Согласовано:
на заседании совета педагогов
протокол № 4
от 30.09.2019г.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ ЦРР
д\с № 78 «Алые паруса»
Пилипенко И.В.

Дополнительная образовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Валеология» для воспитанников подготовительных групп муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения центра развития ребенка-детского сада № 78 «Алые паруса» города Ставрополя на 2019-2020 учебный год

г. Ставрополь, 2019 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

Наименование	Стр.
1. Целевой раздел	3 - 8
1.1. Пояснительная записка	3-4
1.2. Нормативные документы	4-5
1.3. Цели и задачи рабочей программы. Срок реализации	5
1.4. Принципы и подходы в организации рабочей программы	5-6
1.5. Педагогический мониторинг освоения воспитанниками программного материала.	6
1.6. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики (Возрастные особенности воспитанников 6-7 лет).	6-7
1.7. Планируемые результаты освоения Программы	7-8
2. Содержательный раздел	8-12
2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми дополнительной программы по валеологии	8
2.2. Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Валеология»	9
2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников (Перспективный план работы по валеологии и совместных мероприятий с родителями)	9-12
3. Организационный раздел	12-21
3. 1.Организация режима проведения кружковой работы	12
3.2. Организованная образовательная деятельность с детьми.	12-13
3.3. Комплексно-тематическое планирование. Перспективное планирование по валеологии подготовительная группа на 2019-2020 учебный год.	13-16
3.4.Культурно-досуговая деятельность	16-18
3.5.Организация предметно-развивающей среды	18-21
3.6. Программно-методическое обеспечение	21

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа кружка по валеологии разработана на основе региональной программы для дошкольных образовательных учреждений г. Ставрополя по *формированию валеологической культуры у детей 6-7 лет* «Планета детства»/ Т.Н. Таранова. Л.И. Грехова, Ставрополь, СГУ, 1996 год;

Рабочая программа включает в себя не только знания о себе самом и своем организме, но и рассматривает вопросы из истории медицины, традиционных и нетрадиционных способов оздоровления, влияние окружающей среды на уровень здоровья человека.

Программа подразумевает тесное переплетение практики и теории, подтверждение теоретических знаний практическими заданиями, упражнениями, опытами.

Рабочая программа кружка рассчитана для детей 6-7 лет и направлена на формирование у дошкольников представлений о здоровье, умений и навыков здорового образа жизни и установок на заботу о своем здоровье, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

Цель программы:

Повышение уровня валеологической образованности, формирование потребности к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.

В связи с этим выдвигаются следующие ***задачи:***

- Формировать у ребенка целостное представление об окружающем мире и зависимости собственного здоровья от благополучия окружающей среды.
- Учить объективно оценивать положительные и отрицательные явления нашей жизни, помогающие в укреплении и сохранении здоровья, воспитывать интерес к накоплению положительного опыта в оздоровлении.
- Стимулировать интерес к активной двигательной деятельности, занятиям спортом и физическими упражнениями.

Принципы построения программы

- - Доступность предлагаемого материала.
- - Не насыщение объемом информации, а стимулирование познавательных процессов. - Комфортность в общении с педагогом.
- - Творческое содружество детей и педагога в нахождении ответов на вопросы.
- - Постепенность и последовательность.
- - Познание через игру.

Целевые ориентиры освоения программы

- - Знают о строении тела человека, о работе некоторых внутренних органов, об особенностях ухода за телом, правила правильного питания.
- - Называют части тела человека, полезные продукты, правила личной гигиены, приема пищи, о поведении на улице, в транспорте, дома, в лесу.
- - Умеют выполнять упражнения для формирования осанки
- - Имеют представления о здоровом образе жизни, закаливающих процедурах.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, но материал, предлагаемый детям, можно использовать в любом из режимных моментов деятельности ДОУ, начиная с утреннего приема детей (беседы) и проведение утренней гимнастики, включая и сон (гигиена сна), и прием пищи. Во время разнообразной двигательной деятельности, дети овладевают не только основами культурно-гигиеническими навыками, элементами самоконтроля над своим организмом, но и умениями и навыками правильно вести себя в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни, сознательно избегать и даже предупреждать их.

Материал программы:

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).

3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).

4. Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию ребенка.

5. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра).

9. Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития и образования детей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Содержит три основных блока:

- Блок работы с детьми направленный на решение задач валеологического воспитания во всех видах детской деятельности;
- Блок работы с семьей;
- Блок по созданию валеологически развивающей среды в группе.

Особенности программы:

- Рассматривается под оздоровительным аспектом.
- Акцент оздоровительной работы делается на освоении ЗСТ.
- Занятия построены с учетом возрастных критериев.
- Использование малых форм народного фольклора.
- Проводится в тесном сотрудничестве с семьями воспитанников.

1.2. Нормативные документы.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Конституция РФ, ст.43, 72.
2. Конвенция о правах ребенка (1989г.)
3. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. «Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-

эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

7. Положение о рабочей программе педагога МБДОУ ЦРР детский сад № 78 «Алые паруса».

1.3. Цели и задачи рабочей программы:

Цель: формирование у дошкольников представлений о здоровье, умений и навыков здорового образа жизни и установок на заботу о своем здоровье;
повышение физической подготовленности детей, уровня здоровья при одновременном развитии их умственных способностей.

Задачи:

1. Помочь детям овладеть основами гигиенической и двигательной культуры.
2. Формировать у детей адекватные представления об организме человека. Помочь ребёнку создать целостное представление о своём теле.
3. Обучать детей уходу за своим телом, навыками оказания первой элементарной помощи.
4. Развивать представление о том, что полезно, а что вредно для организма.
5. Формировать привычку ежедневных физических упражнений.
6. Изучать причины возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них, соблюдение мер безопасности.
7. Выработать у детей осознанное отношение к своему здоровью, умение определить свое состояние и ощущение.
8. Формировать потребность в физическом и нравственном совершенствовании, в здоровом образе жизни.
9. Профилактика и устранения вредных привычек.
10. Осуществление валеологического мониторинга.

Познавательный цикл реализует следующие задачи:

- Ознакомление детей с важнейшими анатома-физиологическими понятиями (строение тела человека, первоначальные представления о строении и функциях органов);
- Развитие умения обосновывать и соблюдать правила гигиены;
- Развитие умения сознательно вырабатывать полезные привычки правильного поведения;
- Обучение детей правильному поведению в экстренной ситуации, умению избегать опасных положений;
- Развитие творческого, критического и эвристического мышления, вариативных представлений о поведении человека в различных ситуациях;
- Развитие интеллектуальных способностей по переносу знаний на конкретные ситуации жизни человека;
- Постоянное внимание к речевой культуре через проблемные, обобщающие вопросы и другие задания, ориентированные на самостоятельность суждений и действий;
- Развитие любознательности, познавательных интересов, творческих способностей, умения сравнивать и обобщать;
- Усвоение системы культурно –гигиенических знаний об организме человека и ЗСТ.
- Содействие становлению форм естественного поведения – соблюдение правил личной и общественной гигиены в повседневной жизни детей.

Срок реализации программы – 1 год:

- занятия с детьми проходят с сентября месяца по май, 1раз в неделю
- время проведения –25 - 30 минут
- в месяц – 4 занятия – 2 часа
- возраст 6-7 лет.

1.4. Принципы и подходы к формированию Программы.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип повторения умений и навыков — один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

Принцип успешности заключается в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.

Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества (игровые технологии, работа в парах, подгруппе, индивидуально, организация исследовательской деятельности и др.).

Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

Принцип взаимодействия детского сада и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Принципы взаимодействия с детьми:

- Сам ребенок – молодец, у него - все получается, возникающие трудности – преодолимы;
- Постоянное поощрение всех усилий ребенка, его стремление узнать что-то новое и научиться новому;
- Исключение отрицательной оценки ребенка и результатов его действий;
- Сравнение всех результатов ребенка только с его собственными, а не с результатами других детей;
- Каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

1.5. Педагогический мониторинг освоения воспитанниками программного материала

(см. приложение 1).

Диагностика валеологической культуры ребенка помогает выявить осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни человека, решение задач, связанных с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья, оказанием элементарной медицинской, психологической помощи и самопомощи.

В работе используются такие методы педагогической диагностики как наблюдение, беседа, анкетирование, анализ продуктивной деятельности, вопросы к детям и др.

Показателями эффективности работы по валеологическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста будет наличие у детей:

- знание правил гигиены и ухода за своим телом;
- знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
- знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
- знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.

1.6. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики:

Содержание Программы учитывает **возрастные и индивидуальные особенности контингента детей 6-7 лет:**

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные *движения*, которые требуют гибкости, упругости, силы.

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет *культурно-гигиеническими навыками* и понимает их необходимость.

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению. На фоне общего физического развития совершенствуется нервная система ребенка: улучшаются подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов. Однако дети все еще быстро устают, при перегрузках возникает охранительное торможение. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков, им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, но их сила и выносливость пока еще невелики. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр. Дошкольники активно приобщаются к здоровому образу жизни. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видам, пользоваться носовым платком, быть опрятным и аккуратным. Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении.

В сюжетно-ролевых играх дети седьмого года жизни начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации. Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству, менять свое поведение в зависимости от места в нем. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков. Развивается образное мышление. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов. Продолжает развиваться внимание, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У детей продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т. д. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развивается диалогическая и некоторые виды монологической речи. В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры и освоением формы позитивного общения с людьми.

1.7. Планируемые результаты освоения Программы.

Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении.

К концу года ребенок знает и имеет представление:

- о важности занятий гимнастикой и физкультурой;
- о пользе закаливания;
- о ценности своего здоровья;
- об основных функциях организма;
- об основных витаминах в продуктах питания;
- о некоторых внешних признаках здоровья и болезни, о путях передачи инфекций;
- о первой помощи при травме;

- о необходимости обращаться ко взрослым в трудных ситуациях и несчастных случаях;
- о правилах ухода за зубами;

Ребенок умеет:

- выбирать полезные продукты, богатые витаминами;
- проводить закаливающие процедуры;
- правильно пользоваться личными вещами;
- вовремя и правильно мыть руки;
- пользоваться телефоном при вызове скорой помощи, милиции, пожарной машины;
- оказывать первую медицинскую помощь.

2. Содержательный раздел.

2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми дополнительной программы по валеологии: (*самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание, культурно-гигиенические навыки, физическая культура).*

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.
- Формировать представления об активном отдыхе.
- Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.
- Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Воспитанники освоят:

- привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользоваться индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой;
- умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом; обращаться с просьбой, благодарить;
- умение следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять непорядок в своем внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, прическе.
- умение самостоятельно и быстро одеваться и раздеваться, складывать в шкаф одежду, ставить на место обувь, сушить при необходимости мокрые вещи, ухаживать за обувью (мыть, протирать, чистить).
- умение самостоятельно, быстро и аккуратно убирать за собой постель после сна;
- умение самостоятельно и своевременно готовить материалы и пособия к занятию, без напоминания убирать свое рабочее место.
- технику самоконтроля, интерес и любовь к спорту;
- разностороннее развитие личности: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

2.2. Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Валеология»

- Д/И, игровые упражнения по валеологической направленности;
- Корригирующая, ритмическая, логоритмическая гимнастики;
- Динамические и оздоровительные паузы;
- Релаксационные упражнения;
- Хороводы, различные виды игр;
- Занимательные разминки;
- Различные виды массажа;
- Пальчиковая гимнастика;
- Дыхательная гимнастика;
- Развлечения, ОБЖ в направлении «Валеология»(лечебные лекарственные растения, полезные и ядовитые грибы и т.д.).
- минутка здоровья;
- чтение художественных произведений по валеологическому направлению;
- сюжетно-ролевые игры;
- простейшие опыты;
- самостоятельное наблюдение;
- индивидуальным занятиям в уголках здоровья.
- закаливание,
- физическая культура,
- рациональное и полноценное питание,
- личная гигиена,
- использование народных средств,
- активный труд,
- рациональный отдых,
- прогулки на свежем воздухе.
- Самомассаж (дорожки здоровья, массажные варежки), массаж (мячики - ежики).

Также в валеологическом уголке находится информация по уходу за зубами: алгоритмы чистки зубов, полезная пища для зубов, дидактические игры, к примеру «Зуб – неболей-ка».

- Игры-пазлы
- Тематические словари:
  - гигиена и здоровье,
  - я и моя безопасность,
  - я и мое тело.
- Дидактические карточки:
  - Азбука здоровья,
  - Как устроен человек.
- Картотеки валеологических игр.

2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников.

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. В своей работе учитываем такие факторы, как условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважаем и признаем способности и достижения родителей (законных представителей) в деле воспитания и развития их детей.

Самая лучшая валеологическая программа не сможет дать положительных результатов, если её задачи не решаются совместно с семьёй, если в ДОУ не создано сообщество «дети – родители – педагоги».

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования взаимоотношений с семьями воспитанников по направлению «Валеология».

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- Установление доверительно-делового контакта с родителями;
- Повышение педагогической культуры родителей в оласти приобщения к ЗОЖ.
- Пропаганда ЗОЖ;
- Изучение, внедрение, распространение передового опыта семейного воспитания в вопросах сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

Взаимодействие родителей и ДОУ в направлении сбережения здоровья ребенка состоит в конструировании природо- и культуросообразной модели поведения, в готовности родителей принимать помощь и поддержку от специалистов ДОУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка, их активном участии в создании культурных традиций детского сада (совместные спортивные праздники, развлечения, конкурсы, соревнования, занятия и гимнастики в парах и т.д.). Такое взаимодействие гарантирует успешность развития у детей ценностного отношения к своему здоровью, привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);

Направления работы с родителями:

- Проведение анкетирования, опрос, мониторингов по вопросам сохранения и укрепления здоровья в условиях семьи.
- Мастер-классы,
- КВН,
- Круглые столы и т.д.
- Дни здоровья,
- Вечера развлечения,
- Спортивные праздники, турпоходы и т.д.

В продолжение работы над данной темой будет осуществляться формирование у детей правильной позиции по отношению к своему здоровью, развитием потребности в здоровом образе жизни (которая формируется при соблюдении ряда специфических условий, одним из которых является пример родителей, а именно их отношение к здоровью), развитие у детей знаний и представлений о себе, своем здоровье, физической культуре безопасности жизнедеятельности, способах укрепления и сохранения здоровья, по-прежнему активно привлекая семьи воспитанников.

Программа родительского образования разрабатывается и реализуется исходя из следующих принципов:

- целенаправленности — ориентации на цели и приоритетные задачи образования родителей;
- адресности — учета образовательных потребностей родителей;
- доступности — учета возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал;

Перспективный план работы по валеологии и совместных мероприятий с родителями в подготовительной группе № 10

СЕНТЯБРЬ	❖ Фотовыставка «Ставрополь, город здоровья!». ❖ Фотовыставки «Выходной день с семьей», « Всей семьей отдыхаем на море».
ОКТЯБРЬ	❖ Выставка детских работ «Осень классная-безопасная». ❖ Конкурс эмблем «Ребенок и безопасность» ❖ Спортивный праздник «В здоровом теле – здоровый дух»
НОЯБРЬ	❖ Индивидуальные беседы на темы оздоровления организма детей и родителей. ❖ Родительское собрание «Здоровая семья-здоровые дети» ❖ КВН «В здоровом теле-здоровый дух»

	❖ Вечер-развлечения «Час скакалки» (уличные игры детей со скакалкой)
ДЕКАБРЬ	❖ Творческий конкурс «День футбола». ❖ Выставка книг «Кладовая здоровья» ❖ Зимнее развлечение «Игры – забавы на улице».
ЯНВАРЬ	❖ Недельная компания «Место встречи-наша горка» ❖ Спортивный досуг «В здоровом теле-здоровый дух». ❖ Фотовыставка «Выходной день вместе».
ФЕВРАЛЬ	❖ Спортивное развлечение «Богатырская сила наша!» ❖ Родительское собрание «Играем всей семьей» ❖ Вечер творческих игр.
МАРТ	❖ Вечер стихов о здоровье, спорте, безопасности. ❖ Творческий конкурс среди родителей «Гирлядна здоровья в интерьере ДОУ» ❖ Оформление памяток-буклетов: «Хочу быть здоровым», «Основные правила семейного воспитания», «Я и мое здоровье».
АПРЕЛЬ	❖ Развлечение «Всемирный день здоровья». Викторина «Воспитание осторожного пешехода». ❖ Выставка коллажей «Кто хочет стать здоровым» ❖ День Земли. Спортивно-интеллектуальный досуг детей и родителей. ❖ Спортивный праздник «Ловкие и смелые, сильные, умелые».
МАЙ	❖ Спортивный праздник ко Дню семьи «Папа, Мама, я – спортивная семья» ❖ «Квест- игра по ЗОЖ»

Здоровье ребенка во многом зависит от обстановки, которая окружает его дома. Доброжелательные семейные отношения определяют его эмоциональное состояние, его психическое здоровье. Положительный результат оздоровительной работы возможен только при поддержке родителей.

Темы консультаций для родителей:

Сентябрь	- «Режим дня дошкольника»; - «Научите ребенка правильно дышать»; - «Закаливание в саду и дома».
Октябрь	- «Профилактика простудных заболеваний через закаливание организма»; - «Здоровье и здоровый образ жизни»;
Ноябрь	- «Физическое воспитание ребенка в семье»; - «Прогулки – это важно»; - Иммунитет;
Декабрь	- «Закаливание детей дошкольного возраста». - «Поливитамины для детей»; - «Арттерапия», «Что должно входить в состав домашней аптечки?».
Январь	- «Здоровье начинается со стопы»; - «Питание в детском саду»; - «Профилактика простудных заболеваний через закаливание организма»;
Февраль	- «Здоровье каждого человека - это его богатство»; - «Арттерапия»; - «Компьютерные игры: вред и польза», «Здоровье и здоровый образ жизни»; «Физическое воспитание ребенка в семье»;
Март	- Мини-лекция + практическая работа «Здоровьесберегающее пространство детского сада и дома»; - «Физическое воспитание ребенка в семье»; «Прогулки – это важно»;
Апрель	- «Что должно входить в состав домашней аптечки?» - Статья «Ребенок и телевизор - держите дистанцию!»; - «Поливитамины для детей», «Здоровье начинается со стопы».

Май	- Пословицы о правильном питании, режиме, бережном отношении к организму. Загадки о витаминах, полезных продуктах, органах человека. - «Здоровье каждого человека - это его богатство»; Статья «Ребенок и телевизор - держите дистанцию!».

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1. Организация режима проведения кружковой работы по валеологии.

Кружковая деятельность проводится каждый четверг в 15.40.

3.2. Организованная образовательная деятельность с детьми строится с учетом следующих методических требований:

1.Структура занятий:

- Организационный момент
- Гимнастика
- Дидактическая игра или игра-беседа на повторение изученного ранее
- Познавательный блок
- Сообщение нового материала через игру-беседу или самостоятельные выводы детей на основе наблюдения, опыта и т. п.
- Дидактическая или подвижная игра на закрепление
- Релаксация под музыку

2. Выполнение санитарно-гигиенических требований:

- Занятия проводятся в хорошо проветренном, чистом помещении
- Уровень освещения соответствует санитарно-гигиеническим требованиям
- Дети должны быть одеты в удобную одежду, которая не стесняет их движения
- Занятия проводятся не раньше, чем через 30 минут после еды и не позднее, чем за 1 час до еды
- Музыка для релаксации должна быть не громкой
- Подбор упражнений должен соответствовать возрастным особенностям детей
- Контроль условий пребывания ребенка в ДОУ осуществляется мед. работниками.

3. Учет психофизиологических и эмоционально-личностных особенностей детей:

- Соответствие уровня материала познавательным возможностям и интересам детей данного возраста;
- Соответствие упражнений двигательным возможностям детей;
- Учет индивидуальных особенностей ребенка (темперамент, анамнез, эмоциональное состояние и др.);
- Учет социального анамнеза и опыта ребенка, тактичное упоминание о любых фактах жизни ребенка;
- Учет индивидуальных особенностей познавательной сферы каждого ребенка (уровень внимания, памяти, мышления и др.) и уровня его работоспособности;
- Особое внимание уделяется детям “группы риска” (ППЦНС, дети, родившиеся при помощи кесарева сечения, дети, перенесшие травмы, соматически ослабленные и т. п.);
- Единство требований всех членов педагогического коллектива группы (ДОУ) по отношению к каждому конкретному ребенку с учетом всех выше названных особенностей детей.

Для выполнения поставленных оздоровительно-воспитательных задач программы предусмотрено освоение следующих здоровьесберегающих технологий:

- Корригирующая, ритмическая, логоритмическая гимнастики
- Динамические и оздоровительные паузы
- Релаксационные упражнения
- Хороводы, различные виды игр
- Занимательные разминки
- Различные виды массажа
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика

3.3. Комплексно-тематическое планирование

Программа состоит из следующих разделов:

«С чего все начиналось?» Развитие человека, история его появления. Древнейшие движения человека, как он учился их выполнять. Влияние природных факторов: солнца, воздуха, воды на укрепление здоровья человека. Основа построения человеческого тела: скелет, мышцы, позвоночник. Мозг — центральный пункт управления всем организмом.

«Человек и окружающий его мир». Органы, помогающие нам в знакомстве с окружающим миром: глаза, уши, нос, рот. Кожа и ее свойства. Правила ухода и сохранения здоровья органов познания.

«Жильцы внутреннего мира «человеческого домика». Внутренние органы человека: как они помогают человеку, за какую работу отвечают и как взаимодействуют друг с другом. Правила сохранения здоровья внутренних органов.

«Жизнь в мире с природой». Умение использовать природные факторы для закаливания и укрепления здоровья. Правила поведения при выходе на природу. Лекарственные травы и растения. Влияние положительных эмоций на здоровье человека.

«Как и чем мы питаемся?». Раскрытие понятия «правильное питание» и влияние различных продуктов на здоровье человека. Натуральные продукты, витамины, их влияние на организм.

«Опасности, которые нас подстерегают». Знакомство с правилами поведения на улице, в транспорте, дома, в ситуациях, угрожающих здоровью, и умение предупреждать их.

Перспективное планирование кружковой деятельности по валеологии в подготовительной группе на общеразвивающей направленности 2019-2020 учебный год

Сентябрь

Задачи обучения и воспитания

1. Содействовать формированию у детей сознания об уникальности человека, его личности в мире природы. Дать детям понятие о том, кого считают предками современного человека.
2. Дать детям понятие об организме человека и взаимодействии организма человека с внешней средой.
3. Познакомить детей с понятием «костно-мышечный аппарат — основа тела человека». Как укрепить его.

Занятие 1. «Основное правило здоровья — быть в единстве с природой». Пословицы и поговорки о здоровье. Помощники в укреплении здоровья.

Занятие 2. «Организм как единое целое». Системы организма. Их функции в организме.

Занятие 3. «Маленькая страна внутри меня». Клетка: как она выглядит, из чего состоит и как включается в единый механизм работающего организма?

Занятие 4. «Опорно-двигательная система». Самая большая и самая маленькая кости нашего организма.

Октябрь

Задачи обучения и воспитания

1. Формирование правильной осанки. Что входит в это понятие? Познакомить с разновидностями упражнений, которые сохраняют подвижность позвоночника.
2. Мышечная система. Познакомить со строением мышц и их разновидностью. Как работают наши мышцы?
3. Познакомить детей с основными функциями головного мозга.
4. Дать детям представление о нервной системе и ее возможностях.

Занятие 5. «Мышцы». Что такое мышцы? Для чего они служат?

Занятие 6. Практическая работа. Упражнения для формирования осанки. Условия и правила выполнения упражнений для формирования правильной осанки.

Занятие 7. «Кто живет в моей голове?» Где находится и как работает мозг?

Занятие 8. «Нервы». Что такое нервная система? Как устроен нерв? Как передается нервный импульс?

Ноябрь

Задачи обучения и воспитания

1. Дать детям представление о том, как устроены наши органы чувств, как они работают, как наш нос чувствует запах, а язык — вкус.
2. Профилактика заболеваний глаз и ушей. Как уберечь их от травм и повреждений.
3. Познакомить с органами дыхания.
4. Познакомить с элементами дыхательной гимнастики, правилами выполнения ее на прогулке.

Занятие 9. «Самый сладкий». Значение сна для здоровья и работоспособности человека. Основные правила гигиены сна. Кто такие лунатики? Что такое бессонница? Когда она приходит?

Занятие 10. «Органы чувств человека». Глаз — кинокамера внутри меня. Строение глаза. Как двигаются глаза. Откуда появляются слезы.

Занятие 11. «Уши». Восприятие звука. Какие звуки мы слышим? Орган равновесия — для чего он нужен? Что такое глухота?

Занятие 12. «Наш вездесущий нос». Как устроен нос? Рецепторы запаха. Как мы различаем запахи? Ароматы-целители. Как воздух проникает внутрь организма? Движение воздуха во время выполнения физических упражнений.

Декабрь

Задачи обучения и воспитания

1. Познакомить детей с функционированием органов кровообращения, формировать у ребенка интерес к познанию себя.
2. Познакомить со значением крови и лимфы.
3. Познакомить детей с великим «тружеником» сердцем, объяснить значение сосудов в организме.
4. Познакомить со строением и разновидностями кровяных клеточек, их функциями и значением в поддержании состава крови.

Занятие 13. «Кровь». Состав крови.

Занятие 14. «Кровеносные сосуды». Артерии и вены — их значение в организме человека. Как они устроены.

Занятие 15. «Сердце — вечный двигатель нашего организма». Как выглядит сердце? Звуки сердца.

Занятие 16. Как взаимодействуют кровеносная и дыхательная системы организма? Как работает сердце во время выполнения физических упражнений.

Январь

Задачи обучения и воспитания

1. Формировать у детей понятие и представление о строении тела человека, органов пищеварения, назначении органов выделительной системы.
2. Продолжать учить правилам личной гигиены, культуре приема пищи.
3. Выяснить у детей, что они знают об овощах, фруктах. Закрепить знания о том, что «лекарство» для здоровья — витамины в сырых овощах, фруктах, соках.

Занятие 17. «Система пищеварения». Путешествие пищи по-нашему организму. «Станции следования». Рот и ротовая полость.

Занятие 18. «Желудок и печень». Где они находятся и как работают? Как устроен желудок?

Занятие 19. «Кишечник». Где он находится? Какова его длина? Как пища проходит по кишечнику? Что такое аппендицит?

Занятие 20. «Выведение отходов». Как устроена почка? Как работает мочевой пузырь? Что такое искусственная почка.

Февраль

Задачи обучения и воспитания

1. Познакомить с правилами приема пищи и последовательностью приема блюд.
2. Рассказать об особенностях влияния на здоровье человека натуральных продуктов.
3. Раскрыть необходимость борьбы с микробами через дружбу с мылом и водой.
4. Познакомить детей с особенностями строения кожи, ногтей, волос. Особенностями ухода за телом. Познакомить с историей возникновения бань.

Занятие 21. «Питание — главное природное лекарство». Понятие о правильном питании. Мое любимое блюдо. Что такое аппетит? Правильная последовательность приема блюд во время завтрака, обеда и ужина. Культура поведения за столом.

Занятие 22. «Болезни грязных рук». Чем опасны грязные руки? Вредные квартиранты. Отчего болит живот? Уроки Мойдодыра.

Занятие 23. «Натуральные продукты — самые полезные для здоровья человека». Овощи, фрукты, мед, молоко, мясо, соки — что они дают нашему организму? Что такое витамины? Соль и сахар в питании человека. Напиток бодрости и здоровья — чай.

Занятие 24. «Природный скафандр». Кожа — ее удивительные свойства, помощница в познании окружающего мира. Почему у людей кожа разного цвета? Откуда берутся веснушки? «Волшебные точки» — где они находятся.

Занятие 25. «Гигиена кожи». Строение кожи. Правила ухода за кожей. Бани, их значение и разновидности. Наши прекрасные волосы, почему они растут? Что нужно делать, чтобы волосы были красивыми?

Март

Задачи обучения и воспитания

1. Раскрыть значение природных факторов (солнце, воздух, вода) в закаливании и укреплении здоровья.
2. Сформировать у детей представление о закаливании воздухом водой.
3. Познакомить с правилами поведения на водоемах.

Занятие 26. «Микробы — враги организма». Защита организма от микробов и вредных воздействий окружающей среды. Средства, повышающие защитные свойства: чеснок, лук, мед, корень солодки, закаливание, физические упражнения. Что такое инфекция? Как защищаться от нее?

Занятие 27. «Природные факторы здоровья». Солнце — источник жизни. Правила приема солнечных ванн. Что делать, если случилась беда?

Занятие 28. «Свежий воздух — лучше любого лекарства». Есть ли жизнь на Марсе? Почему есть жизнь на Земле? Как правильно дышать? Можно ли закаливаться воздухом?

Занятие 29. «Вода — для хвори беда». Основные правила закаливания. Кто такие «моржи»? Меры предосторожности при купании в бассейне и открытых водоемах. Первая помощь при травмах и происшествиях на «Мы — туристы». Что такое туризм? Чем он полезен для организма человека? Каким бывает туризм? Требования к одежде, снаряжению. Как вести себя в походе?

Апрель

Задачи обучения и воспитания

1. Создать у ребенка представление о единении человека с природой.
2. Содействовать формированию у детей сознания об уникальности человека, его личности в мире природы.
3. Познакомить с правилами поведения на улице, в транспорте, дома, в парке, в лесу.

Занятие 30. «Эмоции и здоровье». Улыбка и смех — здоровье для всех! Значение для здоровья положительных эмоций. «Мудрость доброты», «Уроки маленького принца».

Занятие 31. «Аптека в лесу и на кухне». Травы-лекари, где они произрастают? Что такое фитотерапия? Как правильно собирать, хранить и использовать лекарственные растения? Могут ли пищевые продукты быть лекарственными?

Занятие 32. «Город, люди, машины». Правила поведения на улице, в транспорте. Правила дорожного движения: нужны ли они людям? «Один дома». Опасные вещи (предметы). Чем занять себя, если нет взрослых. Незнакомый человек: стоит ли ему открывать дверь?

Занятие 33. «Когда я буду большим». Вредные привычки, как к ним не привыкнуть? Курение, алкоголь. Что происходит с организмом человека? Изменения в организме «молодого курильщика».

Май

Задачи обучения и воспитания:

1. Познакомить детей с правилами использования лекарств.
2. Рассмотреть ситуации конфликтов с родителями: как лучше себя вести, чтобы избежать неприятностей?
3. Познакомить с ситуациями неожиданных встреч при выходе на природу.

Занятие 34. «Лекарства могут быть опасными». Где и как дома должны храниться лекарства? Кто был первым доктором? Когда лекарства становятся врагами? Что такое ядохимикаты? Какой вред они могут нанести организму при неосторожном использовании?

Занятие 35. «Праздник непослушания». Что происходит, если ребенок не слушает родителей? Всегда ли стоит потакать капризам? Каприз — это болезнь или невоспитанность?

Занятие 36. «Все ли насекомые и растения безобидны?» Когда кусают насекомые? Неудачные встречи со змеями. Ядовитые растения. Как поступать, чтобы не было беды?

Занятие 37. «Знакомство с персонажами книги К. Лаптева «Тайны пирамиды здоровья». Поход в парк.

3.4. Культурно – досуговая деятельность (оздоровительная).

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых, интересных, увлекательных, шумных праздников и соревнований. Одни развивают сообразительность, другие — смекалку, третьи — воображение и творчество, но объединяет их общее – формирование базиса культуры, сохранение и укрепление как физического, так и психического здоровья ребенка.

Культурно — досуговая деятельность в условиях валеологической направленности рассматривается, как приоритетное направление здоровьесбережения и организации творческой деятельности ребенка.

При организации культурно-досуговой деятельности, решается целый ряд педагогических задач:

— укрепление здоровья детей, физического и психического состояния организма;

— формирование у детей первоначальных представлений о культуре в целом, исходя из их психофизиологических особенностей;

— приобщение к основам художественной, досуговой и коммуникативной культуры; обучение различным видам деятельности и творчества в интеграции с валеологическим направлением;

— развитие творческих способностей и эмоциональной сферы детей;

— обучение правильному использованию свободного времени, формирование опыта организации содержательного досуга;

— ознакомление с традициями и обычаями своего народа и своей семьи, формирование любви к Родине.

В программе по валеологии представлены виды культурно – досуговой деятельности: отдых, созерцание, самообразование, творчество, развлечения и праздник.

Отдых снимает напряжение и усталость, восстанавливает как физические, так и эмоциональные силы ребенка. Пассивный отдых снимает напряжение общим мышечным расслаблением, рассматриванием красивых объектов: произведений культуры и природы; размышлениями, непринужденной беседой на тему, волнующую ребенка. Активный отдых

включает: катание на санках, лыжах, велосипеде; прогулки, прослушивание по желанию ребенка сказок, песен и т.д.

Созерцание — наблюдение за объектом, предметом, явлением, в процессе которого возникает наряду с валеологической направленностью чувство восхищения, любования тем, на что обращен взгляд. Способствует формированию художественного вкуса, духовному постижению природного и предметного мира.

Самообразование -вид культурно — досуговой деятельности, направленный на развитие ума, и, как правило, не связанный с проведением занятий (настольные, дидактические игры с уклоном на валеологическую тему, коллекционирование различных предметов, экспериментирование, посещение музеев, театра и пр.)

Творчество – наиболее высокий уровень культурно — досуговой деятельности, поднимающий ребенка на новую ступень от потребителя духовных ценностей до их созидателя. Н.Н. Поддьяков отмечал, что в детском возрасте творчество следует понимать, как механизм развития разнообразных деятельностей ребенка, накопления опыта, личностного роста.

Развлечение сменяет однообразную жизнь детей в быту и учебе, обобщая опыт, полученный на занятиях. Виды развлечений: познавательные вечера, тематические концерты, театрализованные представления, спортивные и народные игры, фокусы, шутки, сюрпризные моменты с упором на валеологическую направленность и т.д.

Особое значение имеет праздник для детей. Для ребенка праздник — это целое событие: игры, красоч-ное оформление зала, оригинальные костюмы, звучание музыки – все это восхищает, приносит большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, и надолго остается в памяти.

Виды праздников с физкультурно-оздоровительной направленностью:

— *Тематические*, например: «Осторожно, грипп!», «День здоровья», «Веселые старты», «Олимпийские игры», способствующие формированию здорового образа жизни. Правильно подобранные тематические подвижные игры в сочетании с текстом, поединки детей с врагами здоровья (микробы, лень, страхи), познавательный материал, направленный на систематизацию знаний детей о видах спорта, олимпийском движении, российских спортсменах позволяют формировать положительное отношение к закаливанию, гигиеническим процедурам, режиму дня, физической культуре и спорту;

— *Шуточные*: «Праздник мыльных пузырей», «Праздник воздушных шаров», «1 Апреля», способствуют созданию хорошего настроения, укреплению психического здоровья детей;

— *Народные и фольклорные*: «Святки», «Коляда», «Масленица», «День Ивана Купалы», «Русские узоры», «Осенины» с использованием народных игр, забав, хороводных плясок, песен, стихов, атрибутов национальной одежды -воспитывают у детей интерес к народным традициям освоения названий игр народов России.

— *Православные:* «Рождество Христово», «Пасха», «Вербное воскресение» -знакомят детей с религией народа;

— *Познавательные*: Традиции сохранения здоровья— включают различные викторины, разгадывание кроссвордов, отгадывание загадок, соревнования и призваны систематизировать знания по валеологии.

— *Международные:* «День защиты детей», «Международный женский день» и др. — знакомят детей с «Конвенцией о правах ребёнка», расширяют представление детей о семье, родственных отношениях и формируют культуру мира и межличностных отношений, в валеологии.

— *Итоговые,* как правило, связаны с определенными событиями в жизни детей — окончание учебного года, выпуск из детского сада: «Какими мы стали», «Вырастайка» «Танцевальный марафон» или сезонными изменениями (конец зимы, лета): «Велосипедные гонки», «Лыжня краснощекая», «Школа мяча», «Кросс нации» и др. — направлены на демонстрацию спортивных, творческих достижений детей.

Таким образом, разнообразие направленностей культурно — досуговой деятельности по валеологии представляет огромные возможности для укрепления физического и психического здоровья дошкольников, расширения и углубления их знаний. Дети получают практические

навыки, необходимые для жизни, формируют собственное мнение, развивают свою коммуникативную культуру, общаются в коллективе сверстников, а значит — учатся сотрудничеству и сотворчеству.

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию различных образовательных программ;

учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Развивающая предметно-пространственная среда построена на следующих принципах:

содержательно-насыщенной, развивающей;

трансформируемой;

полифункциональной;

вариативной;

доступной;

безопасной;

здоровьесберегающей;

эстетически-привлекательной.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей в вопросах сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

Предметно-развивающая среда.

Вид помещения	**Основное предназначение**	**Оснащение**
Участок	Прогулки, наблюдения; Игровая деятельность; Самостоятельная двигательная деятельность Трудовая деятельность.	Игровое, функциональное, и спортивное оборудование. Огород, Экологический микрокомплекс: -розарий, клумба лекарственных растений, альпийская горка, и т.д
Предметно-развивающая среда в группе		

Микроцентр «Физкультурный уголок»	Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности	Оборудование для ходьбы, бега, равновесия Для прыжков Для катания, бросания, ловли Для ползания и лазания Атрибуты к подвижным и спортивным играм Нетрадиционное физкультурное оборудование
Микроцентр «Уголок развивающих игр»	Расширение познавательного опыта детей в валеологическом направлении	Дидактические игры Настольно-печатные игры Познавательный материал Материал для детского экспериментирования
Микроцентр «Игровая зона»	Реализация ребенком полученных и имеющихся знаний о теме валеологии в игре. Накопление жизненного опыта	Атрибутика для с-р игр по возрасту детей(«Семья»,«Больница», «Магазин», Предметы- заместители
Микроцентр «Книжный уголок»	Формирование умения самостоятельно работать с книгой, «добывать» нужную информацию по теме валеологии	Детская художественная литература в соответствии с возрастом детей Наличие художественной литературы Иллюстрации по темам образовательной деятельности по валеологии.
Микроцентр «Театрализованный уголок»	Развитие творческих способностей ребенка, стремление проявить себя в играх-драматизациях	Ширмы Элементы костюмов Различные виды театров (в соответствии с возрастом) Предметы декорации
Микроцентр «Творческая мастерская»	Проживание, преобразование познавательного опыта в продуктивной деятельности. Развитие ручной умелости, творчества. Выработка позиции творца	Бумага разного формата, разной формы, разного тона Достаточное количество цветных карандашей, красок, кистей, тряпочек, пластилина (стеки, доски для лепки) Наличие цветной бумаги и картона Достаточное количество ножниц с закругленными концами, клея, клеенок, тряпочек, салфеток для аппликации Бросовый материал (фольга, фантики от конфет и др.) Место для сменных выставок детских работ, совместных работ детей и родителей Место для сменных выставок произведений изоискусства Альбомы- раскраски Наборы открыток, картинки, книги и альбомы с иллюстрациями, предметные картинки

		Предметы народно – прикладного искусства
Микроцентр «Уголок природы»	Расширение познавательного опыта, его использование в трудовой деятельности	Календарь природы Комнатные растения в соответствии с возрастными рекомендациями Сезонный материал Паспорта растений Стенд со сменяющимся материалом на экологическую и валеологическую тематику тематику Макеты фруктов, овощей и т.д. Литература природоведческого, валеологического содержания, набор картинок, альбомы лекарственных растений. Материал для проведения элементарных опытов Обучающие и дидактические игры по экологии и валеологии Инвентарь для трудовой деятельности Природный и бросовый материал. Информационный материал по ядовитым грибам, растениям и т.д.
Микроцентр «Уголок безопасности»	Расширение познавательного опыта, его использование в повседневной деятельности	Мультфильмы, диски,дидактические, настольные игры с упором на валеологическую направленность, Литература о лекарственных растениях(полезных, ядовитых грибах…)

Система закаливающих процедур.

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные мероприятия: воздушные и солнечные.
- утренняя гимнастика,
- оздоровительный бег,
- дорожки здоровья и т.д.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используется дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья.

Закаливающие мероприятия меняются по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту.

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинского работника.

3.6. Программно-методическое обеспечение

1. Авдеева, Н. и др. Безопасность глазами ребенка: Учебно-методическое пособие по работе с детьми старшего дошкольного возраста. /Авдеева Н., Князева О., Стёркина Р.// Основы безопасности жизни. – 2014. - №4. – С.10-13.

2. Белая, К.Ю. Как обеспечить безопасность дошкольника текст: методическое пособие – 2-е изд. – М. : 2015. -108 с.

3. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях текст: методическое пособие /Т.Л.Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 112с.-(Библиотека воспитателя)

4. Борисова, Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками текст: методическое пособие – 2-е изд. переработ. – М. : Глобус; Волгоград: Панорама, 2019. – 144 с. – (Дошкольное образование)

5. Буянова Н. Ю. «Я познаю мир». Детская энциклопедия. — М.: Медицина, 1997.

6. Внимание! Опасно! Правила безопасного поведения ребенка текст. – М.: Школьная пресса, 2017. – 24с. – (Я – человек).

7. Деркунская, В. Как воспитать ребенка валеологическикультурным?: текст В.Деркунская, Н.Поведенок Дошкольное воспитание. – 2014.-№11.- С.12-15.

8. «Детям обо всем на свете». Популярная энциклопедия. — Харьков.

9. Дмитриева Н. Я., Товтжец И. П. «Естествознание». — Москва, 1919.

10. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми текст: методическое пособие – 2-е изд. испр. и доп.. – М.: 2015.- 94 с.

11. Кондратьева. Н.Н. Мы. Программа экологического образования текст: программа – 2-е изд. – М.:АРКТИ, 2014. – 172 с.

12. Лаптев А. К. «Тайна пирамиды здоровья». Учебное пособие по валеологии для начальной школы. — С—П, 2016.

13. Лоскин, В.А., Голубева, Л.Г. Растем играя: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физической культуры. – М.: Просвещение, 2017. – 110с.

14. Маханева, М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений текст, таблицы: рекомендации - 2-е изд., испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2018. – 107с. – (Развитие и воспитание дошкольника).

15. Региональная программа «Планета детства». — Ставрополь, 2019.

16. Роберт Ротенберг. «Расти здоровым». Детская энциклопедия здоровья. —Москва: ФИС, 2018.

17. Ричард Уокер. «Анатомия человека». Иллюстрированный атлас для детей. -Москва, 2014.