Российская Федерация

Краснодарский край

Муниципальное образование город Армавир

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 20

352909 город Армавир улица Пушкина 11 телефон 4-05-43

ПРОГРАММА

«Здоровый ребёнок»

(Применение здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста)

Автор: Базарова Татьяна Олеговна

Воспитатель: МБДОУ № 20

Армавир, 2019г.

**«Здоровый ребёнок»**

**(Применение здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста)**

Пояснительная записка:

В современной системе образования много проблем. Одна из них – это ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание. Перед дошкольным образованием в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Федеральные государственные требования к структуре основной образовательной программы дошкольного образования определяют как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы. В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно – оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Начиная работу по данной теме, я изучила литературу по физическому воспитанию дошкольников: задачи, средства, пути решения проблемы укрепления, развитие и охранение здоровья детей дошкольного возраста. Изучение содержания физического воспитания необходимо для осознания того, как эта проблема формулируется учёными – дидактами и разработчиками методики физического воспитания. Работая в русле основной общеобразовательной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»/ под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. Я выяснила, какое место занимают задачи здоровьезберегающих технологий в физическом воспитании дошкольников.

Программа предусматривает охрану и укрепление здоровья детей, особенно нервной системы, совершенствование функций организма ребенка, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным детям видам двигательной деятельности, формирование положительных нравственно-волевых черт личности. Она предлагает осуществлять эту работу не только как физическое воспитание, а в контексте общего педагогического процесса.

Понимая, что здоровье является «нормальным психологическим состоянием и способностью человека оптимально удовлетворять систему материальных, духовных, индивидуальных и коллективных потребностей», я поставила следующую **цель своей работы**: сохранение психического здоровья, ориентация на уровень здоровья детей, максимальное развитие имеющихся у них способностей, учёт основных психофизических характеристик.

**Здоровьесберегающая модель** образовательного учреждения включает следующие компоненты:

1. Использование интегрированных занятий, в результате которых чувствуют себя в комфортном психолого-эмоциональном состоянии, позволяет повысить мотивацию к обучающей деятельности, уверенность в себе, своих возможностях.
2. Создание разнообразных стартовых условий для развития и обучения каждого ребёнка.
3. Личностно-ориентированное образование дошкольников, в результате которого снижается закомплексованность детей.
4. Педагогическое направление также включает организацию здоровьесберегающей развивающей среды ДОУ.
5. Введение в занятия оздоровительных технологий.
6. Медико-оздоровительные (организация педагогического процесса в ДОУ и семьей на основе принципов ЗОЖ).

***Новизна*** заключается в реализации здоровьесберегающих технологий в деятельности дошкольников; внедрение новых здоровьесберегающих технологий в деятельности группы.

***Актуальность*** данного опыта работы состоит в том, что работа по сохранению и укреплению здоровья дошкольников требует новых, современных и более гибких подходов к организации педагогической деятельности, внедрению осознанных и простых в употреблении форм оздоровления, доступных самим дошкольникам. Имеющийся дефицит в построении предметно-пространственной оздоровительной среды путём приобретения дорогостоящего спортивно-игрового оборудования заставляет педагогов искать более доступные пути для физического развития детей.

***Практическая значимость*** данной программы заключается в том, что представленный материал может использоваться всеми специалистами, работающими с детьми.

***Цель:*** создание системы работы по сохранению и укреплению здоровья детей младшего дошкольного возраста.

***Задачи:***

1. Разработать комплекс организационных, методических и практических мероприятий на основе здоровьесберегающих технологий.
2. Организовать предметно-пространственную среду, расширять возможности «зоны оздоровления»
3. Создать информационно-консультативное пространство по вопросам использования здоровьесберегающих технологий для всех участников образовательных отношений: воспитанники – педагоги – родители (законные представители)

**Как я организую работу по формированию навыков здорового образа жизни.**

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяемые мной в различных видах деятельности представлены как: технология сохранения и стимулирования здоровья; технология обучения ЗОЖ; коррекционная технология.

 В своей работе ориентируюсь на становление мотивационной сферы гигиенического поведения ребёнка, реализацию усвоенных ребёнком знаний и представлений в его реальном поведении. Учитываю, что ребёнок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовиться к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную активность, формировать своё здоровье. В группе созданы педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; построение образовательного процесса в виде модели культуры; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями. Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, музыкального руководителя. Являясь участником этого общего процесса, я уделяю особое внимание обучению дошкольников основным движения и навыкам здорового образа жизни, применяя на практике внедрение различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в своей возрастной группе.

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья.**

Систему работы с детьми строю в направлении *личностно ориентированного взаимодействия с ребёнком,* делаю акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

 Провожу **оздоровительно-развивающие игры,** которые позволяют ставить и решать интересные двигательные задачи разной сложности, закрепляя достигнутый оздоровительный эффект, получать новые ощущения, самозабвенно вкладывать в них свои эмоции. Эти игры создают дополнительную обучающую ситуацию и помогают ребёнку освоить те виды движений, которые с трудом осваивались на занятиях лечебной гимнастики или в других видах деятельности.

1. Соревновательные игры – это игры, в которых можно выявить победителя в

 индивидуальных или командных соревнованиях. Это игры: игры – эстафеты, связанные с их физической подготовленностью. Поощряется точное выполнение правил и соблюдение принципов честно игры в действиях. А проигравший должен знать, что тот, кто учится проигрывать – побеждает. «Меткие броски» - забрось мяч в корзину.

1. Кооперативные игры – игры сотрудничества, в которых может условно

присутствовать командное соперничество. При проведении таких игр учитываются не личные достижения отдельных участников, соревнующихся друг с другом, а достижения команд или всех участников, объединённых в единую команду. К примеру: «Гигантский прыжок» - сделать самый длинный прыжок.

1. Несоревновательные игры – игры, в которых отсутствует разделение

участников на соперничающие команды. В этих играх всемерно поощряются рыцарское поведение, красота действий и поступков, взаимопомощь, творчество, фантазия, юмор, что ориентирует детей на сотрудничество, исключает появление агрессивности. «Ножки – сороконожки» - прыгать вперёд, поддерживая друг друга.

Подвижные игры занимают особое место в развитии, оздоровлении и реабилитации детей дошкольного возраста. Их применение способствует совершенствованию двигательных имений и навыков, закреплению достигнутых результатов коррекционной работы, повышению эмоционального состояния детей и получению удовольствия от процесса и результатов игры, формированию навыков честного соперничества.

Во время занятий провожу с детьми **динамические паузы** длительностью 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Для этот используют **релаксацию**. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе я использую специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Провожу в любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, определяется интенсивность технологии. Использую для релаксации спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

**Пальчиковая гимнастика мною** проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

**Гимнастика для глаз** проводится ежедневно по 3-5 мин., в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

**Дыхательная гимнастика** проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородные обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Игровая оздоровительная гимнастика** проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание. Для профилактических целей родителями были изготовлены дорожки для ходьбы. Дети с удовольствием ходят по ним после дневного сна. Дорожки прекрасно массажируют ступни малышей, укрепляют мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в нашей группе – это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья малышей. Цель этих технологий – становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.(Приложение № 1).

**Технология обучения здоровому образу жизни.**

Утренняя гимнастика проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки. НОД по образовательным областям «Физическая культура», «Здоровье» проводится 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии с программой, по которой работает ДОУ (сюжетно – игровые, интегрированные, оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического физиологического состояния организма ребенка. Серия игровых занятий «Азбука здоровья». Занятия проводятся один раз в неделю в форме кружковой работы. Мною была разработана система валеологического воспитания дошкольников и формирование представлений детей о здоровом образе жизни. Внедрение образовательной деятельности с применением нетрадиционных методов и приёмов позволило повысить интерес ребёнка к получению валеологических знаний, увлечь игровым сюжетом и необычным содержанием. У детей формируется понятие о том, что каждый человек должен сам заботиться о себе и своём здоровье. Расширять представление о том, как нужно заботится о сохранении здоровья.

Активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья»). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом ведут себя более непосредственно чем на физкультурном занятии, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения , которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется особый артистизм, эстетичность в движениях. Физкультурные праздники и досуги обязательно сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память. На участке детского сада имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке.

**Коррекционные технологии.**

**Технология музыкального воздействия.** Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет, или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности и агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети.

При использовании музыки помню об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психологическое состояние детей. Использую в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изодеятельности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.). Спокойная музыка, вызывающая ощущение радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям, успокоиться и расслабиться. Когда дети лягут в постель, включаю спокойную , тихую, мелодичную, мягкую музыку и прошу их закрыть глаза и представить себя в лесу, не берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у них положительные эмоции. Обращаю внимание детей на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть их тела.

**Сказкотерапия –** используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей работе чаще использую авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаю, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы – основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов. С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй. Мною организован семейный клуб «Разговор о правильном питании». Цель работы клуба – повышение психолого-педагогической компетентности родителей, в том числе в вопросах укрепления здоровья детей, включение их в процесс активного взаимодействия с ДОУ. В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семья, я использую разнообразные формы работы: открытые занятия с детьми для родителей, педагогические беседы с родителями – общие и групповые родительские собрания, консультации, занятия с участием родителей, выставки детский работ, изготовленных вместе с родителями, Дни открытых дверей, участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов, совместное создание предметно-развивающей среды, работа с родительским комитетом группы, анкетирование.

Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребёнка, возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Развитие ребёнка и его здоровье», «Игры с движениями», «Движение – основа здоровья», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений» «Зимние игры с ребёнком» и т.д.).

Таким образом, проводимая мною физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течении всего пребывания в дошкольном учреждении.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка – стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

**Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

**Применительно к ребёнку** – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умении оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Применительно к взрослым** – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

**Виды здоровьесберегающих технологий** в дошкольном образовании медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка; здоровьесбережение и здоровьеобогащение педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

**Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДОУ** – обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств:

* технологии профилактики заболеваний;
* углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники;
* коррекция возникающих функциональных отклонений;
* отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III-У группу здоровья);
* реабилитация соматического состояния здоровья;
* противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами;
* витаминопрофилактика (отвар шиповника в осеннее – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты);
* санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ.

**Физкультурно-оздоровительные технологии –** направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников:

– закаливание КГН;

– беседы по валеологии;

– спортивные праздники;

– спортивные развлечения и досуги; недели здоровья;

– соревнования; прогулки-походы.

**Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащение педагогов** – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребноси к здоровому образу жизни. Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ:

Семинары-тренинги «Психологическое здоровье педагогов»;

Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста», «Как правильно провести гимнастику (различные виды) с дошкольниками», «Профилактика утомляемости дошкольников в ДОУ», работа воспитателя по разделам программы «Основы безопасности и жизнедеятельности детей» и др.

Практикум для педагогов ДОУ «Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня». Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах раннего возраста и коррекционных группах.

**Валеологическое просвещение родителей –** это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетенции. Валеологическое образование родителей надо рассматривать как непрерывный процесс валеогического просвещения всех членов семьи.

Взаимодействие ДОУ с семьёй по вопросам охраны и укрепения здоровья детей:

Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры;

Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ;

Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятий ДОУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДОУ с родителями-спортсменами и до.);

Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения. Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры и культуры здоровья дошкольников.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребёнка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «здоровый ребёнок – успешный ребёнок», считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребёнку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Только здоровый ребёнок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех её свойств и качеств.

**Десять золотых правил здоровьесбережения:**

Соблюдайте режим дня!

Обращайте больше внимания на питание!

Больше двигайтесь! Спите в прохладной комнате!

Не гасите в себе гнев, дайте выбраться ему наружу!

Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

Гоните прочь уныние и хандру!

Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

Желайте себе и окружающим только добра!

РЕКОМЕНДУЕМАЯ МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Программа «От рождения до школы»; под ред. Н. Е. Вераксы: «Мозаика-Синтез»,

Москва, 2014.

1. Справочник «Охрана здоровья дошкольников»; составитель И. Ахметзянов:

«Сфера», Москва, 2007.

1. «Школа здорового человека»; Г. Кулик: «Сфера», Москва, 2010.
2. «Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет»; «Сфера», Москва, 2010.
3. «Я и моё тело» (программа занятий, упражнений, дидактические игры);

С.Шукшина: «Школьная пресса», 2009.

 6. «Оздоровление детей в условиях детского сада»; Л. Кочеткова: «Сфера»: Москва, 2005.

 7. «Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология 21 века»; Ю. Антонов: «Аркти», 2003.

 8. «В стране здоровья» (программа эколого-оздоровительного воспитания дошкольников); В. Лободин: «Мозаика-Синтез», Москва, 2011.

 9. «Зелёный огонёк здоровья»; М. Картушина: «Детство-пресс», С-Петербург, 2004.

 10. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников»; Т. Карепанова: «Учитель», Волгоград, 2011.

 11. «Праздники здоровья для детей 4-5 лет»; М. Картушина; «Сфера», Москва, 2010.

 12. «Праздники здоровья для детей 5-6 лет»; М. Картушина; «Сфера», Москва, 2010.

 13. «Праздники здоровья для детей 6-7 лет»; М. Картушина; «Сфера», Москва, 2010.

 14. «Беседы о здоровье»; Т. Шорыгина: «Сфера», Москва, 2010.

 **ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**ПРИМЕРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**«ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК»**

**на неделю**

***1-й день недели:***

**Познавательное занятие по ОЗОЖ**

**Тема: В гостях у «Трёх поросят»**

Нерегламентированная учебная деятельность при участии педагога.

***2-й день недели:***

**Сюжетно-ролевая игра: «День рождения у Тани»**

**Цели:** закрепить устойчивые навыки культуры поведения за столом, правильно пользоваться столовыми приборами; следить за чистотой своего тела; учить вести речевой диалог.

**Приём:** наглядно-действенный.

***3-й день недели:***

**Чтение художественного произведения В. Маяковского**

**«Что такое хорошо и что такое плохо».**

**Цели:** тренировать память детей и закреплять устойчивые навыки по охране своего здоровья; развивать речь детей.

 **Приём:** сравнение, беседа.

***4-й день недели:***

**ИЗО**

**1).** Лепка композиции: «Звери Леса»;

**2).** Рисование: «Жизнь зверей зимой»;

**3).** Беседа с детьми о рисунка, поделках.

 **Цели:**

**1).** Закрепить навыки ОБЖ у детей.

**2).** Развивать речь, воображение детей посредством собственного рассказа о своих рисунках, поделках. Развивать мелкую моторику руки ребёнка. Подготовка руки к письму.

 **Прием:** рассказ, беседа, сравнение.

***5-й день недели:***

**Подвижная игра на прогулке: «Волк во вру».**

**Цели:** закрепить умение выполнять прыжки (ОБЖ); тренировать волю, память детей.

**Приём:** показ движений.

**Вечер: чтение художественного произведения**

**В. Осеевой «Волшебное слово».**

**Цели:** закрепить навыки культурного общения; развивать речь детей.

**Приём:** беседа, сравнение.

**СХЕМА АНАЛИЗА ЗАНЯТИЯ**

1.Занятие познавательное, развивающее и воспитывающее.

2. По содержанию – комплексное, а именно: в данном занятии присутствует раздел родного языка, физической культуры, музыки и математики.

3. Задачи занятия: умственное, нравственное, физическое, трудовое и эстетическое воспитание детей присутствует на протяжении всего занятия.

4. Методические приёмы на занятии: беседа, наглядно-действенный, вопросно-ответный, приём сравнения и поощрения, игровой.

5. Занятие запланировано по модели варьирования, вариативность, то есть присутствуют элементы из следующих программ:

1). М. А. Васильева «Программа воспитания в детском саду».

2).С. Н. Николаева « Воспитание экологической культуры в дошкольном возрасте».

3). Региональная программа «Основы здорового образа жизни».

4). О. Л. Князева и др. «Приобщение детей к истокам народной культуры».

**МЕТОДИЧЕСКИЙ ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

1. **Педагогическое обоснование проблемы развития творческих способностей**

**дошкольников.**

По утверждению Т. С. Комаровой ребёнок не рождается фантазёром. Его способность сочинять, придумывать, фантазировать, основывается на воображении, которое требует постоянного развития. Ни в какой другой области системы воспитатель-образовательной деятельности в дошкольных учреждениях развитие воображения не имеет такого исключительного значения, как в процессе художественного творчества. Без воображения, тесто связанного с образным мышлением, а оба этих процесса основываются на образном эстетическом восприятии, невозможно не одно направление художественно-творческой деятельности дошкольников.

 Феномен интегрированного развития, проявление художественно-творческих способностей объясняется возможностью передавать образы объектов и явлений действительности в разных видах творчества. Как утверждал Л. С. Выготский, стремление воображения к воплощениям и есть подлинная основа и движущее начало творчества. Любой пример, который в жизни неприметен, в руках у ребёнка «оживает», преображается и несёт смысловую нагрузку. Задача педагога – помочь ребёнку увидеть этот необыкновенный окружающий мир, пережить вместе с ним красоту, вселить в него уверенность в своих силах и зажечь огонёк радости творчества.

Дети 6 – 7 лет имеют богатый опыт визуального восприятия и художественно-творческой деятельности. Их фантазия, воображение становится богаче и разнообразнее, если этому уделять особое внимание.

Именно поэтому одной из основных задач комплексной программы «Детство» является стимулирование детского воображения, желания ребёнка включаться в творческую деятельность и быть активным в этом процессе. Известные педагоги Т. И. Бабаева, В.И. Логинова, Н. А. Ноткина считают, что атмосфера современного детского сада должна быть насыщена разнообразными ситуациями, побуждающими детей к творческой самостоятельности, к проявлению фантазии, чтобы каждый ребёнок в соответствии со своими склонностями и интересами приобрёл опыт успешной творческой деятельности.

Формирование творческой личности – одна из важнейших задач педагогической теории и практики на современном этапе. Решение её должно начатья уже в раннем и дошкольном детстве. Наиболее эффективное средство для решения данной задачи – изобразительная деятельность в дошкольном учреждении.

В процессе рисования, лепки, аппликация ребёнок испытывает разнообразие чувства: радуется красивому изображению, уточняет и углубляет свои представления об окружающем, учится видеть и осмысливать качества предметов и запоминать их характерные особенности и детали, овладеть изобразительными навыками и умениями. Выдающиеся педагоги Ф. Фребель, Я. А. Коменский, И. Н. Песталоцци и многие отечественные исследователи отмечают, что занятия рисованием и другими видами творческой деятельности создают основу для полноценного содержательного общения детей между собой и со взрослыми; выполняют терапевтическую функцию, отвлекая от грустных, печальных событий, снимают нервное напряжение.

Важно то, чтобы дети проявляли свои творческие задатки, он должны работать в разных техниках изобразительной творческой деятельности. Они должны умело пользоваться пластилином, бумагой, мелками, акварельными красками, природным материалом и другими средствами изобразительной деятельности. Для этого используются самые разнообразные техники исполнения.

В нашем дошкольном учреждении развитию творческих способностей уделяется большое внимание. Для реализации задач по развитию линии творчества, обозначенной программой «Детство», созданные достаточные условия. К ним можно отнести создание детской изостудии, уголков изобразительной деятельности, в групповых помещениях, музея художественного творчества, галереи, репродукций и картин русских художников. На лестничных маршах между этажами представлены и постоянно обновляются выставки детских работ и дизайн-проектов воспитателей. Тематические выставки и конкурсы в которых принимают участия и педагоги, родители и дети, показывают возможности привлечения в совместную творческую деятельность взрослых. Наиболее интересным проектом в развитии художественного творчества было участие родителей в конкурсах рисунков и семейных фотографий «Кулинарные волшебники», что способствовало активному вовлечению родителей в жизнь детского сада.

В рамках реализации программы «Разговор о правильном питании» в детском саду было проведено несколько интегрированных занятий, важной составляющей которых было включение в их структуру изобразительной деятельности детей. На пример, на занятии и «Секреты яблока» были использованы разнообразные виды творческой деятельности детей, связанные единым замыслом педагогов в использовании многообразии методов и приёмов в развитии творческих способностей детей. Это работа была рассчитана на достижение воспитательно-образовательного и коррекционного эффетов (разнообразие методов и приёмов работы детей с предлагаемым материалом способствовало развитию мелкой моторики рук), и она была выстроена с учётом возраста дошкольников и реальных возможностей каждого ребёнка. Работа над одной темой разными способами позволила последовательно и целенаправленно развивать целостное художественное восприятие.

1. **Особенности методики интегрированного занятия по развитию творческих**

**способностей на основе профилактической программы «Разговоры о правильном питании».**

**Тема занятия:** «Секреты яблока».

**Тип занятия:** интегрированное занятие.

 **Принципы планирования содержания занятия и выбора методов проведения** (По Т. П. Афанасьевой, Д. А. Ивановой, Н. В. Немовой) :

1. Отбор материала и способов интегрирования разных видов педагогической

деятельности.

1. Определение последовательности выполнения детьми запланированных

учебных действий в соответствии с задачами занятия.

1. Определение наиболее целесообразных для дошкольников форм учебной

деятельности.

1. Определение дидактических, наглядных, расходных материалов, необходимых

для организации самостоятельной работы детей.

1. Определение контрольно-диагностических мер для оценки результативности

занятия.

1. Определение действий воспитателя и воспитанника для каждого фрагмента

занятия.

**Цели:**

1. Вырабатывать подходы к развитию творческих способностей детей в рамках

одного занятия на основе программы «Разговор о правильном питании».

1. Содействовать формированию экологической культуры детей, в частности культуры питания.

**Задачи:**

***Методические:*** Определить виды творческой деятельности в системе образовательной деятельности, которые приемлемы для их интегрирования содержанием программы «Разговор о правильном питании», и обосновать их выбор.

***Образовательные:***

- формировать навыки слогового анализа и синтеза;

- формировать умение работать над предложением;

- познакомить детей с сортами яблок, их качествами, условиями выращивания;

- обозначить роль фруктов и соков для здоровья человека;

- научить детей готовить яблочный сок, используя простые бытовые операции.

***Развивающие:***

- развивать познавательные способности, внимание, связную речь, грамматический строй речи;

- работать с логическими операциями через деятельность средствами речевого общения;

- развивать мелкую моторику и координацию движений;

- активизировать работу со словарным запасом по теме «Фрукты»;

- способствовать формированию навыков чтения.

***Воспитательные:***

- создать и поддерживать у детей в течении всего занятия хорошее настроение, любознательность;

- воспитывать доброту, заботливое отношение друг к другу во время совместных действий, мотивировать желание научиться чему-либо и способствовать формированию навыка взаимодействия в коллективе.

**Виды педагогической деятельности:**

* Логопедическая коррекция.
* Музыкальная деятельность.
* Здоровьеориентированная деятельность (реализация валекомпонента в

организации и содержании занятия; деятельность, направленна на формирование культуры быта, культуры питания; включение в деятельность детей работы по усвоению санитарно-гигиенических навыков, навыков безопасности, навыков взаимодействия).

* Экологический аспект познавательной деятельности.
* Творческой (изобразительной, музыкальная, татрелизованная).

**Содержание учебных действий детей:**

* Наблюдают за действиями воспитателя и отвечают на его вопросы.
* Поют русские народные песни.
* Выполняют хороводное движение.
* Выполняют динамические минутки (пальчиковая гимнастика, гимнастика

для глаз; психологический настрой).

* Реализуют культурно-гигиенические правила: моют руки, надевают

фартуки, шапочки. А после занятия самостоятельно убирают рабочее место.

* Режут яблоко разными способами: полам, дольками, кубиками, кружками.
* Читают технологическую карту и последовательно (по операциям) готовят яблочный сок.
* Складывают из схем по слогам слова.
* Образуют предложения из полученных слов.
* Комкая креповую цветную бумагу, делают заготовку для яблока (шар).
* Делают подножку для подготовленной фигуры яблока цветной палочкой (зубочисткой).
* Оформляют плодоножку зелёными листочка.
* Раскладывают на разнос «яблоки» украшают композицию.
* Выполняют разные знаки приветствия и с гостями и друг с другом.
* Беседуют с героем программы Кубиком, объясняя ем последовательность, уточняя ход операций при приготовлении сока.

**Материалы для занятия:**

* Цветная схема технологической карты приготовления сока;
* Цветная схема – фотография периодов роста яблони;
* Иллюстрации с разными сортами яблок;
* Схемы предложений;
* Фрукты (яблоки);
* Разделочные доски;
* Безопасные ножи;
* Бытовая соковыжималка;
* Фартуки, косынки, влажные салфетки для обработки рук;
* Куклы и костюмы для героев программы (Бусинка и Кубик);
* Корзинка с муляжами яблок;
* Посуда (миски, блюдца, разносы);
* Аудиозаписи русский народных песен;
* Креповая бумага жёлтого, зелёного, красного цветов;
* Цветные зубочистки, салфетки;
* Двухсторонние заготовки листьев из текстуры.

**Участники:** Музыкальный руководитель, руководитель ИЗО-студии, воспитатель, дети подготовительной группы (примечание: логопед – в роли героя Кубика).

**СОДЕРЖАНИЕ**

Пояснительная записка………………………………………………………………. 2

Как я организую работу по формированию навыков здорового образа жизни….. 3

Технологии сохранения и стимулирования здоровья…………………………….... 4

Технология обучения здоровому образу жизни……………………………………. 5

Коррекционные технологии…………………………………………………………. 6

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании………….… 7

Валеологическое просвещение родителей………………………………………….. 9

Десять золотых правил здоровьесбережения……………………………………… 10

Рекомендуемая методическая литература…………………………………………. 11

Приложение 1………………………………………………………………………... 12

Схема анализа…………………………………………………………………….….. 13

МЕТОДИЧЕСКИЙ ПАСПОРТ ГРУППЫ

1. Педагогическое обоснование проблемы развития творческих способностей

дошкольников……………………………….……………………………………….. 13

2. Особенности методики интегрированного занятия по развитию творческих способностей на основе профилактической программы «Разговоры о правильном питании»……………………………………………………………………………… 15