия с детьми

- Ребенок сам - молодец, у него - все получается, возникающие трудности – преодолимы.
- Постоянное поощрение всех усилий ребенка, его стремление узнать что-то новое и научиться новому.
- Исключение отрицательной оценки ребенка и результатов его действий.
- Сравнение всех результатов ребенка только с его собственными, а не с результатами других детей.

- Каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

1.4. Методы и приемы реализации Программы

Практические	Словесные	Наглядные
<ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение занятий. 2. Закрепление культурно-гигиенических навыков. 3. Создание здоровьесберегающей и развивающей среды, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка в группе. 4. Организация режима двигательной активности, обеспечивающего нормальную жизнедеятельность. 5. Демонстрация разных ситуаций, несущих опасность для здоровья ребенка. 6. Закаливание по схеме. 7. Создание уголка здоровья в группе для использования полученных знаний в игровой и самостоятельной деятельности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседы. 2. Чтение художественной литературы. 3. Заучивание стихотворений. 4. Дидактические игры. 5. Сюжетно-ролевые игры. 6. Развлечения. 7. Моделирование ситуаций. 8. Консультации. 9. Наблюдения. 10. Подвижные игры. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация выставок, конкурсов. 2. Сбор фотоматериалов. 3. Рассматривание иллюстраций, схем, плакатов. 4. Информационно-агитационные стенды. 5. Театрализованная деятельность. 6. Личный пример взрослых.

Работа по воспитанию ценностного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста состоит из следующих разделов:

I. Раздел «Личная гигиена и культура поведения»

Цель: формировать первичное представление о личной гигиене, прививать в детях аккуратность и чистоплотность.

II. Раздел «Врачи наши друзья»

Цель: Познакомить детей с профессией врача и медсестры, выполняемой работы, предметами, которые помогают в труде. Развивать интерес, любознательность. Воспитывать у детей культуру поведения-правила поведения в больнице, уважение труду врача. Формировать понимание ценности здоровья, представление о здоровье как важной ценности, способах его сохранения и укрепления.

III. Раздел «Здоровье детей»

Цель: формировать представление о здоровье как одной из основных ценностей. Расширять знания о профилактике простудных заболеваний. Воспитывать понятия о здоровом образе жизни. Развивать интерес к познанию себя, своих возможностей и способностей.

IV. Раздел «Я и моё тело»

Цель: формировать представления дошкольников об организме, необходимости заботиться и беречь свой организм, о физическом и

психоэмоциональном благополучии.

V. Раздел «Безопасность детей»

Цель: формировать представление о безопасном поведении детей в разных ситуациях, источниках опасности.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

- Сформированы навыки здорового образа жизни.
- Сформированы знания гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.
- Сформированы у детей необходимые знания о рациональном правильном питании.
- Сформированы знания о строении и функционировании человеческого организма.
- Повышен приоритет здорового образа жизни у детей и родителей.

Условные обозначения:

Высокий уровень - критерии проявляются в полной степени.

Средний уровень - критерии просматриваются, но имеют фрагментальный характер.

Низкий уровень – критерии отсутствуют, либо выражены слабо.

Для отслеживания динамики достижений детей, 2 раза в год проводится диагностика:

- первичная диагностика с целью выявления стартовых условий, проблем развития и достижений детей проводится в сентябре (начало месяца), 7 дней;
- итоговая диагностика с целью оценки степени решения поставленных задач проводится в мае (начало месяца), 7 дней.

Содержание уровней представлений детей о здоровом образе жизни

Уровни	Содержание
Высокий уровень	Ребенок имеет некоторые представления о человеческом организме, о ЗОЖ как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психологического благополучия организма; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых. Ребенок осознает значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, значения для здоровья и ЗОЖ некоторых факторов окружающей среды. Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; он активен, самостоятелен в своих суждениях и высказываниях. Представления ребенка о человеческом организме, ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер. Ребенок проявляет инициативу при подготовке и проявлении оздоровительных, закаливающих и

	гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости по следам обучения. Ребенок проявляет самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости, присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность
Средний уровень	Представления ребенка о человеческом организме и о ЗОЖ связаны с его личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер; он трактует понятие «здоровье» как состояние человека, когда он не болеет; имеет элементарные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затрудняется объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; не имеет представления о влиянии на здоровье факторов окружающей среды, о возможных причинах заболеваний. Ребенок понимает зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни, при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров; не осознает зависимость здоровья от окружающей среды. Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; для этого ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры. У ребенка сформированы единичные представления о человеческом организме, здоровом образе жизни. Ребенок проявляет инициативу на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет. Ребенок проявляет самостоятельность на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность.
Низкий уровень	Ребенок затрудняется объяснить понятие «здоровье», значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеет представление о факторах вреда и пользы для здоровья. Ребенок не осознает зависимость здорового образа жизни и влияния окружающей среды. Ребенок не способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности. У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды. Ребенок не проявляет инициативу. Ребенок не проявляет самостоятельность

Показатели достижений ребенка представлений о человеке для детей от 4 до 5 лет

№ п.п.	Фамилия, имя ребенка	Умеют определять части тела человека (голова, туловище)		Умеют называть органы чувств сосредоточенные на голове (глаза, нос, рот, уши)		Умеют называть какие органы есть на туловище и внутри (руки, ноги, живот)		Умеют определять назначение отдельных органов (глаза - видят, уши - слышат)		Умеют отличать те же органы у животных и человека		Умеют интуитивно понимать различия мальчиков и девочек (в одежде, игре)		Умеют оценивать свою принадлежность к тому или иному полу		Вывод: уровень знаний, умений, навыков	
		Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г
1																	
2																	
3																	

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Перспективное планирование работы по формированию основ здорового образа жизни у детей пятого года жизни

Неделя	Тема	Программные задачи
Раздел: «Личная гигиена и культура поведения»		
1	Советы доктора Воды	Формировать представления детей о здоровом образе жизни. Систематизировать знания детей о необходимости соблюдения гигиенических процедур, закрепить предметы личной гигиены. Учить видеть красоту в чистоте и опрятности.
2	Правила личной гигиены	Формировать представления детей о здоровом образе жизни. Систематизировать знания детей о необходимости соблюдения гигиенических процедур. Закрепить последовательность действий во время мытья рук. Учить видеть красоту в чистоте и опрятности.
3	Бережем свое	Формировать умение детей правильно мыть руки, чистить зубы, пользоваться носовым платком.

	здоровье	Воспитывать основы здорового образа жизни.
4	В королевстве Чистоты	Закрепить знание о предметах личной гигиены, последовательности действий при мытье рук. Создать позитивное отношение к ежедневному соблюдению гигиенических процедур, довести до сознания детей важность их соблюдения, важность их соблюдения. Развивать внимание, логическое мышление. Формировать основы здорового образа жизни, интерес к экспериментированию. Воспитывать аккуратность, чистоплотность.
5	Сказочное путешествие	Воспитывать культуру общения и поведения. Развивать эмоциональную сферу ребенка, используя музыкальные фрагменты. Закреплять культурно-гигиенические навыки и знания по охране жизни и здоровья.
6	Встреча с Незнайкой	Формировать первоначальные этические и коммуникативные нормы поведения. Способствовать развитию любознательности, воспитанию патриотизма, внимания и мышления.
7	Наши добрые поступки	Воспитание уважения к старшим. Показ возможных вариантов культурного поведения, побуждение к совершению добрых поступков. Дифференциация добрых и злых поступков. Выработка негативного отношения к злым людям и плохим поступкам.
8	Карлсон в гостях у детей	Продолжать учить детей употреблять слова, выражающие просьбу, вежливые слова, благодарность: «пожалуйста, спасибо, благодарю и т.д.». Закреплять умение здороваться и прощаться. Показ культурного поведения за столом.
9	Что делать, если у тебя плохое настроение?	Продолжать учить детей различать эмоции. Упражнять в регуляции своего эмоционального состояния. Познакомить детей со способами саморегулирования.

Итого по разделу 9 занятий

Раздел: «Врачи наши друзья»

10	У нас в гостях Айболит	Познакомить детей с профессией врача и медсестры, выполняемой работы, предметами, которые помогают в труде. Развивать интерес, любознательность. Воспитывать у детей культуру поведения-правила поведения в больнице, уважение труду врача. Формировать понимание ценности здоровья.
11	Экскурсия в медицинский кабинет	Продолжать знакомить с профессиями врача и медицинской сестры. Закреплять знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, медицинской сестре. Учить осознавать воспринимать врачебные предписания и строго выполнять их. Воспитывать уважение к людям этих профессий.
12	Полезные и вредные лекарства	Познакомить детей с правилами пользования лекарствами. Рассказать детям о том, что витамины и таблетки могут не только помогать человеку вылечиться, но и стать причиной отравления или другой болезни. Поддерживать у детей интерес к сохранению своего здоровья. Воспитывать осторожно.

Итого по разделу 3 занятия

Раздел: «Здоровье детей»

13	Проделки Королевы Простуды	Формировать представление о здоровье как одной из основных ценностей. Расширять знания о профилактике простудных заболеваний. Воспитывать понятия о здоровом образе жизни. Развивать интерес к познанию себя, своих возможностей и способностей.
14	Витамины укрепляют организм	Познакомить детей с понятием «витамины», закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины; воспитывать у детей культуру питания, чувство меры.
15	Что такое здоровье?	Формировать представление о здоровье, болезнях, микробах. Сообщить элементарные сведения об инфекционных заболеваниях, способах распространения болезней. Научить заботиться не только о своем здоровье, но и о здоровье окружающих людей.
16	Как беречь здоровье ребенка	Формировать представление о способах оказания первой помощи при несчастных случаях. Сформировать представление о главной ценности жизни - здоровье.

- | | | |
|----|------------------------|---|
| 17 | Сон - лучшее лекарство | Показать значение сна в жизни человека и сохранении его здоровья. Познакомить с действиями детей, влияющими на сон. Формировать представление о правильном режиме дня. Воспитывать бережное отношение к своему организму. |
| 18 | Красивая осанка | Познакомить детей с позвоночником и его функциями. Дать представление о том, что такое осанка. Рассказать, что нужно делать, чтобы осанка была правильной. Учить следить за осанкой. Воспитывать привычку следить за своим здоровьем. |

Итого по разделу: 6 занятий

Раздел: «Я и моё тело»

- | | | |
|----|---------------------------------------|--|
| 19 | Как устроен человек | Уточнить знания детей о строении тела человека. Формировать представление о роли частей тела и органов чувств человека. Развивать зрительно - моторную память, внимание. Воспитывать чувство гордости, что ты человек. |
| 20 | Как устроен человек | Продолжать работу по формированию представлений о своем теле. Расширять знания детей о том, как устроен человеческий организм. Воспитывать навыки бережного отношения к своему организму. Воспитывать основы здорового образа жизни. |
| 21 | Кто мы? | Продолжать формировать у детей понятия «Я - человек», «Мы - люди». Учить видеть сходство и различие друг с другом, между человеком и животным. Развивать наблюдательность. Воспитывать чувство уважения к сверстникам. |
| 22 | Враги и защитники глаз. Бережем глаза | Показать о важности значения зрения в жизни человека. Формировать у детей навыки ухода за собой и глазами. Сформировать представление о том, что здоровье - главная ценность в жизни человека. Учить упражнениям для глаз, тренировать зрительную память. |
| 23 | Чтобы слышали ушки | Закрепить знания детей о значении хорошего слуха. Формировать представление детей о том, как беречь и ухаживать за своими ушами. Научить ребенка осознанно заботиться о своем слухе. Развивать слуховое внимание. Воспитывать бережное отношение к своему телу и окружающим людям. |

- | | | |
|----|---|---|
| 24 | Как беречь уши? | Формировать представление детей о том, как беречь и ухаживать за своими ушами. Учить упражнениям на равновесие. Учить внимательно слушать рассказ и отвечать на вопросы по его содержанию. Развивать слуховое внимание, умение соотносить свои движения со словами физкультминутки. Воспитывать культурно-гигиенические навыки, чувство взаимопомощи. |
| 25 | Ушки, носик и глаза помогают нам всегда | Уточнять и закреплять знания детей об органах слуха, зрения, обоняния. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни. Формировать логическое мышление, эстетический вкус. Развивать творческую фантазию, слух. Закреплять умение петь громко или тихо в соответствии с темпом музыки. |
| 26 | Здоровые зубы и правила ухода за ними | Расширять представления о зубах и значении ухода за полостью рта. Формировать представление о здоровом образе жизни. Закрепить правила ухода за зубами и правила чистки. Учить ежедневно, совершать гигиенические процедуры полости рта. Воспитывать желание быть здоровыми, внимательно относиться к себе. |
| 27 | Чтобы зубы были крепкими | Продолжать формировать представления детей о здоровых зубах и значении ухода за полостью рта. Формировать представление о здоровом образе жизни. Закрепить правила ухода за зубами и правила чистки. Учить ежедневно, совершать гигиенические процедуры полости рта. Воспитывать желание быть здоровыми, внимательно относиться к себе. |
| 28 | В гостях у Острозуба | Формировать представление детей о значении зубов в нашей жизни. Продолжать знакомить детей с правилами ухода за зубами, последовательностью чистки, с правилами выбора зубной щетки и пасты. Расширять знания о правильном питании. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни. |
| 29 | Пусть будут здоровы наши ножки | Развивать у детей умение заботиться о своих ногах. Расширять представление детей о строении и значении ног в нашей жизни. Формировать представление о болезнях ног, правилах гигиены, отношения к своему здоровью. Развивать и укреплять мышцы и укреплять мышцы стопы. Воспитывать доброе отношение к окружающим людям. |

Итого по разделу: 11 занятий

Раздел «Безопасность детей»

- | | | |
|----|--|--|
| 30 | Правила пользования электроприборами | Формировать представление о правилах безопасного для здоровья пользования приборами. Рассказать об опасности электрических приборов и бережном с ним обращении. |
| 31 | О правилах поведения в общественном транспорте | Формировать представления о правилах безопасного поведения в транспорте. Уточнить знания об элементарных правилах дорожного движения. Развивать познавательный интерес. |
| 32 | «Когда родителей нет дома» | Учить детей правильно вести себя дома, когда остаются одни. Сформировать представление о том, что нельзя открывать двери никому постороннему. Формировать основы безопасного поведения детей дома. |
| 33 | Служба 101, 102, 103 | Учить детей называть номера телефонов экстренных службы, знать определение и отношение номера к службе в каких случаях это необходимо. |
| 34 | Если чужой приходит в дом | Научить детей правильно себя вести в случае, если в дом приходит незнакомец. |
| 35 | Каждому предмету - свое место | Уточнить знания детей о правилах колющими, режущими предметами. Воспитывать у детей аккуратность в работе с опасными предметами. |
| 36 | Сказка про Колобка | Дать детям понятия, что приятная внешность не всегда соответствует добрым намерениям. Научить разбираться в ситуации, которая несет в себе опасность, правильно реагировать в таких случаях: обратить внимание прохожих и взрослых на себя, уметь звать на помощь, уметь сказать «нет» на предложения незнакомого взрослого. |

Итого по разделу: 7 занятий

Итого всего: 36 занятий

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Объем образовательной нагрузки.

Группа:

- Среднего возраста (дети пятого года жизни)

Сроки реализации программы – 1 год.

Форма обучения – фронтальная, подгрупповая, индивидуальная.

НОД проводится вне основной образовательной деятельности.

Количество занятий рассчитано на учебный год (36 занятий).

Занятия проводятся: 1 раз в неделю, продолжительностью 20 минут.

3.2. Расписание непосредственно образовательной деятельности

Возраст	Время проведения
Средний возраст	15.45- 16.05

3.3. Учебный план для дополнительной образовательной программы дошкольного образования «Здоровый малыш»

№	Название темы	Длительность
1	«Советы доктора Воды»	20 мин
2	«Правила личной гигиены»	20 мин
3	«Бережем свое здоровье»	20 мин
4	«В королевстве Чистоты»	20 мин
5	«Сказочное путешествие»	20 мин
6	«Встреча с Незнайкой»	20 мин
7	«Наши добрые поступки»	20 мин
8	«Карлсон в гостях у детей»	20 мин
9	«Что делать, если у тебя плохое настроение?»	20 мин
10	«У нас в гостях Айболит»	20 мин
11	«Экскурсия в медицинский кабинет»	20 мин
12	«Полезные и вредные лекарства»	20 мин

13	«Проделки Королевы Простуды»	20 мин
14	«Витамины укрепляют организм»	20 мин
15	«Что такое здоровье?»	20 мин
16	«Как беречь здоровье ребенка»	20 мин
17	«Сон - лучшее лекарство»	20 мин
18	«Красивая осанка»	20 мин
19	«Как устроен человек»	20 мин
20	«Как устроен человек»	20 мин
21	«Кто мы?»	20 мин
22	«Враги и защитники глаз. Бережем глаза»	20 мин
23	«Чтобы ушки слышали»	20 мин
24	«Как беречь уши?»	20 мин
25	«Ушки, носик и глаза помогают нам всегда»	20 мин
26	«Здоровые зубы и правила ухода за ними	20 мин
27	«Чтобы зубы были крепкими»	20 мин
28	«В гостях у Острозуба»	20 мин
29	«Пусть будут здоровы наши ножки»	20 мин
30	«Правила пользования электроприборами»	20 мин
31	«О правилах поведения в общественном транспорте»	20 мин
32	«Когда родителей нет дома»	20 мин
33	«Служба 101, 102, 103»	20 мин
34	«Если чужой приходит в дом»	20 мин
35	«Каждому предмету - свое место»	20 мин
36	«Сказка про Колобка»	20 мин

3.4. Годовой календарный учебный график дополнительной программы дошкольного образования «Здоровый малыш»

Начало учебного года: 01.09.2017

Конец учебного года: 31.05.2018

1 полугодие: 17 недель 1 день, 86 дней - 01.09.2017 - 31.12.2017

2 полугодие: 18 недель 3 дня, 96 дней - 09.01.2018 - 31.05.2018

у	- учебный день
в	- выходной день
п	- праздничный день

всего: 36 недель 2 дня, 36 учебных дня

Месяц	Сентябрь																														Итого:
Неделя	1			1						2						3						4						4			
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	4 недели 1 день
		в	в		у				в	в		у				в	в		у				в	в		у				в	
Кол-во учебных дней				1						1						1						1						4			

Месяц	Октябрь																															Итого:
Неделя		5						6						7						8						9	4					
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	4 недели 2 дня
	в		у				в	в		у				в	в		у				в	в		у				в	в	у	у	
Кол-во учебных дней		1						1						1						1							4					

Месяц	Ноябрь																														Итого:
Неделя	9					10						11						12						13						4	
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	4 недели 2 дня
				п	в	в		у			в	в		у				в	в		у				в	в		у			
Кол-во учебных дней						1						1						1						1						4	

Месяц	Декабрь																												ИТОГО:		
Неделя	13			14						15						16						17						4 недели 1 день			
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		28	29	30
Кол-во учебных дней				1						1						1						1						4			

Месяц	Январь																												ИТОГО:		
Неделя								18						19						20						21			3 недели 2 дня		
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	30
Кол-во учебных дней								1						1						1						1			4		

Месяц	Февраль																												ИТОГО:		
Неделя	21				22						23						24						25						3 недели 4 дня		
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		-	-
Кол-во учебных дней					1						1						1						1			-			4		

Месяц	Март																												ИТОГО:		
Неделя	25				26						27						28						29						4 недели		
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	30
Кол-во учебных дней					1						1						1						1						4		

дней					
------	--	--	--	--	--

Месяц	Апрель																												итого:		
Неделя	30							31							32							33								4 недели	
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29		30
Кол-во учебных дней	в		у				в	в		у				в	в		у				в	в		у				в	в	в	
	1							1							1							1								4	

Месяц	Май																															итого:
Дата	34						34						35						36							4 недели						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25		26	27	28	29	30	31
Кол-во учебных дней	п	в			в	в		у	п			в	в		у				в	в		у				в	в		у			
	1						1						1						1							4						
																																36

3.5. Программно-методическое обеспечение

Наименование услуги	Наименование программы	На основании какой программы разработана и кем утверждена
«Учимся быть здоровыми»	Программа ДО проведения занятий по формированию у детей в возрасте от 2 до 5 лет основ здорового образа жизни	Агаджанова С.Н. «Как сохранить зубы здоровыми и красивыми» Информационно-деловое оснащение ДОУ. /М.2010г.; Агаджановой С.Н. «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях»./ Под ред. В.И.Орла и. СПб, Детство-пресс, 2006; Авдеева Н.Н., Князева О.Л.

«Учимся быть здоровыми»

программа «Безопасность»; Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка». - М., 1983; Богина Т. Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях». М., Мозаика, 2005; Бочкарев О.И. «Система работы по формированию ЗОЖ». Волгоград, 2008; Брехман И.И. «Валеология - наука о здоровье». М., 1990; Брызгунов И.П. «Научите детей не болеть». М., ВЛАДОС, 2004; Гаврючина Л.В. Методическое пособие «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» / М.2008 г.; Змановский Ю. Ф. программа «Здоровый дошкольник»; «Воспитаем детей здоровыми». - М., Медицина, 1989; Зайцев Г. Пособие «Уроки Мойдодыра»; «Уроки Айболита. Расти здоровым» /С-П.1997г; Иванова А. И. Программа развития «Естественно – научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек.»; Иванова Т.В. Пособие «Система работы по формированию здорового образа жизни. Средняя группа» /К.2009г; Истомина И.В. «Расти здоровым»; В.Я. Хозяинова/К.1989г; Князева О.Л., Стёркина Р.Б. программа «Я, ты, мы». Москва, 2010; Студеникин М.Я. «Книга о здоровье детей». Москва, Медицина, 1986; Картушина М.Ю. Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» / М.2009г; Кареева Т.Г. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников». Волгоград, 2010; Кулик Г.И.; Сергиенко Н.Н. Программа для ДОУ «Школа здорового человека» / М.2010г; Микляева Н.В. «Развитие способностей детей средствами двигательной – игровой деятельности». М., 2010; Моргунова О. Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: Из опыта работы». - Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005; Носова Е.А., Швецова Т.Ю. «Семья и детский сад: педагогическое просвещение родителей». СПб. Детство-пресс, 2009; Овчинникова Т.С. «Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях». КАРО, СПб, 2006; Г.Остер «Петька-микроб»; «Вредные советы» /М.1999г; Панкратова И. В., Юдина И. И. «Растим здоровое поколение» Управление Дошкольным Образовательным Учреждением, № 1 / 2004, стр. 66.М.2008 г; Пензулаева Л.И. «Растем

здоровыми и крепкими»; Чупаху И.В., Пужаева Е.З. «Здоровьесберегающие технологии». М., Ставрополь 2003; Шалаева Г.П., О.М.Журавлева, О.Г. Сазонова «Правила поведения для воспитанных детей» / М.2006г; Швецов А.Г. «Формирование здоровья детей в ДОУ». М., Владос-пресс,2006; Фокина М.С. «Собери и познай человеческое тело» / 2010г.; Энциклопедия для детей «Тело человека» Элиза Прати / М.2008г

3.6. Материально-техническое обеспечение Программы

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что развитие ребенка дошкольного возраста во многом зависит от организации предметно-развивающей среды в ДОУ. (Л.С. Выготский, Н.Т. Гринявичене, Д.В. Менджеричкая, Н.Я. Михайленко, Н.Н. Поддъков, Е.А. Флерина, С.Л. Новоселова и др.). Развивающая предметно-пространственная среда представляет собой систему материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Поэтому в группе имеется наглядный и раздаточный материал, а так же настольно-печатные и дидактические игры по ЗОЖ.

Данные исследователи доказывают, что среда - это окружающие социально-бытовые, общественные, материальные и духовные условия существования ребенка. Развивающая предметно-пространственная среда выполняет ответную функцию - она побуждает к игре, формирует воображение. Она как бы является материальной средой мысли ребенка. Таким образом, развитие ребенка зависит от того, как его воспитывают, как организовано воспитание, где, в каком окружении он растет. Следовательно, в играх происходит более глубокий, сложный процесс преобразования и условия того, что взято из жизни, т.е. из окружающей ребенка среды.

Все оборудование прописано в паспортах групп, которые размещены на сайте дошкольного учреждения http://dckv29.ucoz.ru/index/materialno_tekhnicheskaja_baza/0-83.

Литература

- 1) Агаджанова С.Н. «Как сохранить зубы здоровыми и красивыми» Информационно-деловое оснащение ДОУ / М.2010г.
- 2) Агаджановой С.Н.»Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях»// Под ред. В.И.Орла и. СПб, Детство-пресс, 2006
- 3) Авдеева Н.Н., Князева О.Л. программа «Безопасность»
- 4) Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка». - М., 1983.
- 5) Богина Т. Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях». М., Мозаика, 2005.
- 6) Бочкарев О.И. «Система работы по формированию ЗОЖ». Волгоград, 2008
- 7) Брехман И.И. «Валеология - наука о здоровье». М., 1990.
- 8) Брызгунов И.П. «Научите детей не болеть». М., ВЛАДОС, 2004.
- 9) Гаврючина Л.В.Методическое пособие «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» / М.2008 г.
- 10) Змановский Ю. Ф. программа «Здоровый дошкольник»; «Воспитаем детей здоровыми». - М., Медицина, 1989.
- 11) Зайцев Г. Пособие «Уроки Мойдодыра»; «Уроки Айболита. Расту здоровым» /С-П.1997г
- 12) Иванова А. И. Программа развития «Естественно – научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек.»
- 13) Иванова Т.В. Пособие «Система работы по формированию здорового образа жизни. Средняя группа» /К.2009г
- 14) Истомина И.В. «Расту здоровым»; В.Я. Хозяинова/К.1989г
- 15) Князева О.Л., Стёркина Р.Б. программа «Я, ты, мы». Москва, 2010
- 16) Студеникин М.Я. «Книга о здоровье детей». Москва, Медицина, 1986
- 17) Каргушина М.Ю. Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» / М.2009г.
- 18) Кареева Т.Г. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников». Волгоград, 2010
- 19) Кулик Г.И.; Сергиенко Н.Н. Программа для ДОУ «Школа здорового человека» / М.2010г.
- 20) Микляева Н.В. «Развитие способностей детей средствами двигательной – игровой деятельности». М., 2010
- 21) Моргунова О. Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: Из опыта работы». - Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.
- 22) Носова Е.А., Швецова Т.Ю. «Семья и детский сад: педагогическое просвещение родителей». СПб. Детство-пресс, 2009
- 23) Овчинникова Т.С. «Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях». КАРО, СПб, 2006

- 24) Г.Остер «Петька-микроб»; «Вредные советы» /М.1999г.
- 25) Панкратова И. В., Юдина И. И. «Растим здоровое поколение» Управление Дошкольным Образовательным Учреждением, № 1 / 2004, стр. 66.М.2008 г.
- 26) Пензулаева Л.И. «Растем здоровыми и крепкими»
- 27) Чупаха И.В., Пужаева Е.З. «Здоровьесберегающие технологии». М., Ставрополь 2003
- 28) Шалаева Г.П, О.М.Журавлеа, О.Г. Сазонова «Правила поведения для воспитанных детей» / М.2006г.
- 29) Швецов А.Г. «Формирование здоровья детей в ДОУ». М., Владос-пресс,2006
- 30) Фокина М.С. «Собери и познай человеческое тело» / 2010г.
- 31) Энциклопедия для детей «Тело человека» Элиза Прати / М.2008г.