

ПРИНЯТО
Педагогическим советом № 1
От 29.08.2016 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 126 от 29.08.2016 г.
Заведующий МКДОУ д/с № 451
Л.Н. Пугачева



Часть основной образовательной программы,
формируемая участниками образовательных
отношений

«Азбука здоровья»

*(парциальная программа по валеологическому
воспитанию детей 5-7 лет)*

*(приоритетная образовательная область
– физическое развитие)*

Авторы-разработчики:
Гульятеева И.А.- старший воспитатель,
Федотенкова Е.А.– воспитатель,
Примак Ю.В. – учитель –дефектолог,
Смольникова А.С.- инструктор по физической культуре
Барышникова С.М. –учитель -логопед

Новосибирск 2016

Целевой раздел

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Парциальная программа по валеологическому воспитанию детей 5-7 лет «Азбука здоровья» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155).

Программа направлена на формирование у старших дошкольников основ валеологической культуры, здоровьесохраняющего мировоззрения, навыков сохранения здоровья, через полученные представления об особенностях своего организма, о закономерностях его функционирования и принципах здорового образа жизни.

Представленная Программа предназначена для воспитателей, работающих с детьми старшего дошкольного возраста.

Актуальность

Одной из основных задач дошкольного образования является задача сохранения и укрепления здоровья детей. Дошкольный возраст является наиболее сензитивным для формирования здоровья и навыков здорового образа жизни. Дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек.

Необходимость целенаправленной работы по оздоровлению детей обусловлено не только сензитивным возрастным периодом, но и сложившейся за последнее время особенно неблагоприятной ситуацией по состоянию здоровья дошкольников.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет около 10% от контингента детей, поступающих в школу. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляются отклонения в состоянии здоровья (И.А. Бунина).

На сегодняшний день из 515 детей, посещающие детский сад, более 40% детей имеют отклонения в развитии: нарушения речи, нарушения зрения.

Группы здоровья:

год	2015 г. (509 детей)	2016 г. (515 детей)
I группа здоровья	70	69
II группа здоровья	411	391
III группа здоровья	3	49
IV группа здоровья	-	1
V группа здоровья	-	6

Необходимость воспитания валеологической культуры у дошкольников подчёркивают и исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7 -8% зависит от здравоохранения и более чем на 60% - от его образа жизни.

Под валеологической культурой ребёнка понимается совокупность нескольких компонентов: осознанного отношения к здоровью и жизни, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, а также самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные со здоровым образом жизни, безопасным поведением, оказанием элементарной медицинской самопомощи и помощи (В.А. Деркунская).

Новизна программы «Азбука здоровья» заключается в поэтапном, в соответствии с возрастными возможностями и способностями дошкольников, распределении валеологического образования и воспитания дошкольников старшего возраста, в интеграции валеологических знаний в различные виды детской деятельности, в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении различных форм работы с детьми, в создании инновационной здоровьесберегающей среды.

Данная программа рассчитана на два года.

Первый год обучения «Здоровье человека» (старшая группа).

Второй год обучения «Строение нашего тела» (подготовительная группа).

После ее завершения реализация программы повторяется с новыми детьми. Программа дополняет и расширяет задачи, поставленные в образовательной области «Физическое развитие» и интегрируется с областями, «Социально-коммуникативное», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»

Интеграция валеологического содержания с разными видами деятельности детей может состоять в следующем:

1. Развитие валеологического сознания в процессе чтения произведений художественной литературы, энциклопедий, накопление опыта участия в разговорах, беседах, участие в придумывании сказок и историй по валеологии.

2. Обсуждение с детьми правил здорового образа жизни («Правила личной гигиены», «Правила здоровья», «Что надо кушать, чтобы быть здоровым», «Правила сохранения хорошего зрения др.).

3. Участие в тематической проектной деятельности, продуктом которой являются валеологические газеты, книги, альбомы, игры, создание лэпбуков и др.

4. Участие в конкурсах (в т.ч. конкурсы рисунков и плакатов о ЗОЖ);

5. Участие вместе с родителями и воспитателями в Днях Здоровья.

6. Оздоровительные минутки, включающие не только физические упражнения, но и этюды.

7. Викторины, КВН.

8. Исследовательская деятельность.

9. Игровая деятельность (сюжетно-ролевые игры, дидактические игры).

Цель программы:

Воспитание основ валеологической культуры у старших дошкольников, здоровьесберегающего мировоззрения.

Задачи:

1. Способствовать формированию основ здоровьесберегающего поведения, ценностного отношения к здоровью.

2. Формировать у детей представление о себе, строении своего тела, назначении отдельных органов, о своих чувствах и мыслях, об окружающем мире и его влиянии на здоровье.

3. Формировать представления о полезных и вредных факторах для организма, понимания сущности здорового образа жизни.

4. Формировать положительную мотивацию на оздоровление, укрепление собственного здоровья, на ведение здорового образа жизни.

5. Повысить компетентность и активность родителей в вопросах здоровьесбережения, участие в оздоровительной работе ДОУ.

Условия реализации программы:

- создание здоровьесберегающей предметно-пространственной среды;
- создание обстановки эмоционального благополучия;
- учет индивидуальных особенностей;
- активная позиция ребенка;
- сотрудничество со всеми специалистами ДОУ и научными руководителями, специалистами отдела профилактической работы с образовательными организациями, семьей и детьми «Городского центра образования и здоровья «Магистр»;
- вовлечение родителей в процесс реализации программы;
- преемственность в работе.

Целевые ориентиры освоения программы:

- ребенок проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;
- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре;
- умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выразить свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, построения речевого высказывания в ситуации общения,
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, обладает элементарными представлениями из области валеологии, ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- ребенок обладает начальными знаниями о себе, ребенок может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены, ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Принципы программы:

1. **Системный подход** – то есть воспитание осуществляется в связи с нравственным, эстетическим, психофизическим, формированием уровня развития ребенка. Невозможно сохранить дело здоровым, если не совершенствовать эмоционально – волевою сферу, не работать с душой и нравственностью.
2. **Деятельностный подход.**
Валеологическая культура осваивается с детьми в процессе совместной деятельности со взрослыми. Успешное решение задач валеологического воспитания возможно только при объединении усилий всех специалистов детского сада.
3. **Принцип «Не навреди».**
Пересматривает использование валеологической работе только безопасных приемов оздоровления.
4. **Принцип гуманизма.**
В валеологическом воспитании признается самоценность личности ребенка. Нравственными ориентирами воспитания является общечеловеческое ценности.
5. **Принцип альтруизма** предусматривает потребность делиться освоенными ценностями валеологической культуру: «Научился сам – научи друга».
6. **Принцип меры.** Для здоровья хорошо кто, что в меру.

Ожидаемые результаты

При реализации данной программы мы рассчитываем получить следующие результаты:

1. У детей будут сформировано ценностное отношения к своему здоровью, заложены основы здоровьесохраняющего поведения.
2. У воспитанников расширятся представления о функционировании своего организма, влиянии окружающего мира на здоровье
3. У детей будут сформированы представления о полезных и вредных факторах для организма, правилах здорового образа жизни.
- 4.Повысится мотивация детей к установке на ведение здорового образа жизни.
5. Дети научатся самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
5. Повысится компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения, возрастет их интерес к оздоровительной работе ДОУ, возрастет активность при участии в оздоровительных мероприятиях.

Диагностика результатов освоения программы

Итоги освоения программы будут получены в результате мониторинга индивидуальных достижений детей и заполнения индивидуальных карт. Критерии достижения детей взяты из примерной основной программы «Детство»

Периодичность мониторинга – 2 раза в год (октябрь, апрель)

С учетом полученных результатов могут вноситься необходимые изменения и дополнения к содержанию программы и формам работы с детьми.

Карта индивидуальных достижений

по реализации программы «Азбука здоровья»

Шестой год жизни. Старшая группа _____

Ф.И.О ребенка, возраст _____

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	октябрь			апрель		
	в	и	н	в	и	н
Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.						

Знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представление о себе, своей самооценке ощущает себя субъектом здоровья и здоровой жизни						
Имеет устойчивые представления о том, что такое здоровье, и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его: Умеет самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения: умеет обслужить себя и владеет привычками, элементарными навыками личной гигиены						
Умеет определить состояние своего здоровья (здоров он или болен), а также состояние здоровья окружающих						
Умеет назвать, что у него болит, какая часть тела, какой орган						
Умеет правильно питаться, различает полезные и вредные продукты питания, разумно употребляет их						
Владеет культурой приема пищи						
Умеет выполнять дыхательную гимнастику и гимнастику для глаз						
Умеет выполнять физические упражнения, укрепляющие мышцы, осанку, опорно-двигательный аппарат, зарядку и ободряющую гимнастику						
Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.						
Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью)						
Рекомендации:						

Примечание: в- всегда, и –иногда, н- никогда

**Карта индивидуальных достижений
программы «Валеологическое воспитание старшего дошкольника»**

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

Ф.И.О ребенка, возраст

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	октябрь			апрель		
	В	И	Н	В	И	Н
Ребенок имеет представления о том, что такое здоровье, и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его.						
Ребенок обладает следующими представлениями: о внешних и внутренних особенностях строения человека; о правилах здоровья (режим дня, прогулка, правила гигиены, занятия физкультурой и профилактика болезней); о поведении сохраняющем здоровье; о полезных и вредных привычках; о здоровом взаимодействии со сверстниками и взрослыми						
Самостоятельно решает задачи здорового образа жизни и безопасного поведения: Владеет основными культурно-гигиеническими умениями и навыками. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, элементарные правила здорового образа жизни Соблюдает правила безопасного поведения в быту, на улице, в природе, в общественных местах, в общении с незнакомыми людьми						
Самостоятельно решает задачи разумного поведения в непредвиденных ситуациях						
Умеет выполнять дыхательную гимнастику и гимнастику для глаз						

Умеет выполнять физические упражнения, укрепляющие мышцы, осанку, опорно-двигательный аппарат, зарядку и ободряющую гимнастику						
Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.						
Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).						
Рекомендации:						

Примечание. в- всегда, и –иногда, н- никогда

Содержательный раздел

Модель реализации программы

Представленная программа имеет блочный характер. Содержание блоков может интегрироваться в комплексно- тематическое планирование групп старшего возраста. Каждый блок рассчитан на один месяц.

Программа предполагает использование в режиме дня:

- форм работы по сохранению и укреплению физического и психического здоровья (музыкальные этюды, физминутки, подвижные и спортивные игры, релаксация, утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, гимнастика после сна, развлечения, физкультурно-спортивные праздники, игры, дни здоровья, ароматизация помещений, музыкально-театральная деятельность, психогимнастика и т.д.);
- оптимального двигательного режима (традиционная двигательная деятельность детей – утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки, музыкально-ритмические занятия, самостоятельная двигательная деятельность);
- комплекса закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по «дорожкам здоровья», профилактика плоскостопия, хождение босиком, максимальное пребывание детей на свежем воздухе);
- форм работы по обучению здоровому образу жизни (физкультурные занятия, игротерапия, коммуникативные игры, совместная деятельность (НОД), самомассаж, точечный массаж);
- нетрадиционных форм и методов работы (ароматерапии, цветотерапии, музыкотерапии, сказкотерапии).

Также воспитатели используют технологию «Метод проектов», в ходе которой с детьми организуются разные виды деятельности:

- диалоги, беседы, рассказ воспитателя, родителей;
- проблемные ситуации;
- конкурсы, викторины;
- исследовательская деятельность;
- наблюдения;
- прогулки;
- экскурсии с родителями в различные поликлиники;
- тематические фотовыставки и выставки творческих работ;
- встречи с медицинским и работниками;
- сюжетно-ролевые игры, дидактические, подвижные игры;
- создание тематических альбомов, книг;
- коллекционирование;
- изготовление тематических игр своими руками;
- участие в социально-значимых проектах;
- и другое.

Примерный план мероприятий по реализации программы

для детей старшей группы, 1 год обучения «Здоровье человека»

Содержание	Форма проведения
1 блок «Ребенок и здоровье»	
«Ребенок и здоровье»	Тематический проект
«Где прячется здоровье»	Беседа
«Наши верные друзья»	НОД
«Откуда берутся болезни»	Проблемная ситуация
«Кому что нужно?», «Витамины»	Дидактические игры
«Полезные привычки»	Обыгрывание ситуации
«Здоровяк» С. Махотин, «Прививка» С. Михалков, «Сумка тети доктора» , Э. Яниковская, стихотворение «Чтобы быть здоровому»	Чтение художественной литературы
2 блок «Правила личной гигиены»	
«Правила личной гигиены»	Тематический проект»
«Чистота залог здоровья»	НОД
«Чтобы зубы были крепкими»	Обыгрывание ситуации
«Ухаживай за своими руками», «Ухаживай за своими ногами»	Беседа

«Как нужно ухаживать за собой»	Проблемная ситуация
К. Чуковский «Мойдодыр», «Чистюля енот» «Рыжеусый таракан», «Я мою руки» М. Яснов	Чтение художественной литературы
«Девочка чумазая» А. Барто	Инсценировка
«Ровным кругом»	Малоподвижная игра
«Мойдодыр»	Рисование
3 блок «Культура еды и здоровье»	
«Культура еды и здоровье»	Тематический проект
«Здоровое питание – здоровая жизнь»	НОД
«Что надо кушать, чтобы быть здоровым»	Беседа
«Здоровая пища»	Проблемная ситуация
«Узнай и назови овощи», «Полезные и вредные продукты», «Накорми куклу»	Дидактические игры
Г. Зайцев «Приятного аппетита», Л. Зильберг «От простуды и ангины помогают апельсины»	Чтение художественной литературы
«Сластена в гостях у ребят»	Развлечение
«Полезные продукты»	Рисование
4 блок «Будем спортом заниматься»	
«Спорт и здоровье»	Тематический проект
«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»	НОД
«Кто спортом занимается»	Беседа
«Назови вид спорта», «Кому что нужно»	Дидактические игры
«Олимпийская неделя»	Спортивное развлечение
«Зарядка и Простуда», Е. Кан «Кто спит в постели сладко»	Чтение художественной литературы игры
«Силачи», «Муравьи»	Подвижные игры
5 блок «Витамины и здоровый организм»	
«Витамины и здоровый организм»	Тематический проект
«Витамины всем нужны – для здоровья важны»	НОД
«Где найти витамины?», «Витамины на тарелке», «Как витамины помогают бороться с микробами и вирусами»	Беседа
«Полезное - вредное», «Подбери к данному витамину фрукт (овощ)», «Четвертый лишний», «Сварим суп из овощей», «Угадай на ощупь», «Аскорбинка и ее друзья»	Дидактические игры
В.Сутеев «Яблоко», Л.Зильберг «Витамины»	Чтение

Русская народная сказка «Вершки и корешки», Д.Родари «Приключения Чиполлино», Ю.Тувим «Овощи»	художественной литературы
6 блок « Соблюдай режим дня»	
«Правильный режим – залог здоровья»	Тематический проект
«Правильный режим – залог здоровья»	НОД
«Распорядок дня», «Зачем мы спим»	Беседа
«Что за чем», «Исправь ошибку», «Узнай виды спорта», «Режимные моменты»	Дидактические игры
Грозовский М. «Распорядок дня», К.Чуковский « Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая», Г. Шалаева «Правила поведения для воспитанных детей»	Чтение художественной литературы
7 блок «Здоровые зубки»	
«Зубы»	Тематический проект
«Чтобы зубки не болели»	НОД
«Что такое зубы?», «Как правильно чистить зубы», «Зубная щетка»	Беседа
«Почему нужно полоскать рот после еды»	Проблемная ситуация
«Полезно - бесполезно», «Правила гигиены» «Полезная и вредная еда», «Где спрятались витамины»	Дидактические игры
А.Анпилова «Зубки заболели», Г.Зайцева «Крепкие-крепкие зубы», Н.Коростылев «Королева Зубная щетка», Б.Заходер «Все о зубах»	Чтение художественной литературы
8 блок«Из чего мы состоим»	
«Из чего мы состоим»	Тематический проект
«Что я знаю о себе»	НОД
«Какие мы внутри», «Мои помощники»	Беседа
«Из чего я состою»	Проблемная ситуация
«Полезная и вредная пища», «Что перепутал художник», «Можно-нельзя», «Что ты знаешь о...»	Дидактические игры
К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Я расту», «Девочка чумазая», С.Маршак «Великан», «Почему у человека две руки и один язык»	Чтение художественной литературы
«Моя первая книга о человеке», «Что я знаю о себе»	Рассматривание энциклопедий
9 блок «Откуда берутся болезни»	
«Правила здоровья»	Тематический проект
«Как заботиться о своем здоровье»	НОД
«Где прячется здоровье»	Игра-квест
«Как нужно ухаживать за собой», «Что надо	Беседа

кушать, чтобы не болеть», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»	
«Полезные привычки», «Правила здоровья», «Угадай, что болит», «Полезный – не полезный»	Дидактические игры
Огден Нэш «Микроб» Либерман Л. Корман Р. «Микробы и мыло»	Чтение художественной литературы

Примерный план мероприятий по реализации программы

подготовительная группа от 6 лет до 7 лет,
2 год обучения «Строение нашего тела»

Содержание	Форма проведения
1 блок «Наше тело»	
«Как устроено наше тело»	Тематический проект
«Как устроено наше тело»	НОД
«Мои ручки» «Мои ножки» «Глаза – орган зрения» «Уши – орган слуха»	Беседа
«Разные, но одинаковые»	Проблемная ситуация
«Собери фигуру человека», «Как растет живое», «Умею – не умею», «Узнай по описанию»	Дидактические игры
С.Я. Маршак «О мальчиках и девочках», «Великан», А. Барто «Я расту», Ефремова М. «Тело человека», Кнушевицкая Н. «Ноги», «Руки», «Нос»	Чтение Художественной литературы
2 блок «Чтобы глаза видели»	
«Здоровые глазки – мир в ярких красках»	Тематический проект
«Как работают глаза»	НОД
«Люди с плохим зрением, слепые люди», «Причины ухудшения зрения», «Правила сохранения хорошего зрения», «Как ухаживать за своими глазками»	Беседа
«Сортировка и нанизывание бусинок на нить», «Маршруты глаз», «Узнай настроение по глазам» «Полезно – бесполезно», «Близко – далеко»	Дидактические игры
Н. Орлова «Для чего глаза на свете? », «Как устроены глаза?», «Береги свои глаза» И. Семёнова «Неболеяка», Погореловский С. «Про глаза-глазенки, про глаза-глазищи»	Чтение художественной литературы
3 блок «Чтобы ушки слышали»	
«Уши»	Тематический проект

«Слушай во все уши»	НОД
«Почему у человека два уха»,	Игровая ситуация
«Правила хорошего слуха», «Уши всякие важны», «Как правильно чистить ушки»	Беседа
«Определи по звуку», «Поговорим без слов», «Где чье ухо»	Дидактические игры
Н. Кнушевицкая «Уши» С. Шукшина «Ушки звуки ловят чутко», «Не кричите слишком громко», «Я вчера гулял без шапки», В.Осеева «Чего нельзя – того нельзя», Э.Мошковская «Про уши»	Чтение художественной литературы
4 блок «Как мы распознаем запахи»	
«Нос. Для чего он нужен»	Тематический проект
«Зачем нам нос»	НОД
«Воздух и его свойства»,	Проблемная ситуация
«Тайна дыхания человека», «Правила здорового носа»	Беседа
"Угадай по запаху", «Как нужно ухаживать за собой?»	Дидактические игры
Н. Кнушевицкая «Нос», С. Шукшина «Долго я по лужам бегал», Мошковская Э. «Мой замечательный нос», В.Бианки «Чей нос лучше», Д. Родари «Чем пахнут ремесла»	Чтение художественной литературы
5 блок «Главная опора моего тела»	
«Главная опора моего тела»	Тематический проект
«Скелет и мышцы»	НОД
«Скелет и мышцы. Как мы двигаемся»	Игровая ситуация
«Как избежать травм»	Беседа
«Малыши-крепыши», «Полезные привычки»	Дидактические игры
Игровое упражнение: "Посмотри и повтори"	Игровое упражнение
Кнушевицкая Н. «Скелет»; А. Барто «Я расту»	Чтение художественной литературы
«Нарисуй продукты полезные для скелета»	Рисование
6 блок «Как работает сердце»	
«Наше сердце»	НОД
«Как беречь свое сердце»	Беседа
«Полезные привычки», «Малыши-крепыши», «Наши чувства и эмоции»	Дидактические игры
"Простучать сердечный ритм до физической нагрузки и после".	Игровое упражнение
Кнушевицкая Н. «Сердце», «Кровь», Кнушевицкая Н. «Сердце»	Чтение художественной

	литературы
Слушаем сердце с помощью фонендоскопа, до физической нагрузки и после, Прощупать пульс на руке, на шее	Экспериментирование
7 блок «Как мы дышим»	
«Как мы дышим»	
«За здоровьем на прогулку», «Правила здоровых легких»	Беседа
«Полезные привычки», «Малыши-крепьши»	Дидактические игры
Кнушевицкая Н. «Легкие»	Чтение художественной литературы
Рисунок на зеркале, после выдоха	Экспериментирование
8 блок «Как мы едим»	
«Как мы едим»	НОД
«Как правильно вести себя за столом», «Правила здорового питания»	Беседа
«Полезные привычки», «Малыши-крепьши» «Сервировка стола», «Полезное – неполезное»	Дидактические игры
Кнушевицкая Н. «Желудок», «Почки», «Желчный пузырь», «Почки»; Г. Сапгир «Аппетит»; К. Чуковский «Обжора»; Шукшина С. «Куда пропала пища?», Р. Корман, Л. Либерман «Это вредная еда»	
«Полезные – неполезные продукты»	Коллаж
«Пирамида здорового питания»	Коллективная аппликация
9 блок «Наш мозг»	
«Наш мозг»	Тематический проект
«Правила поведения для сохранения здорового мозга»	Беседа
Полезные привычки», «Малыши-крепьши» «Наши чувства и эмоции», «Полезное – неполезное»	Дидактические игры
Кнушевицкая Н. «Мозг», «Нервы»	Чтение художественной литературы

Взаимодействие с семьями воспитанников

Взаимодействие с семьей в реализации программы «Валеологическое воспитание старших дошкольников» является предпосылкой для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования ценностного отношения к здоровью.

Партнерство означает, что отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей.

Задачи взаимодействия педагогов с семьями воспитанников:

1. Повышение компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения.
2. Способствовать накоплению у родителей знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в семье.
3. Повысить активность родителей в участии по валеологическому воспитанию, детско-исследовательской и проектной деятельности

Основные формы взаимодействия с семьёй

1. **Информационно-аналитические:** анкетирование, опросы, интервью, беседа.
2. **Информирование родителей о ходе образовательного процесса:** индивидуальные и групповые консультации; родительские собрания; презентации; оформление информационных стендов, ширм, папок-передвижек; создание памяток, газет; записи видеофрагментов организации различных видов деятельности, режимных моментов; видеофильмы; организация выставок совместного и детского творчества, тематических выставок, фотовыставок; приглашение родителей на развлечения, Дни здоровья, праздники и спектакли, дни открытых дверей, соревнования, педагогические советы.
3. **Образование родителей:** лекции, семинары, семинары-практикумы, проведение мастер-классов, тренингов, дискуссий
4. **Совместная деятельность:** привлечение родителей к организации Дней здоровья, физкультурных праздников, прогулок, экскурсий, к участию в детско-исследовательской и проектной деятельности.

Материально-техническое обеспечение реализации программы

«Азбука здоровья»

Помещения	Формы образовательного процесса	Оснащение
Методический кабинет	Центр проектирования и планирования воспитательно-образовательного процесса в ДОУ. Повышение профессиональной компетентности педагогов: консультации, семинары, «круглые столы», диспуты, заседания инициативной рабочей	Ресурсный центр: интернет-ресурс, библиотека для педагогов, видеотека, программно-методическое и дидактическое обеспечение образовательного

	группы, школа начинающего педагога и др.	процесса.
Кабинет педагога-психолога	Комната психологической разгрузки: коррекционно-развивающие занятия с детьми и взрослыми, психогимнастика, индивидуальная работа; развитие эмоционально-волевой сферы ребенка, формирование положительных личностных качеств, развитие деятельности и поведения детей. помещение для консультаций с родителями	Диагностические материалы, методические материалы, дидактические материалы, песочный стол
Музыкальный зал	Досуги, праздничные развлечения, спектакли Повышение профессиональной компетентности педагогов: консультации, семинары, «круглые столы», педсоветы, диспуты, и др Родительские собрания, круглые столы, мастер-классы и т.д.	Детские музыкальные инструменты; игрушки для театра, ширмы; игрушки, атрибуты мольберты; СД и аудиозаписи.
Спортивный зал	Укрепление здоровья детей, приобщение к физической культуре, здоровому образу жизни через утреннюю оздоровительную гимнастику, НОД по физической культуре, коррекционная гимнастика (коррекция стопы и осанки), спортивные праздники, спортивные соревнования, спортивные развлечения	шведские стенки, баскетбольные щиты, гимнастические скамейки, подвижные канаты и кольца, детские тренажеры, мягкие модули и другой спортивный инвентарь
Медицинский кабинет	Осмотр детей, консультации медсестры, врачей: профилактика, оздоровительная работа с детьми, консультативно-просветительская работа с родителями и работниками детского сада.	Медицинское оборудование
Соляная пещера	Профилактика и реабилитация заболеваний органов дыхания	Солевое покрытие стен; специальное оборудование,

		насыщающее помещение солевым аэрозолем; аудиосопровождение, подсветка, стульчики
Групповые помещения	<p>Хождение босиком по ребристым дорожкам, витаминотерапия, проводятся кварцевание, воздушные ванны, дыхательная, артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика, психогимнастика, точечный массаж.</p> <p>Развивающая и образовательно-воспитательная работа.</p> <p>Центры развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уголок здоровья (дидактические игры), - изостудия (изодеятельность) - театр (инсценировки, этюды) - уголок для сюжетно-ролевой и других игр (игры в «Больницу», «Поликлинику» и т.д) - центр науки и природы (опыты и эксперименты) - уголок по ОБЖ (правила ЗОЖ) - физкультурный уголок 	<p>Оборудование для организации самостоятельной двигательной активности (оборудование для организации подвижных игр, спортивных игр), оздоровления (схемы, тактильные дорожки, оборудование для развития дыхания, зрительно моторных координаций, организации самомассажа);</p> <p>материалы по валеологии: дидактические игры, книги, альбомы, фотографии, открытки, мультимедийные презентации, видеоматериалы, папки с картинками; материалы и оборудование необходимые для экспериментирования, детской изобразительной деятельности; атрибуты для сюжетно-ролевых игр</p>
Приемные группы	выставки детского и совместного творчества, памятки и т.д.	Папки передвижки, информационные стенды,
Коридоры и холлы детского сада	Тематические выставки продуктивной творческой деятельности воспитанников с родителями.	Просветительские стенды для родителей: административный, инструктора по физической культуре.
Зимний сад	проведение тематических познавательных мероприятий с детьми, организации	Комнатные растения, 2 аквариума, интерактивная доска, воздушно-

	наблюдений и экспериментальной деятельности	пузырьковая колонна
Групповые участки	Прогулки, игровая деятельность, физкультура, досуги, праздники, самостоятельная двигательная активность, наблюдения.	Детские игровые комплексы, растения, цветники
Огород	Экспериментирование, Проектирование, Беседы, Наблюдения, Решение проблемных ситуаций, Трудовая деятельность (посев, полив, рыхление прополка и т.д.).	Огороженный участок с грядками
Открытая площадка	Динамические паузы, утренняя оздоровительная гимнастика, физкультурные занятия на свежем воздухе. Музыкально-спортивные праздники и досуги совместно с родителями. Обучение элементам спортивных игр: футбол, хоккей, волейбол.	Разметка для занятий по безопасности дорожного движения

Обеспеченность средствами ТСО и ИКТ:

Наименование	Наличие	Примечание
Магнитофон	8 шт.	В группах
Музыкальный центр	1 шт.	В муз. зале
Компьютер	2 шт.	В кабинете ст. воспитателя
Пианино	2 шт.	В муз. зале
МФУ (сканер, копир, принтер)	6 шт.	В кабинете ст. воспитателей, учителя дефектолога, группе, логопедов.
Принтер цветной EPSON	3 шт.	В кабинете старшего воспитателя, учителей-дефектологв
Ламинатор	1 шт.	В кабинете старшего воспитателя
Брошюратор	1	В кабинете старшего воспитателя
Ноутбук	6	В группах, изостудии, кабинете старшего воспитателя, музыкальном зале.
Экран	4	В музыкальном зале, группах
Интерактивная доска	2	Зимний сад, изостудия

Кадровый состав по реализации программы

Реализацию данной программы осуществляют:

16 воспитателей,
2 учителя-дефектолога,
4 учителя-логопеда,
2 музыкальных руководителя,
1 инструктор по физическому развитию

Сетевое взаимодействие в рамках реализации программы

1. Договор о сотрудничестве с Городским центром образования и здоровья «Магистр».

Список литературы

1. Баль Л.В. и др. Букварь здоровья. – М: Сфера, 2000.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании. – М.: Олма-Пресс, 2000.
3. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
4. Волкова Е.А. Где живут опасности? Сценарии праздников, развлечений, досугов на тему охраны безопасности жизни и здоровья детей. - Ростов н/Д: Феникс, 2011.
5. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. Учебное пособие. М., 2006.
6. Деркунская В.А. Образовательная область «Здоровье». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-Пресс, 2012.
7. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми.– М.: Просвещение, 2002.
8. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра. – СПб.: Детство-Пресс, 2001
9. Лепейшкин В.А. Подвижные игры для детей. – М.: Школьная пресса, 2004.
10. Казначеев В.П. Основы общей валеологии. Учебное пособие. Новосибирск, 1998.
11. Козырева О.В. «Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников», М. Просвещение 2007.
12. Кузнецова М.Н., Шищенко В.М., Петричук С.В. Ароматерапия в системе оздоровления дошкольников. – М.: Айрис-пресс, 2004.
13. Лысова В.Я. и др. Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. - Москва, Аркти, 2001
14. Маханева М.Д. С физкультурой дружить - здоровым быть. – М.: ТЦ «Сфера», 2009.
15. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. – Воронеж, учитель, 2007.
16. Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб.: Детство-Пресс, 2012.
17. Оберемок С.М. Метод проектов в дошкольном образовании. Учено-методическое пособие. Новосибирск, 2005.
18. Сигимова М.Н. Кто я? Какой я? Учебно-методическое пособие для воспитателей и учителей начальных классов. Новосибирск, 1995.
19. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет. –Ярославль. Академия развития, 2002.
20. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2-3 лет. - Москва, Мозаика-Синтез, 2011.
21. Швецов А.Г. Формирование здоровья детей в дошкольных учреждениях. – М.: Изд-во Владос-Пресс, 2006.
22. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. М.: Владос, 2003.