

**Оглавление**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Стр.** |
| **I** | **Целевой раздел** | **3** |
| **1** | **Пояснительная записка** | **3-4** |
| **2** | **Цель, задачи программы** | **5** |
| **3** | **Основные принципы реализации программы** | **6** |
| **4** | **Планируемые результаты освоения программы** | **7** |
| **II** | **Содержательный раздел** | **8-10** |
| **1** | **Модель организации совместной деятельности педагога с детьми ДОУ** | **11** |
| **2** | **Тематическое планирование** | **12-14** |
| **3** | **Перспективное планирование для детей 4-7 лет** | **15-41** |
| **III** | **Организационный раздел** | **42** |
| **1** | **Взаимодействие с семьей** | **42** |
| **2** | **Расписание организационной образовательной деятельности** | **42** |
| **3** | **Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов** | **42-43** |
| **4** | **Методическое обеспечение** | **44-45** |
| **5** | **Приложения** | **46** |

**I.Целевой раздел.**

**1.Пояснительная записка.**

*«Здоровье – бесценный дар,*

*потеряв его в молодости,*

*не найдешь до самой старости»*

*(Народная мудрость)*

Современная жизнь ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. «С ним ничего не страшно, никакие испытания. Его потерять – значит потерять все, без него нет свободы, нет независимости, человек становится рабом   
окружающих людей и обстановки; оно – высшее и необходимое благо,   
а между тем удержать его так трудно»,- писал В. Вересаев.

Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос  о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

       Применение в работе дополнительной общеразвивающей программы « Здоровым быть здорово" (Далее Программа) повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечит индивидуальный подход к каждому ребенку; сформирует положительные мотивации у педагогов и родителей детей.

**2.Цель и задачи программы.**

**Цель программы:** Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в процессе взаимодействия ДОУ и семьи. Всестороннее развитие личности ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

**Задачи программы:**

1. Формировать представление детей об основных принципах здорового питания,  полезных продуктах. Формировать представление детей о правилах столового этикета.
2. Формировать навыки разумного поведения, умения адекватно вести себя в разных ситуациях.
3. Формировать  потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье.
4. Использовать проектно-исследовательскую деятельность с детьми для более углубленного раскрытия отдельных тем.
5. Воспитывать гуманную, социально активную личность, способную понимать и любить  окружающий мир, природу и бережно к ним относиться.

**3.Основные принципы реализации Программы**

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

.

**4.Планируемые результаты освоения Программы**

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

    Это ребенок, который:

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

**II.Содержательный раздел.**

**1.Организация совместной деятельности педагога с детьми.**

Программа состоит из двух блоков: блок «**Здоровье»** и блок **«Безопасность**», и  рассчитана для работы с детьми

4-7 лет. В группе в течение месяца проводится воспитательно-образовательная работа по определенной теме. Содержание соответствует возрастным особенностям детей.

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

**Организованная образовательная деятельность**:

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

**Средства реализации Программы:**

- гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;

- гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.);

- занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями);

- подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения;

- оздоровительный бег;

- динамические паузы;

-зрительная гимнастика (включающая зрительные ориентиры, зрительные треножоры)

- бодрящая гимнастика (включающая корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой самомассаж);

- гимнастика пробуждения;

- закаливающие мероприятия (облегченная одежда, хождение по массажным коврикам «Дорожка здоровья», обширное умывание, полоскание полости рта водой, утренний прием на улице, солнечные ванны);

- кислородный коктейль;

- чесночно-луковая ингаляция;

- самомассаж;

- рациональное питание;

- психологическая поддержка;

- проектная деятельность;

- прием детей на улице в любое время года;

- оснащение спортинвентарем, оборудованием, наличие спортзала, спортплощадки, спортивного уголка в группе

**Совместная деятельность детей и педагога**:

наблюдения на прогулке, ситуации, беседы, чтение художественной литературы, дидактические и подвижные игры, продуктивная деятельность, игры-драматизации, игры-моделирования, тематические досуги, развлечения, индивидуальная работа по здоровьесбережению, закаливание, участие в соревнованиях, кружковая работа, коммуникативные игры, релаксация, музыкальные паузы, дни здоровья.

**Интеграция с другими образовательными областями:**

* социально-коммуникативное развитие;
* познавательное развитие;
* речевое развитие;
* развитие зрительного восприятия;
* художественно-эстетическое развитие;
* физическое развитие.

**Самостоятельная деятельность детей**:

* Дидактические игры,
* рассматривание иллюстраций,
* сюжетные игры.

**Формы и режим занятий**  
Обучение осуществляется во всех видах деятельности детей до20-25 минут.

Учебный процесс по программе организован в форме занятия по обучению, закреплению и проверке изученного:

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

**Формы организации учебного процесса**:  
-коллективный,  
-индивидуальный,

-подгрупповой.  
  
**Методы и формы обучения**  
Программой предусматривается использование традиционных и инновационных форм и методов учебно-воспитательной деятельности.

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

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

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

**Модель организации совместной деятельности педагога с детьми ДОУ.**

**2.Тематическое планирование**

**Блок  «Здоровье»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | | **Кол-во занятий** | | | **Длительность (час)** | | | | **Задачи** | |
| **Октябрь** | О правильном питании | | 10 | | | 3часа 25 мин | | | | - Рассказать детям о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания, дать элементарные представления о сервировке стола. | |
| **Ноябрь** | Что такое здоровье? | | 8 | | | 2часа 45 мин | | | | - Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья.   - Дать сведения  о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного питания,  физического развития | |
| **Декабрь** | Чтобы нам не болеть | | 8 | | | 2 часа 45 мин | | | | - Воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, дать знания о витаминах, способствовать формированию основ здорового образа жизни. | |
| **Январь** | Тело человека и личная гигиена | | 6 | | | 2часа | | | | - Познакомить  детей со строением  тела человека,  - Закрепить знания о месторасположении частей тела, лица,  - Закрепить навыки культуры гигиены и ухода за своим лицом и телом, желание следить за собой.   - Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе, воспитывать чувство гордости, что – ты Человек. | |
| **Май** | Спорт для здоровья | | 8 | | | | 2 часа 45 мин | | | - Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом.  - Познакомить с некоторыми видами спорта. | |
| **Блок « Безопасность»** | | | | |  | | | |
| **Месяц** | **Тема** | | | **Кол-во занятий** | | | | **Длительность (час)** | | | **Задачи** |
| **Сентябрь** | Ребенок на улицах города | | | 8 | | | | 2 часа 45 мин | | | - Познакомить детей с некоторыми дорожными знаками,  - Формировать представления о некоторых правилах дорожного движения,  - Воспитывать культуру поведения на улице и в транспорте |
| **Февраль** | Безопасное поведение в быту | | | 8 | | | | 2 часа 45 мин | | | .- Формировать представление   детей об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту.  - Закрепить  правила безопасного поведения в быту.- Предостеречь детей от неприятностей, связанных с контактом с незнакомыми людьми,  - Способствовать развитию осторожности, осмотрительности в общении с незнакомыми людьми. |
| **Март** | Ребенок и другие люди | | | 9 | | | | 3часа 10 мин | | | - Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни,  на улице, в ситуации насильственного поведения незнакомого взрослого, в ситуации, когда предлагают что-либо |
| **Апрель** | Пожарная безопасность | | | 9 | | | | 3часа 10 мин | | | - Формировать у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара,  - Показать предназначение огнеопасных предметов, систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара. |
|  | |

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ**

**Сентябрь**

**Тема: «Ребенок на улицах города» Задачи.  Формировать представление об улице, ее основных частях, познакомить со светофором, учить различать виды наземного транспорта.**

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

**Октябрь**

**Тема: «О правильном питании»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Что я ем» | Н.С. Голицына, И.М. Шумова  Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007,  с.32,33,34  В.Н.Волчкова, Н.В.Степанова. Развитие детей младшего дошкольного возраста. Воронеж, 2001,с.72, 77, 81,85  Г. Зайцев  Уроки Мойдодыра. СПб.,1997, с.23  Л.М.Щипицына и др. Азбука общения. СПб . 1998,с.162,175  Журнал   Ребенок в детском саду, 2007, №1,с.47. |
| Ситуации | О вкусной и здоровой пищи  Полезное – неполезное  Какие овощи растут в земле, а какие на поверхности земли? |
| Общение | Что нужно делать перед едой?  Что едим сначала, что потом?  Как есть правильно |
| Художественная литература | К.Чуковский «Федорино горе»,  С.Михалков «Про девочку, которая плохо ела»,  С.Капутикян «Час обеда подошел»  Загадки об овощах и фруктах  Г.Зайцев «Приятного аппетита» |
| Дидактические и развивающие игры | «Полезное - вредное»  «Съедобное – несъедобное»  Узнай и назови»  «Разложи на тарелках полезные продукты»  «Чудесный мешочек»  « Контуры и силуэты» |
| Творческие игры | С\р игра «Магазин продуктов»  С\р игра «Ждем гостей» |
| Опытно-исследовательская  деятельность | Посадка лука |
| Развлечения | Праздник «Золотая осень» |

**Ноябрь**

**Тема: «Что такое здоровье»**

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

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

**питания,  физического развития.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Содержание** | **Методическая литература** |
| Занятия | «Помоги Незнайке сберечь здоровье» | М.Р.Максиняева и др.  Методические рекомендации по организации работы с детьми дошкольного возраста по безопасности жизнедеятельности. М.,1999,с.12,76  Н.С.Голицына, И.М. Шумова  Воспитание здорового образа жизни у малышей. М., 2007 |
| Ситуации | Можно и нельзя  Режим дня  Как вы сами можете помочь себе быть здоровым?  Кто в детском саду заботится о вашем здоровье? |
| Общение | Что нужно делать, чтобы не болеть?  Я думаю, что здоровье это….   А ты как думаешь?  Быть здоровым хорошо или плохо? |
| Художественная литература | А.Барто  «Девочка чумазая»  М. Ильинская « Детям про глазки»  В.Квитко  «Час обеда подошел»  Е.Шкловский «Осторожно – лекарство»  Пословицы.  К.Кузнецов «Замарашка»  Л.Зильберг «Полезные продукты» |
| Дидактические и развивающие игры | «Вкусно – невкусно»  «Вредно – полезно»  «Кому что нужно» |
| Творческие игры | «Семья», «Больница» |
| Развлечения | «Доктор Айболит» |

**Декабрь**

**Тема: «Чтобы нам не болеть»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Береги здоровье» | Артемова Л.В. Окружающий мир в дидактических играх М.1992г.  План – программа образовательно-воспитательной работы в детском саду по программе «Детство».  СПб. 2006 |
| Ситуации | Мы у врача.  Я прививки не боюсь.  Кому нужны эти предметы?  Почему нельзя есть грязными руками? |
| Общение | Нас лечит врач и медсестра.  Что чувствует твой друг.  От чего можно заболеть?  Зачем люди носят очки?  Как нам помогают прививки? |
| Художественная литература | К. Чуковский  «Айболит»,  Михалков «На прививку»  «Про бегемота, который не делал прививку»  Е. Шкловский «Как лечили мишку» |
| Дидактические и развивающие игры | «Если кто-то заболел»,  «Кому нужны эти инструменты»  «Полезное – неполезное» |
| Творческие игры | С\р игры «У врача офтальмолога», «Поликлиника», «Аптека», «Семья»  «Больница» |
| Развлечение | «Советы доктора Айболита» |

**Январь**

**Тема: «Тело человека и личная гигиена»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Надо, надо умываться» | Н.С. Голицына, И.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей,с.36,39,40  С.В.Петерина  Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста, с.33  Л.В.Артемова Окружающий мир в дидактических играх дошкольников, с. 15  К.Ю. Белая  и др.  Как обеспечить безопасность дошкольников, с. 6  Дружинина Л.И. Коррекционная работа в детском саду для детей с нарушением зрения: Учебное пособие. - М.: Экзамен, 2006.  Н.С. Голицына  Ознакомление  дошкольников с социальной действительностью, М.,2005,с.7,8  Н.С. Голицына Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса  в дошкольном учреждении  (вторая младшая группа). М.,2007, с.4-6 |
| Ситуации | Угадай кто это (девочка или мальчик)?  Кому что нужно.  Что можно делать ногами?  Что делают руками? |
| Общение | Ты – человек  Для чего нужны глаза?  От чего нужно беречь глаза?  Почему мы едим?  Почему болят зубы?  Для чего нужны уши? |
| Художественная литература | К.Чуковский «Мойдодыр»  А. Барто «Девочка чумазая»  С. Прокофьев «Румяные щечки»  Н.Саксонская «Где мой пальчик?!»  Е.Пермяк « «Про нос и язык»  Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра»  С.Маршак «Почему у человека две руки и один язык» |
| Дидактические и развивающие игры | «Когда нужны эти предметы?» (мыло, мочалка, расческа и т.д.)  «Правила гигиены»« Гигиена зрения»  «Вымоем куклу»«Запомни движение» |
| Творческие игры | «Семья»,  «Больница», |
| Развлечение | Мастер класс « В гостях у тетушки Совы (Зрительные ориентиры)» |  |

**Февраль**

**Тема: «Безопасное поведение в быту»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Опасные предметы» - уточнить представления детей об источниках опасности дома, их назначении, о правилах пользования. | М.Р. Максиняева и др.  Методические рекомендации по организации работы с детьми дошкольного возраста по безопасности жизнедеятельности, М.,1999, с.8,40,43  Н.С. Голицына , Н.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007,с. 71  Н.С. Голицына  Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Средняя группа. М., 2007, с.12-18 |
| Ситуации | Что может быть если…   * играешь с ножом; * играешь с палками; * прыгаешь в ванной; * играешь со спичками |
| Общение | Не подходи к включенной плите.  Не играй с  водопроводным краном.  Не высовывайся из окна.  Не подноси к глазам острые предметы  Не играй со спичками  Не бери лекарства |
| Художественная литература | Пословицы, поговорки и загадки об источниках опасности и мерах предосторожности.  Е. Казаков « Чик-чик ножницами»  Г.К. Зайцев «Уроки Айболита»  Сборник стихов «Не мешайте мне трудиться»  С. Маршак «Пожар» |
| Дидактические и развивающие игры | «Раз, два, три, что может быть опасно – найди»  «Так и не так» |
| Творческие игры | С\р «Семья», «Больница», |
| Развлечения | «Симка спешит на помощь» |

**Март**

**Тема: «Ребенок и другие люди»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Если чужой приходит в дом» | Белая К.Ю. и др. Как обеспечить безопасность дошкольников     М.2001г., с.83, 88  Н.С. Голицына, И.М.Шумова  Воспитание основ здорового образа жизни у малышей,   М., 2007  Т.А. Шорыгина Осторожные сказки. Безопасность для малышей. М.,2003, с.36 |
| Ситуации | Что будет, если откроешь дверь незнакомому человеку. |
| Общение | Ты одна дома: незнакомый человек просит открыть дверь.  Незнакомый человек угощает тебя чем-то.  Незнакомый человек приглашает тебя прокатиться на машине. |
| Художественная литература | Р.н.с. «Кот, петух и лиса»,  «Волк и семеро козлят»  А.Толстой «Буратино»  К.Чуковский «Котауси и Мауси»  С.Маршак «Сказка о глупом мышонке». |
| Дидактические и развивающие игры | «Чрезвычайные ситуации на прогулке» |
| Творческие игры | «Семья»,  «Автобус»,  «Детский сад» |
| Развлечения | «Самый большой друг» |

**Апрель**

**Тема: «Пожарная безопасность»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Хрюша попал в беду» | К.Ю. Белая и др. Как обеспечить безопасность дошкольников, М., 2001, с.13-19  Методическое пособие по обучение детей дошкольного возраста мерам пожарной безопасности для воспитателей детских дошкольных учреждений. Видное, 1998 |
| Ситуации | О пожарной безопасности  От чего происходят пожары?  Почему детям категорически запрещается играть со спичками, зажигалками? |
| Общение | Какие беды приносят пожары?  Почему детям не разрешается включать газовую плиту?  Можно ли оставлять включенным утюг?  Спички не тронь – в спичках огонь. |
| Художественная литература | С.Маршак «Кошкин дом»,  Г.Цыферов «Жил был на свете слоненок»;  Л.Толстой «Пожарные собаки»;  К.Чуковский «Путаница»  С.Михалков «Дядя Степа» |
| Дидактические и развивающие игры | «Если возник пожар» |
| Творческие игры | «Семья», «Пожарники» |
| Развлечения | Инсценировка произведения С.Маршака «Кошкин дом» |

**Май**

**Тема: «Будем спортом заниматься»**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит» | Т.А Шорыгина «Беседы о здоровье», с.7  «Беседы о здоровье», с.4, 20 |
| Ситуации | «Кто спортом занимается»  «Наши верные друзья»  «Зачем соблюдать режим»  «Есть ли у вас велосипед? Умеете ли вы кататься на велосипеде?»  Есть ли у ролики? Умеете ли вы кататься на роликах? |
| Общение | Хочу быть здоровым  Где ты делаешь зарядку?  Любишь ли ты играть в футбол?  В какие подвижные игры ты любишь играть?  Каким видом спорта ты занимаешься? |
| Художественная литература | Загадки  Стихи о видах спорта. |
| Дидактические и развивающие игры | «Назови вид спорта»,  «Назови спорт по показу»  «На чем катаются деть?» (по загадкам) |
| Творческие игры | С\р игра «Детский сад» (проведение физкультурного занятия ) |
| Экскурсия | На стадион |
| Развлечения | Открытый урок по фитнесу. |

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ**

**Сентябрь**

**Тема: «Ребенок на улицах города»**

**Задачи. Познакомить детей с некоторыми дорожными знаками, продолжать закреплять и дополнять представления о некоторых правилах дорожного движения, воспитывать культуру поведения на улице и в транспорте.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Безопасность на дорогах» | Голицына Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей М.,2007  Скоролупова О.А. Занятия с детьми старшего дошкольного возраста по теме «Правила и безопасность дорожного движения»  Майорова Ф.С. Изучаем дорожную азбуку,  Извекова Н.А. и др.  Занятия по правилам дорожного движения, М.,2008  Столяр А. «Давайте поиграем» М, 1991,с.13  Журнал.  Ребенок в детском саду. 2007, №1, с.33 |
| Ситуации | Всем ребятам надо знать, как по улице шагать.  Если ты на улице потерялся  Для чего нужны правила дорожного движения?  Опасности зимней дороги. |
| Общение | Где нужно переходить улицу?  Для чего нужен светофор?  Зачем нужны дорожные знаки?  Зачем нужны звуковые сигналы?  Как вести себя в транспорте? |
| Художественная литература | Раскин А. «Как папа бросил мяч под автомобиль»;  Михалков С. «Моя улица», «Дядя Степа – милиционер»;  Клименко В. «Зайка – велосипедист», «Происшествия с игрушками»;  Г.Георгиев «Что я вижу в городе?»;  Загадки. |
| Дидактические и развивающие игры | «Дорожные знаки», «Улица», «Поставь знак»,  «Правила движения»,  «О чем говорит светофор?»,  «Красный и зеленый»,  «Пройдись, не ошибись». |
| Творческие игры | С\р «Уличное движение», «Автобус»,  «Нам на улице не страшно». |
| Экскурсия | По улице города |
| Развлечения | Кукольный спектакль «Незнайка на улице города»  Досуг «В стране дорожного движения» |

**Октябрь**

**Тема: «О  правильном питании»**

**Задачи.  Закреплять знания детей о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания, продолжать формировать  представления о столовом этикете.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Поговорим о еде» | Л.В.Артемова   Окружающий мир в дидактических играх дошкольников (с.78)  План – программа образовательно-воспитательной работы в детском саду  по программе «Детство» СПб, 2006, с.97  Скоролупова О.А. Тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса в ДОУ 2006г., с. 46,47,49  Журнал.  Ребенок в детском саду. 2006, №6,    2007, 1, с.45 |
| Ситуации | Помоги Федоре  Что было бы, если пропали бы все столовые приборы и посуда  Что я ем на завтрак, обед, полдник и ужин дома и в детском саду. Что полезно, а что нет? |
| Общение | Откуда хлеб на столе  Хлеб всему голова  Культура поведения за столом  Как мы делали салат.  Что мы любим кушать.  Мои любимые овощи (фрукты). |
| Художественная литература | Н.Егоров «Огородный светофор»  Ю.Тувим «Овощи» |
| Дидактические и развивающие игры | «Что лишнее?» (иллюстрации посуды,  продукты питания)  «Накрой куклам стол»  «Вырастим яблоки» (14, 83)  «Что делают из муки» |
| Творческие игры | *С\р*  «Магазин» (кондитерский, хлебный, «Овощи – фрукты,  «Осенняя ярмарка»   «Дары природы» |
| Экскурсия | В магазин |
| Развлечения | «Осень в гости к нам пришла»  «Драматизация «Осенние сестрички» | «Дошкольное воспитание» 1991, № 8, с 109;1998, №10, с.127 |

**Ноябрь**

**Тема: «Что такое здоровье»**

**Цель: Продолжать формировать у детей  навыки охраны жизни и здоровья, значения  для здоровья человека: режима дня, правильного  питания,  физического развития.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Содержание** | **Методическая литература** |
| Занятия | «Помоги Незнайке сберечь здоровье»  Беседа «Как сохранить здоровье», «Береги свои глаза» | Н.С. Голицына Ознакомление дошкольников с социальной действительностью, М., 2005, с.8  Г.К. Зайцев  Уроки Айболита СПб, ,1995  В.А. Дрязгунова Дидактические игры для ознакомления дошкольников с растениями  С.Е. Шукшина    Я и мое тело(с. 32,33)  Г.К. Зайцев Уроки Мойдодыра. СПб, 1998,1999  Т.А. Шорыгина   Беседы о здоровье. (методическое пособие) М.,2005 |
| Ситуации | Что я знаю о своем здоровье  Как правильно есть.  Самые полезные продукты.  Пора ужинать. |
| Общение | Зачем нужно питаться, дышать, двигаться, трудиться?  Что нужно человеку для жизни?  Как сделать свой сон полезным  Из чего варят кашу, и как сделать кашу вкусной. |
| Художественная литература | К. Чуковский «Доктор Айболит»  Пословицы. |
| Дидактические и развивающие игры | «Съедобное-несъедобное»  «Полезная и вредная еда»  «Подбери пару» |
| Творческие игры | С\р игры «Семья», «Больница с разными отделениями» |
| Развлечения | «Доктор Айболит» |

**Декабрь**

**Тема: «Чтобы нам не болеть»**

**Задачи.  Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, о тех профессиях, которые помогают нам сохранить здоровье.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Айболит в гостях у детей» | Н.С. Голицына, М.М. Шумова  Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, с.60  План – программа  образовательно-воспитательной работы в детском саду по программе «Детство», с.184 |
| Ситуации | Угадай настроение (по модели)  В нашем доме больной.  Первая помощь при укусе и царапине.  Определи и назови выражение глаз. |
| Общение | Как сделать самомассаж.  Как улучшить свое настроение.  Чтобы не болели уши и горло.  Правила поведения в случае заболевания.  Как уберечься от порезов и ушибов. |
| Художественная литература | Шкловский Е. «Как лечили мишку»,  «Осторожно – лекарство»,  «Как вести себя во время болезни» |
| Дидактические и развивающие игры | «Если кто-то заболел»,  «Кому что нужно?» |
| Творческие игры | С\р «Скорая помощь», «Аптека», «Стоматологическая поликлиника»  « Кабинет офтальмолога» |
| Развлечения | «День здоровья» |  |

**Январь**

**Тема: «Тело человека и личная гигиена»**

**Задачи. Продолжать закреплять знания детей о строении человека и деятельности организма и отдельных органов, о правилах ухода за ними. Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Чтобы быть здоровым»  «Как устроено наше тело» | Н.С. Голицына, М.М. Шумова   Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007,с.36  Шукшина С.Е.   Я и мое тело, М.,2004,с. 26  Голицына Н.С.   Твои возможности, человек, с. 8  Н.Н. Авдеева и др.  Безопасность  СПб,2002,  с.84 – 95 |
| Ситуации | Что было бы, если б твой скелет убежал от тебя;  Какую роль играет сердце в организме? На что похожа его работа?  Какое наше тело: хрупкое или прочное? |
| Общение | Для чего человеку необходимо сердце?  Что ты знаешь о строении своего тела?  Что будет, если долго смотреть телевизор?  Чистота и здоровье.  Моя кожа.  Зачем мы дышим? |
| Художественная литература | К.Чуковский «Мойдодыр»,  А. Барто «Девочка-чумазая», «Я расту»,  З.Александрова «Купание»,  В.Катаев «Цветик – семицветик»,  Г.Х.Андерсен «Снежная королева»,  Загадки, потешки. |
| Дидактические и развивающие игры | «Опасно-неопасно»  «Правила гигиены»  «Таня простудилась»  «Моя внешность» |
| Творческие игры | С\р «Поликлиника» |
| Экскурсия | В прачечную |
| Развлечения |  |

**Февраль**

**Тема: «Безопасное поведение в быту»**

**Задачи. Продолжать закреплять представления детей о правилах безопасного поведения в быту, об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «В мире опасных предметов» | Белая К.Ю. и др. Как обеспечить безопасность дошкольников М.2001г., с.8, 13-15  Т.А.Шорыгина Беседы об основах безопасности с детьми 5-8лет  Н.Н.Авдеева и др. Безопасность СПб, 2002,  с. 54-60 |
| Ситуации | Что будет, если встанешь на подоконник.  Почему нельзя брать нож?  Какие электроприборы вы знаете? Для чего они нужны и чем они опасны?  Ножницы, катушки – это не игрушки.  Какие предметы могут стать опасными? В каких случаях? |
| Общение | Я знаю, что можно, что нельзя.  Безопасность в нашей группе.  В мире опасных предметов  Таблетки – не конфетки.  Почему нельзя играть на кухне? |
| Художественная литература | Маршак С.Я.  «Пожар»,  Загадки.  Пословицы и поговорки. |
| Дидактические и развивающие игры | «Источники опасности»,  «Игра дело серьезное»  «Нарисуй отгадку»,  «Если возник пожар» |
| Творческие игры | *С\р*«Семья», «Детский сад», «Больница» |

**Март**

**Тема: «Ребенок и другие люди»**

**Задачи. Предостеречь детей  от контактов с незнакомыми людьми. Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни, в ситуации насильственного поведения незнакомого взрослого.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Если чужой приходит в дом» | Белая К.Ю. и др. Как обеспечить безопасность дошкольников М.2001г., с.83, 88  Т.А.Шорыгина Беседы об основах безопасности с детьми 5-8лет |
| Ситуации | Ты потерялся.  Что будет, если откроешь дверь незнакомому человеку.  Всегда ли приятная внешность означает и добрые намерения? |
| Общение | Ты одна дома: незнакомый человек просит открыть дверь.  Незнакомый человек угощает тебя чем-то.  Незнакомый человек приглашает тебя прокатиться на машине.  Как позвонить в милицию? |
| Художественная литература | Р.н.с. «Кот, петух и лиса»,  «Волк и семеро козлят»  А.Толстой «Буратино»  К.Чуковский «Котауси и Мауси»  С.Маршак «Сказка о глупом мышонке». |
| Дидактические и развивающие игры | «Похитители и находчивые ребята».  «Куда убежать, если за тобой гонятся» |
| Творческие игры | «Семья», «Транспорт», «Магазин» |
| Развлечения | «Самый большой друг» |

**Апрель**

**Тема: «Пожарная безопасность»**

**Задачи. Продолжать формировать у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара, показать предназначение огнеопасных предметов, систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Если в доме случится пожар»,  «Знай и соблюдай» | Н.А. Арамина Ознакомление дошкольников с правилами пожарной безопасности, М,2007,с.20  Методическое пособие для воспитателей по обучению детей мерам пожарной безопасности для воспитателей ДОУ, 1998  Т.А.Шорыгина Беседы о правилах пожарной безопасности  К.Ю. Белая и др.   Как обеспечить безопасность дошкольника М.2001, с.14,  О.А.Скоролупова   Тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса в ДОУ ч.II, c. 18 |
| Ситуации | Как позвонить в пожарную часть? Как быть, если начался пожар?  Спички не тронь – в спичках огонь.  Почему в лесу нельзя жечь костры  Почему неисправные электроприборы могут стать причиной пожара? |
| Общение | Почему говорят: «В одном коробке сто пожаров»?  Как поступить, если дым попадет в квартиру с лестничной клетки?  Почему дети не должны играть на кухне? |
| Художественная литература | С.Маршак  «Пожар», «Кошкин дом»;  Е.Пермяк «Как огонь воду замуж взял»;  Л.Толстой «Пожар», «Пожарные собаки»;  К.Чуковский «Путаница»;  С.Михалков «Дядя Степа»;  Е.Хоринская «Спичка-невеличка»,  Б.Житков  «Дым» |
| Дидактические и развивающие игры | «Четвертый лишний»;  «Если возник пожар»,  «Опасные соседи»,  «Кому, что нужно для работы»,  «Горит, не горит» |
| Творческие игры | С\р «Пожарная машина», «Больница» |
| Развлечения | Игра-драматизация «Кошкин дом» |

**Май**

**Тема: «Спорт для здоровья»**

**Задачи. Продолжать воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» | Н.С. Голицына, М.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей М., 2007,с.55 |
| Ситуации | Что было бы, если бы человек не занимался зарядкой, физкультурой.  Какие виды спорта вам нравятся?  Каким видом спорта хотели бы заниматься?  Чем полезен тот или иной вид спорта? |
| Общение | Кто спортом занимается.  Я катаюсь на коньках, лыжах, велосипеде.  Мой любимый вид спорта. Почему?  Каким видом спорта можно заниматься летом, зимой? |
| Художественная литература | Загадки.  З. Петрова  Стихи. |
| Дидактические и развивающие игры | «Назови вид спорта».  «Назови спорт по показу» |
| Творческие игры | Физкультурные занятия в детском саду. |
| Экскурсия | На стадион. |
| Развлечения | День спорта, открытый урок по фитнесу. |

**3.ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ В ГРУППЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 6 – 7 лет.**

**Сентябрь**

**Тема: «Ребенок на улицах города»**

**Задачи. Формирование свободного ориентирования в пределах близлежащего микрорайона к детскому саду. Закрепить знания о дорожных знаках, правилах дорожного движения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Знакомство с дорожными знаками»,  «Безопасность в городе» | Алешина Н.В. Ознакомление дош-кольников с окружа-ющим и социальной действительностью, с. 95  Скоролупова О.А. Занятия с детьми старшего дошколь-ного возраста по теме «Правила и безо-пасность дорожного движения»  Майорова Ф.С.  Изучаем дорожную азбуку,  Извекова Н.А. и др.  «Занятия по правилам дорожного движения»,  М.,2008  Горбатенко О.Ф. Комплексные занятия по разделу «Социальный мир», с.171. Конспект. |
| Ситуации | Если ты потерялся на улице.  Знаешь ли ты правила дорожного движения?  Ты вышел из автобуса, тебе нужно перейти улицу…  Как помочь слепому человеку перейти улицу?  Расскажи о сигналах светофора. |
| Общение | В каком месте нужно переходить улицу?  Какой переход называют самым безопасным? Почему?  Можно ли детям играть на проезжей части?  Какие знаки и сигналы для слабовидящих людей? |
| Художественная литература | Носов Н. «Автомобиль»,  Дорохов А. «Зеленый…Желтый…Красный!», Иванов А. «Как неразлучные друзья дороги переходили»,  Дугилов А. «Моя улица»,  Георгиев Г. «Светофор»,  Тарутин О «Для чего нам светофор»,  Кривич М. «Школа пешехода» |
| Дидактические и развивающие игры | «О чем говорит светофор»,  «Найди нужный дорожный знак», |
| Творческие игры | С\р «Уличное движение», «Автобус»,  «Нам на улице не страшно». |
| Экскурсия | По улице города. |
| Развлечения | «Правила движения всем без исключения» |

**Октябрь**

**Тема: «О правильном питании»**

**Задачи. Закрепить знания детей о пользе и вреде  продуктов питания, о культуре питания,  о столовом этикете**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Что я ем?»  «Кто готовит нам еду?» | О.Ф. Горбатенко Комплексные занятия по разделу «Социальный мир».  План-программа образовательно-воспитательной работы по программе «Детство»  О.А.Скоролупова   Тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса в ДОУ ч.II, c. 18 |
| Ситуации | Витамины и полезные продукты.  Как правильно сервировать стол.  Собери урожай |
| Общение | Откуда хлеб на столе.  Как мы делали салат.  Что ты любишь кушать.  Мои любимые овощи, фрукты. |
| Художественная литература | В.Даль «Война грибов с ягодами»  Загадки об овощах, фруктах, продуктах питания.  Г. Зайцев «Приятного аппетита»  М. Безруких «Разговор о правильном питании». |
| Дидактические и развивающие игры | «Что лишнее?» (иллюстрации посуды, продуктов питания).  «Накроем куклам стол»  «Вырастим яблоки».  «Что делают из муки?» |
| Творческие игры | *С-р* «Магазин» (кондитерский, хлебный, овощи – фрукты)  Осенняя ярмарка «Дары природы» |
| Экскурсия | В магазин |
| Развлечение  Мастер-класс | «Винегрет» |

**Ноябрь**

**Тема: «Что такое здоровье»**

**Цель:  Закрепить у детей  навыки охраны жизни и здоровья, значения для здоровья человека: режима дня, правильного питания,  физического развития.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Содержание** | **Методическая литература** |
| Занятие  Викторина | «Мы такие разные и такие похожие»  «Как сохранить свое здоровье» | Н.С. Голицына Ознакомление дошкольников с социальной действительностью, с.8  Г.К. Зайцев  Уроки Айболита  Г.К. Зайцев  Уроки Мойдодыра    В.А. Дрязгунова Дидактические игры для ознакомления дошкольников с растениями  С.Е. Шукшина  «Я и мое тело» (с. 32,33) |
| Ситуации | Что я знаю о своем здоровье.  Самые полезные продукты.  Режим питания.  Что надо есть, если хочешь быть сильным.  Если хочешь пить.  Ведь ты – человек, ты и сильный и смелый. |
| Общение | Почему мне нельзя … (есть апельсин, читать книгу с близкого расстояния … и т.д.).  Зачем нужны физкульт. Минутки?  Зачем нужна зрительная гимнастика?  Хочу быть здоровым.  Как избавиться от вредных привычек.  Как укрепить свои кости и мышцы  Зачем и как нужно закаляться? |
| Художественная литература | К. Чуковский «Доктор Айболит»  Пословицы. |
| Дидактические и развивающие игры | «Съедобное-несъедобное»  «Полезная и вредная еда»  «Подбери пару» |
| Творческие игры | С\р игры «Семья», «Больница с разными отделениями» |
| Развлечения | «Доктор Айболит» |

**Декабрь**

**Тема: «Чтобы нам не болеть»**

**Задачи. Закрепить у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, о тех профессиях, которые помогают нам сохранить здоровье.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | В гостях у доктора Айболита» | Н.С. Голицына, М.М. Шумова Воспитание основ здорового образа жизни у малышей , М.,2007  План – программа образовательно-воспитательной работы в детском саду по программе «Детство»  С-П, 2006  Н.Н.Авдеева и др.  Безопасность  СПб, 2002,с. 97 – 108 |
| Ситуации | Что я знаю о своем здоровье (что мне можно есть, а что нельзя).  Кто нас лечит?  Узнай возраст людей по картинке.  Если заболел друг ( мама, бабушка, воспитатель).  От чего можно заболеть?  Для чего нужны витамины и какие витамины вы знаете? |
| Общение | Как я должен себя беречь?  Что может случиться, если ты промочишь ноги на улице?  Мой возраст.  Мое настроение, настроение людей.  Как поднять настроение детей и взрослых.  Как помогают нам прививки |
| Художественная литература | Шкловский Е. «Как лечили мишку»,  «Осторожно – лекарство»,  «Как вести себя во время болезни» |
| Дидактические и развивающие игры | «Если кто-то заболел»,  «Кому что нужно?» |
| Творческие игры | *Театрализованная игра* «Отгадай, что я ем?» (сладкая конфета, кислый лимон, черный перец).  *С\р* «Поликлиника», «Аптека»,  «Больница» (с разными отделениями) |
| Икт  Развлечения | День здоровья  «В гости к Айболиту» | Конспект |

**Январь**

**Тема: «Тело человека и личная гигиена»**

**Задачи.  Закрепить знания детей о строении человека и деятельности организма и отдельных органов, о правилах ухода за ними. Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе, воспитывать чувство гордости, что – ты Человек.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Вот я какой» | Н.С. Голицына, М.М. Шумова «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей»,  М.,2007.  Шукшина С.Е. «Я и мое тело», 2004  Голицына Н.С. «Твои возможности, человек», с. 8 |
| Беседы | «Твои возможности, человек»  «Как сохранить здоровье»  «Чтобы лучше видеть, чтобы лучше слышать…» |
| Ситуации | Что вы знаете о мозге?  Что было бы, если бы твой скелет убежал от тебя;  Зачем человеку нос?  Как сохранить хорошее зрение? |
| Общение | Что может случиться, если ты не будешь чистить зубы?  Уход за ушами.  Забота о глазах.  Как я дышу.  Как работает мое сердце?  Уход за руками и ногами. |
| Просмотр познавательных теле-передач  Художественная литература | М/ф «Детям о глазах»( Строение глаза и охрана зрения);  М/ф « Это мое тело» (анатомия для детей)  Р. Сев  «Я сам» И. Семенова  «Как стать  Неболейкой»,  «Я – человек, ты – человек»;С. Маршак «Робин-Бобин»,«О мальчиках и девочках»;С. Михалков «Прививка», «Не спать», «Тридцать шесть и пять»;Б. Заходер «Ма-Тари-Кари»,В.Катаев «Цветик – семицветик» |
| Дидактические и развивающие игры | «Моя внешность», «Умею – не умею»,«Правила гигиены», «Определи по звуку»,«Что такое хорошо, что такое плохо» |
| Творческие игры | С\р «Поликлиника» |
| Развлечения | «Девочка чумазая» |

**Февраль**

**Тема: «Безопасное поведение в быту»**

**Задачи. Закрепить  представление детей о правилах безопасного поведения в быту, об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в дома.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «В мире опасных предметов» | Белая К.Ю. и др. Как обеспечить безопасность дошкольников М.2001г., с.8, 13-15  Т.А.Шорыгина   Беседы об основах безопасности с детьми 5-8лет  Н.Н.Авдеева и др.  Безопасность  СПб, 2002 |
| Ситуации | Можно ли самим открывать окна, балкон, выглядывать из них?  Что может быть, если ты встанешь   на подоконник?  Почему нельзя брать нож?  Ножницы, катушки – это не игрушки.  Можно ли толкать другого, если он режет, шьет? Что может  при этом случиться? |
| Общение | Я знаю, что можно, что нельзя.  Безопасность в нашей группе.  В мире опасных предметов  Таблетки – не конфетки.  Почему нельзя играть на кухне? |
| Художественная литература | Маршак С.Я.  «Пожар»,  Загадки.  Пословицы и поговорки. |
| Дидактические и развивающие игры | «Источники опасности»,  «Игра дело серьезное»  «Нарисуй отгадку»,  «Если возник пожар» |
| Творческие игры | *С\р*«Семья», «Детский сад», «Больница» |
| Развлечения | «Незнайка и опасные предметы» |

**Март**

**Тема: «Ребенок и другие люди»**

**Задачи. Продолжать предостерегать детей  от контактов с незнакомыми людьми. Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни,  на улице, в ситуации насильственного поведения незнакомого взрослого, в ситуации, когда предлагают что-либо.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Опасные ситуации контактов с незнакомыми людьми» | Белая К.Ю. и др. Как обеспечить безопасность дошкольников  М.2001г., с.83  Н.Н.Авдеева  и др.                       Безопасность  СПб 2002, с. 40 - 53 |
| Ситуации | Что будет, если откроешь дверь незнакомому человеку.  Всегда ли приятная внешность означает и добрые намерения?  Может ли красивый человек быть злым? |
| Общение | Ты одна дома: незнакомый человек просит открыть дверь.  Незнакомый человек угощает тебя чем-то.  Незнакомый человек приглашает тебя прокатиться на машине.  Кого можно считать «своим», а кого  -       «чужим»? |
| Художественная литература | Р.н.с. «Кот, петух и лиса»,  «Волк и семеро козлят»  А.Толстой «Буратино»  К.Чуковский «Котауси и Мауси»  С.Маршак «Сказка о глупом мышонке». |
| Дидактические и развивающие игры | «Похитители и находчивые ребята».  «Куда убежать, если за тобой гонятся» |
| Творческие игры | «Семья», «Транспорт»,  «Магазин». |
| Развлечения | «Кот, петух и лиса» кукольный театр |  |

**Апрель**

**Тема: «Пожарная безопасность»**

**Задачи. Закрепить у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара,  систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Знай и соблюдай»  «Чтобы не было беды» | Н.А. Аралина  Ознакомление дошкольников с правилами пожарной безопасности,  М, 2007, с.6  Т.А.Шорыгина Беседы о правилах пожарной безопасности  М.,2008  О.А.Скоролупова Тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса в ДОУ ч.II, М.,2006,c. 18  К.Ю. Белая и др.   Как обеспечить  безопасность дошкольников.  М, 2001,с. 13 |
| Ситуации | Огонь наш друг или враг?  Почему возникают лесные пожары?  Осторожно – электроприборы.  Кухня – не место для игры.  Пожар в квартире. Что надо делать? |
| Общение | Чем опасен дым?  Где нежно хранить спички, зажигалки, горючие жидкости?  Как звонить при пожаре?  Почему во время пожара нужно передвигаться нагнувшись? |
| Художественная литература | С.Маршак «Пожар», «Рассказ о неизвестном герое»;  Е.Новочихин «Спички»;  Б.Житков «Пожар», «Дым»;  О.Полякова «Я пожарный»;  П.Голосов «Сказка о заячьем теремке и опасном коробке»;  И.Холин «Как непослушная хрюшка едва не сгорела» |
| Дидактические и развивающие игры | «Опасные соседи»,  «Кому что нужно для работы»;  «Найди отличия», |
| Творческие игры | С\р «Пожарные», «Больница»  Игровой тренинг «Телефон службы спасения 01» |
| Развлечения | Игра-драматизация «Кошкин дом» |  |

**Май**

**Тема: «Спорт для здоровья»**

**Задачи. Закрепить  у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Содержание | **Методическая литература** |
| Занятия | «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» | Н.С. Голицына, М.М. Шумова   Воспитание основ здорового образа жизни у малышей М., 2007,с.55  Н.Н. Авдеева и др.  Безопасность  СПб, 2002, с. 109 |
| Ситуации | Что было бы, если бы человек не занимался зарядкой, физкультурой. |
| Общение | Кто спортом занимается.  Я катаюсь на коньках, лыжах, велосипеде.  Мой любимый вид спорта. |
| Художественная литература | Загадки.  З. Петрова  Стихи. |
| Дидактические и развивающие игры | «Назови вид спорта».  «Назови спорт по показу» |
| Творческие игры | Физкультурные занятия в детском саду. |
| Экскурсия | На стадион «Заречье» |
| Развлечения | День спорта  Открытое занятие по фитнесу |  |

**III.Организационный раздел.**

**1.Взаимодействие с семьей:**

* совместная физкультурно-досуговая деятельность,
* наглядная агитация по вопросам физического воспитания (стенды, памятки, газеты, выставки),
* организация совместного активного отдыха (семейные игры)
* оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной активности, соблюдения зрительного режима дома, посещение родителями режимных моментов,
* обогащение литературы по здоровому образу жизни,
* анкетирование,
* вовлечение родителей в образовательный процесс.

**2.Расписание организованной образовательной деятельности.**

Программа предназначена для детей 4-7 лет и рассчитана на 3 года обучения.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 25 минут.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ НЕДЕЛИ** | **ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ** | **ПЕДАГОГИ** |
| **Вторник**  **Среда** | 15.30 – 15.55  15.30 – 16.55 | Лебедева О.В.,  Васенина С.А.,  КорсаковаЕ.А. |

**3.Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов**

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

Мониторинг проводится 2 раза в год — стартовый и итоговый, путём бесед, анализа продуктов детской деятельности, наблюдений за дошкольниками.

Система мониторинга позволяет оперативно выделять детей с проблемами в развитии, планировать индивидуальную работу.

**Механизм оценки получаемых результатов**

**Критерии и показатели оценки эффективности образовательной программы**

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

**4.Методическое обеспечение.**

1. Авдеева Н.Н. и др. Безопасность СПб, 2002
2. Алешина Н.В. Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью
3. Алямовская В.Г. Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания. Н.Новгород, 1999.
4. Алямовская В.Г. Психолого-педагогический мониторинг как метод управления процессом оптимизации оздоровительной деятельности в дошкольных образовательных учреждениях // Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации. М., 2001.
5. Алямовская В.Т. Организация питания в детском саду. М., 1995.
6. Арамина Н.А. Ознакомление дошкольников с правилами пожарной безопасности, М, 2007
7. Артемова Л.В. Окружающий мир в дидактических играх дошкольников М, 1992
8. Баль Л.В., В.В. Ветрова Букварь здоровья. Учебное пособие для школьного возраста М.: ЭКСМО, 1995
9. Белая К.Ю. и др. Как обеспечить безопасность дошкольников, М., 2001
10. Белая К.Ю. и др. Ребенок за столом - методическое пособие по формированию культурно-гигиенических навыков. М.: ТЦ Сфера, 2007
11. Волчкова В.Н., Н.В.Степанова. Развитие детей старшего дошкольного возраста. Воронеж,2001
12. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. -М. ТЦ Сфера, 2007
13. Голицына Н.С. Ознакомление дошкольников с социальной действительностью, М.,2005
14. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении подготовительная к школе группа. М., 2007
15. Голицына Н.С. Твои возможности, человек
16. Голицына Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007
17. Горбатенко О.Ф. Комплексные занятия по разделу «Социальный мир».
18. Григорьева Г.В. Особенности формирования и развития средств общения у дошкольников с нарушением зрения // Дефектология. 1996, №4. С.84-89.
19. Дошкольное образование в России. Сборник нормативных документов. М., 1996.
20. Дрязгунова В.А. Дидактические игры для ознакомления дошкольников с растениями. Дружинина Л.И. Коррекционная работа в детском саду для детей с нарушением зрения: Учебное пособие. - М.: Экзамен, 2006.
21. Дурейко Л.И. Природа и здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей, подготовительный класс, Минск «Тесей» 1999
22. Зайцев Г.К. Уроки Айболита СПб, ,1995
23. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. СПб.,1997, с.
24. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века -М. АРКТИ,2000
25. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы, пути оптимизации. Материалы Всероссийского совещания.-М.: ГНОМ, 2001.
26. Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М.: Медицина, 1989
27. Извекова Н.А. и др. Занятия по правилам дорожного движения, М.,2008
28. Козлова С.А., О.А.Князева, С.Е.Шукшина  Программа «Я – человек», 1999
29. Майорова Ф.С. Изучаем дорожную азбуку,
30. Макиняева М.Р. и др. Методические рекомендации по организации работы с детьми дошкольного возраста по безопасности жизнедеятельности. М.,1999,с.12,76
31. Методическое пособие для воспитателей по обучению детей мерам пожарной безопасности для воспитателей ДОУ, 1998
32. Насонкина С.А. Уроки этикета – СПб.: Изд-во Акцидент, 1995
33. Петерина С.В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста,
34. План-программа образовательно-воспитательной работы по программе «Детство»
35. Скоролупова О.А. Занятия с детьми старшего дошкольного возраста по теме «Правила и безопасность дорожного движения»
36. Скоролупова О.А. Тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса в ДОУ ч. II, c. 18
37. Столяр А. «Давайте поиграем» М, 1991,
38. Хромцова Т.Г. Воспитание безопасного поведения в быту детей дошкольного возраста  М.,2005
39. Шелегин Н.Н. Книга про то, как уберечь себя и других от разных неприятностей и быть всегда здоровым и сильным. Учебное пособие для учащихся начальной школы. Новосибирск, Изд-во Новосиб. Ун-та, 1997г
40. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие. М., 2005
41. Шорыгина Т.А. Беседы о правилах пожарной безопасности – М.: ТЦ Сфера, 2008
42. Шорыгина Т.А. Осторожные сказки. Безопасность для малышей. М.,2003
43. Щипицына Л.М. и др. Азбука общения. СПб . 1998

**5.ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Диагностика сформированности основ здорового образа жизни у детей.**

Критериями сформированных представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни и валеологической культуре являются:

- наличие знаний о влиянии гигиены на здоровье человека, которые соответствуют истинным медицинским знаниям;

- отношение к своему здоровью, выражающееся в желании вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой, спортом; помогать товарищам, близким и другим людям в виде выражения внимания, сочувствия, нравственного поступка;

- применение полученных знаний о здоровье, культуре спорта, нравственных поступках в жизни.

- соблюдение правил поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

С учетом этого сформированность валеологической культуры старших дошкольников может характеризоваться следующими уровнями и их показателями:

**Высокий** - ребенок быстро, четко, по существу отвечает на заданные вопросы, называет важные процедуры, мероприятия, способствующие здоровью человека;

**Средний** - ответ не полон, имеется ограниченность представлений о необходимости гигиены в жизни каждого человека, о нравственных поступках;

**Низкий** - ребенок практически не понимает для чего необходимо вести здоровый образ жизни, фантазирует, придумывает;

**Нулевой**, отсутствие представлений - молчание, обусловленное незнанием.