**Рабочая программа по реализации образовательной области "Здоровье".**

(Подготовительная группа).

Пояснительная записка

Данная рабочая программа реализует образовательную область «Здоровье» основной общеобразовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад комбинированного вида «Лукоморье» муниципального образования город Ноябрьск и составлена в соответствии с федеральными государственными требованиями, предусматривает реализацию национально-регионального компонента, который составляет не более 15% от общего объема содержания образовательной деятельности.

Реализация данной программы проводится в процессе образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, и самостоятельной деятельности детей.

Целью данной программы является охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья и способствует решению следующих задач:

сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

воспитание культурно-гигиенических навыков;

формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;

Принципы отбора основного и дополнительного содержания связаны преемственностью целей образования при переходе от одной возрастной группы к другой, а также с возрастными особенностями развития воспитанников.

Рабочая программа по образовательной области «Здоровье» предусматривает интеграцию следующих образовательных областей:

«Познание»;

«Социализация»;

«Безопасность»

«Чтение художественной литературы»;

«Художественное творчество»;

«Социализация»;

«Труд».

Мониторинг достижений промежуточных результатов детей проводится в соответствии с федеральными государственными требованиями.

Требования к уровню усвоения содержания образовательной области и интегративных качеств у детей средней группы

Освоение содержания образовательной области:

Ребенок имеет представление о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

Знает о некоторых внешних и внутренних особенностях строения тела человека и необходимости охраны своего здоровья.

Знаком с правилами здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, правила гигиены, занятия физкультурой и спортом, закаливание).

Обладает представлениями о полезных и вредных привычках; о поведении во время болезни (необходимость приема лекарств, выполнение рекомендаций врача и пр.).

Умеет обслуживать себя и пользоваться полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены (мыть руки, умываться, чистить зубы, полоскать рот после еды, мыть уши, причесывать волосы и т.п.).

Способен определить состояние своего здоровья (здоров или болен), назвать и показать, что именно болит, какая часть тела, орган.

Выполняет правила культуры еды (сидеть спокойно, аккуратно пережевывать пищу, не торопиться, не говорить с полным ртом, правильно пользоваться вилкой и ножом, салфеткой и т.д.); различает полезные и вредные для здоровья продукты питания.

Умеет делать простейшую дыхательную гимнастику и гимнастику для глаз; выполняет физические упражнения, укрепляющие мышцы, осанку, опорно-двигательный аппарат, делает зарядку.

Оказывает элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать её, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).

Интегративные качества ребенка:

Понимает значение здоровья, необходимость выполнения режима дня, важность занятий спортом, утренней гимнастики.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту культурно-гигиенические навыки, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Содержание рабочей программы

Формирование культурно-гигиенических навыков

-развивать умения самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены; определять состояние своего здоровья (здоров или болен), а также состояние здоровья окружающих; назвать и показать, что именно болит, какая часть тела .

- совершенствовать культуру приема пищи.

-развивать умения и потребность самостоятельно выполнять утреннюю гимнастику, закаливающие процедуры.

Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

- развивать представления о внешних и внутренних особенностях строения тела человека; правилах здоровья: режим дня, питание, сон, прогулка, культурно-гигиенические умения и навыки, навыки самообслуживания, занятия физкультурой и профилактика болезней; о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье; о безопасном поведении в быту, на улице, в природе, обществе; о полезных и вредных привычках; о поведении заболевающего и болеющего человека; о здоровом взаимодействии со сверстниками и взрослыми

-формировать и закреплять навыки соблюдения правил безопасного поведения в подвижных играх, в спортивном уголке группы; умения одеваться в соответствие с погодой, не переохлаждаясь и не утепляясь чрезмерно; правильно одеваться на прогулки и походы в лес; различать съедобные и ядовитые грибы, ягоды, травы, правильно себя вести в лесу; соблюдать правила дорожного движения; вести себя в транспорте в соответствии с правилами перевозки; правильно вести себя на воде, на солнце .

-воспитывать ценностное отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, общества в целом; продолжать обогащать представления о том, что такое здоровье и как поддержать, укрепить и сохранить его

-поддерживать веру ребенка в свои возможности и собственные силы, воспитывать как субъекта здоровьесберегающей деятельности и поведения

Способы проверки обученности воспитанников

Мониторинг освоения детьми образовательной области проводится два раза в год – в начале и конце учебного года.

|  |  |
| --- | --- |
| Диагностические задачи | Методы диагностики |
| Изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни | Индивидуальные беседы с ребенком  Проблемные диагностические ситуации  Проективные методы  Контект-анализ продуктов дет.деятельности  Наблюдение |
| Изучить особенности представлений дошкольников о здоровье, знаний, умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих его: «Здоровый человек», «Знания о человеческом организме», «Ребенок в безопасном мире», «Я и другие люди» | Беседы  Диагностические игровые задания  Проблемные ситуации  Наблюдение  Опрос родителей и педагогов |
| Изучить особенности здоровьесберегающей компетентности ребенка как готовности самостоятельно решать:  -задачи здорового образа жизни и безопасного поведения;  - задачи разумного поведения в непредвиденных ситуациях;  - Задачи оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи | Наблюдение  Диагностические игры  Проблемные ситуации |

Средства, методы и приемы обучения

Интегративная детская деятельность

Игра

Беседа

Рассказ

Чтение

Игровая задача

Проектная деятельность

Тематический досуг

Проблемная ситуация

Список использованной литературы

Методические советы к программе «Детство». — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.

Младший дошкольник в детском саду. Как работать по программе «Детство». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010.

Деркунская В. А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. — М.: Педагогическое общество России, 2005.

Хромцова Т. А. Воспитание безопасного поведения в быту детей дошкольного возраста. — М.: Педагогическое общество России, 2007.

Гончарова Н.В., Михайлова 3. А. и др. План-программа образовательно-воспитательной работы в детском саду. — СПб.- ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010.

Горская А. В. Правила — наши помощники. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010.

Панжинская-Откидач В. А. В. Г. Перов. Эмоции и переживания человека: учебно-наглядное пособие. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009.

Календарно-перспективное планирование

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Воспитание навыков самообслуживания - довольно длительный процесс, поэтому планировать работу целесообразно поквартально. Безусловно, процесс формирования почти всех навыков осуществляется постоянно и практически одновременно. Однако, на наш взгляд, есть необходимость уточнить некоторую последовательность такой работы на каждый квартал с тем, чтобы именно на эти навыки педагоги обращали наибольшее внимание.

Методическим приемом воспитания культурно-гигиенических навыков среди других рекомендуется чтение произведений художественной литературы.

Первый квартал

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные процессы | Содержание навыков | Методические приемы |
| Питание | Совершенствовать умения держать вилку большим и средним пальцами, придерживая сверху указательным пальцем, есть разные виды пищи, не меняя положения вилки в руке, а лишь слегка поворачивая кисть.  Закреплять умения намазывать ножом масло на хлеб, отрезать кусочек мяса, сосиски | Беседа «Вспомним, как надо правильно кушать». Чтение: Н. Литвинова «Королевство столовых приборов» |
| Одевание - раздевание | Совершенствовать умения самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности, правильно размещать свои вещи в шкафу, аккуратно складывать и развешивать одежду на стуле перед сном.  Закреплять умение пользоваться разными видами застежек | Беседа «Каждой вещи - свое место».  Чтение: И. Бурсов «Галоши», С. Михалков «Я сам». Дидактическое упражнение «Кто правильно и быстро сложит одежду» |
| Умывание | Совершенствовать навыки умывания: намыливать руки до образования пены, тщательно смывать, умываться, насухо вытирать лицо и руки полотенцем, своевременно пользоваться носовым платком | Чтение: И. Ищук «Мои ладошки». Дидактическое упражнение «Расскажем малышам, как надо умываться» |
| Содержание  в порядке одежды  и обуви | Закреплять умение заправлять кровать: поправлять простыню, накрывать покрывалом | Дидактическое упражнение «Как надо заправлять кровать» |

Второй квартал

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные процессы | Содержание навыков | Методические приемы |
| Питание | Закреплять умение есть второе блюдо, держа нож в правой, а вилку в левой руке. Совершенствовать умение пользоваться салфеткой по мере необходимости | Беседа «Культура поведения во время еды» |
| Одевание - раздевание | Закреплять умение самостоятельно поддерживать чистоту и порядок в своем шкафу для одежды | Беседа «Как мы наводим порядок в шкафу для одежды» |
| Умывание | Совершенствовать умения быстро и правильно умываться, насухо вытираться полотенцем, взяв его из шкафчика и развернув на ладошках | Игра-драматизация по произведению А. Барто «Девочка чумазая» |
| Содержание  в порядке одежды  и обуви | Продолжать учить просушивать и чистить свою одежду, мыть, протирать, чистить обувь.  Закреплять умение пришивать оторвавшиеся пуговицы.  Принимать участие в смене постельного белья: стелить чистую простыню, надевать чистую наволочку | Беседа «Как заботиться о своей одежде».  Чтение: Д. Крупская «Чистота» |

Третий квартал

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные процессы | Содержание навыков | Методические приемы |
| Питание | Закреплять умения правильно пользоваться столовыми приборами, есть второе блюдо при помощи ножа и вилки, не перекладывая их из руки в руку, есть с закрытым ртом, пережевывать пищу бесшумно | Беседа «Культура еды - серьезное дело» |
| Одевание - раздевание | Закреплять умения аккуратно складывать одежду перед сном, выворачивать рукава рубашки или платья, расправлять одежду, аккуратно ставить обувь | Чтение: М. Зощенко «Глупая история» |
| Умывание | Совершенствовать умения быстро и аккуратно умываться, соблюдать порядок в умывальной комнате. Закреплять умение мыть руки после посещения туалета и по мере необходимости | Чтение: Е. Винокуров «Купание детей» |
| Содержание  в порядке одежды  и обуви | Формировать привычку следить за своим внешним видом, напоминать товарищам о недостатках в их внешнем виде, проявлять желание помочь им. Совершенствовать умение зашивать распоровшуюся по шву одежду. Принимать участие в смене постельного белья: стелить чистую простыню, надевать чистую наволочку | Беседа «Чистота - залог здоровья».  Дидактическое упражнение «Как помочь товарищу». Продуктивная деятельность: шитье кукольного белья |

Четвертый квартал

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Режимные процессы | Содержание навыков | Методические приемы |
| Питание | Совершенствовать умение правильно пользоваться столовыми приборами во время еды: держать приборы над тарелкой, по окончании еды класть их на край тарелки, а не на стол | Чтение: О. Григорьев «Варенье».  Сюжетно-ролевая игра «Кафе» |
| Одевание - раздевание | Совершенствовать умение быстро одеваться и раздеваться, аккуратно развешивать вещи в шкафу и складывать на стуле, помогать товарищам застегнуть пуговицу, расправить воротник и т.п. | Чтение: Я. Аким «Неумейка», С. Михалков «Я сам» |
| Умывание | Закреплять и совершенствовать полученные навыки, воспитывать привычку следить за чистотой тела | Чтение: Т. Кожомбердиев «Все равно» |
| Содержание  в порядке одежды  и обуви | Закреплять привычку постоянно следить за своим внешним видом, устранять недостатки.  Учить пришивать оторвавшиеся петли. Совершенствовать умение полностью заправлять кровать после сна. Принимать участие в смене постельного белья | Показ, напоминание, указания. Продуктивная деятельность: починка кукольной одежды |