

**Обобщение педагогического опыта**

**на тему:**

**«Становление у дошкольников ценностей здорового образа жизни по ФГОС ДО».**

Автор:  
воспитатель первой квалификационной категории  
Пайгульдина Татьяна Юрьевна

**2018г.**

## Содержание

### **Введение**

#### **I. Теоретическая часть**

1.1 Сравнительный анализ задач и содержания примерных основных образовательных программ дошкольного образования по образовательной области « Физическое развитие » по ФГОС ДО

1.2 Анализ парциальных программ и авторских пособий

1.3 Федеральный и региональный опыт работы

#### **II. Практическая часть**

2.1 Входная диагностика.

2.2 Содержание и формы работы с детьми .

2.3 Содержание и формы работы с родителями.

#### **III. Заключение**

#### **IV. Использованная литература**

#### **V. Приложение**

## Введение

Детям так же, как и взрослым,  
Хочется быть здоровыми и сильными,  
но они не знают, что для этого надо делать.

Объясним им, и они будут беречься.

Януш Корчак

Все мы хотим видеть наших детей счастливыми и здоровыми. К сожалению, последние медицинские исследования свидетельствуют о неутешительных показателях их здоровья. На здоровье оказывает влияние целый ряд факторов. Один из них – это привычки и поведение. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском возрасте. Именно поэтому в детском саду и дома следует воспитывать у ребенка: привычку к чистоте, аккуратности, опрятности, порядку, культурно-гигиенические навыки, умение правильно вести себя в ситуациях угрожающих жизни и здоровью.

«Здоровье – это главное жизненное благо», так гласит народная мудрость.

Несомненно, что великая ценность каждого человека – здоровье. Всемирной организацией здравоохранения принято следующее определение «Здоровье – это состояние полного телесного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и повреждений». Именно в детстве закладывается фундамент здоровья будущего гражданина нашей страны, творца и создателя нашего общества от которого зависит наше будущее, будущее нашей страны.

Актуальность поднятой проблемы в данное время в связи с катастрофическим ухудшением состояния здоровья населения и детей, особенно остро стоит проблема взаимодействия дошкольного образовательного учреждения, семьи и в целом общества по воспитанию здорового подрастающего поколения.

Перед детским садом, как одной из ступеней образовательной системы в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы с детьми и их родителями по укреплению здоровья, пропаганде ЗОЖ и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

Жизнь в современной действительности диктует нам свои условия. Всё меняется, обновляется и призывает нас идти в ногу со временем. Изменения пришли и в систему образования. **Внедрение федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования** – это новая ступень в развитии образования, начальным звеном которого является образование дошкольное.

Цель современного дошкольного образования – создание условий для максимального раскрытия индивидуального возрастного потенциала ребенка.

**Федеральный государственный образовательный стандарт** рассматривает дошкольное детство как важный, самоценный этап в общем развитии человека. Одной из главных предпосылок для обеспечения полноценного проживания ребенком всех этапов детства является здоровье. Впервые здоровье определено, как составляющее и важный результат образования.

Здоровый ребенок - одно из главных условий правильного формирования его характера, развития творческой инициативы, сильной воли, природных задатков. У здорового ребенка быстрее формируются все необходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявляемые к нему требования [2,46].

**В связи с этим, одной из главных задач федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование ценностей здорового образа жизни.** Образовательная область «Физическое развитие» при реализации образовательной программы направлена на решение этой задачи и включает в себя становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Эффективность формирования здорового образа жизни напрямую связана с участием детей в этом процессе. Важным является формирование у дошкольника активной позиции по отношению к собственному здоровью [2, 46]. Успех в этой области напрямую зависит от взрослых – родителей и педагогов.

**Наша основная задача** привить ребёнку необходимость быть здоровым – значит

активным, дееспособным. Мы призваны воспитать у дошкольника уважение к собственному здоровью и желание его беречь. Важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Реализация задач, модели формирования основ культуры здоровья достигается в режимных процессах, через воспитание культурно-гигиенических навыков, а также средствами рационального питания.

Именно поэтому актуальной становится разработка данной темы. Воспитание современного ребёнка и его, познавательных и физических способностей – приоритетная и наиглавнейшая задача дошкольной педагогики, особенно в современных условиях, поскольку нужны физически и духовно здоровые личности.

### **Цель:**

Организовать целенаправленный процесс формирования убеждений и привычек здорового образа жизни воспитанников в условиях ДООУ, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Оказать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к ЗОЖ.

### **Задачи:**

1. Изучить современную психолого-педагогическую литературу по данной теме.
2. Описать личный опыт работы по становлению у дошкольников ценностей здорового образа жизни у детей подготовительной к школе группы по ФГОС ДО.
3. Показать эффективность проводимой работы.

## **I. Теоретическая часть**

### **1.1 Сравнительный анализ задач и содержания примерных основных образовательных программ дошкольного образования по образовательной области « Физическое развитие » по ФГОС ДО.**

Концептуальные положения легли в основу программ по дошкольному образованию. Основными программами, по которым работают ДООУ, являются программы «Детство», «От рождения до школы», « Успех», « Истоки» и др. В них определены задачи и содержание работы с детьми дошкольного возраста.

Хочу остановиться подробнее на программах «Детство» (под ред. В.И.Логиновой, Т.И. Бабаевой и др.) и «От рождения до школы» ( под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой).

**Анализ программы «От рождения до школы»** под ред.: Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой по образовательной области «Физическое развитие »

Одной из главных задач, которую ставит Программа перед воспитателями, является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию, потребности в двигательной активности.

### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования**

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

### **Основные цели и задачи**

#### **Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе**

Физическая культура.

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.**

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей 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.

### **Физическая культура**

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.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

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

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

### **Подвижные игры.**

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;

самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.



Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

**Анализ программы «Детство» под ред.: Т. И. Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В. Солнцевой и др.**

Программа «Детство», разработанная на основе ФГОС дошкольного образования, ориентирована на:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Приоритетными задачами развития и воспитания детей являются:

- укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование основ его двигательной и гигиенической культуры;

**Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движе-

ний других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.

2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.

3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.

5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.

6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.

8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

*Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.*

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и

самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Результаты образовательной деятельности

### **Достижения ребенка (Что нас радует)**

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддерживать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).

***Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей***

- В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости.
- Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений.
- Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке.
- Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности.
- Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.
- Проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками).
- Не имеет привычки к постоянному использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

**В данной программе внимание** уделяется всей совокупности составляющих культуры здоровья. Программа предусматривает валеологическое просвещение дошкольников развитие представлений о ЗОЖ, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, о правилах безопасного поведения и разумных действиях в непредвиденных ситуациях, способах оказания элементарной помощи и самопомощи.

## **1.2. Анализ парциальных и авторских пособий и программ по данной теме**

Одной из первых медицинских технологий по формированию основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста явилась технология доктора медицинских наук

Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник» [11], построенная на принципах: рациональной организации двигательной активности, реализации системы эффективного закаливания, обеспечения полноценного питания детей, создания условий реализации оздоровительных режимов для детей, применения психогигиенических и психопрофилактических средств и методов. Использование в воспитательно-оздоровительной работе данных принципов позволяет не только укрепить психо-соматическое здоровье детей, но и сформировать привычки ЗОЖ. К сожалению, данная технология не содержит программы знаний для детей и рекомендаций для педагогов по формированию у детей осознанного отношения к мероприятиям по укреплению здоровья детей. Ученики и последователи Ю.Ф. Змановского, доктор психологических наук В. Кудрявцев [13] и кандидат педагогических наук Б.Б. Егоров развили его идеи положением о необходимости воспитания у ребенка осознанного отношения к своему здоровью через создание в воображении «образа здоровья», как идеала, к которому он должен стремиться. Они дополнили принципы обеспечения психологического здоровья детей следующими принципами: развивать творческое воображение, формировать способность к содействию и сопереживанию.

Доктор медицинских наук М.Л. Лазарев разработал программу «Здравствуй» [27] и технологию формирования мотивации здоровья и поведенческих навыков ЗОЖ. Работа по оздоровлению ведется с помощью музыки, путем формирования у детей эмоционально-музыкальной доминанты (ЭМД) – сложной системы восприятия ребенком окружающего мира и самого себя через музыкальные образы, возникающие в процессе музыкальной деятельности. Главным физиологическим механизмом, на котором основан курс оздоровления, служит механизм виброаэрации (оптимизации окислительно-восстановительных процессов в тканях организма за счет внутренней вибрации), который возникает при проведении нейростимуляционной онтогенетической функциональной гимнастики «нейротоники».

В результате у ребенка-дошкольника формируется позиция признания ценности

здоровья, что позволяет кардинально перестроить мотивационное ядро личности, создать систему установок на здравосозидание не только по отношению к собственному «Я», но и по отношению к миру. Содержание работы с детьми представлено М.Л. Лазаревым в виде тем: «Веселые движения», «Цветок здоровья», «Волшебное зеркальце», «Полезная еда», «Чудо-нос», «Вода и мыло», «Целебные звуки».

Кандидат психологических наук В.Г. Алямовская в программе «Здоровье» предлагает проводить работу по воспитанию у дошкольников потребности в ЗОЖ по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.

Таким образом, программа В.Г.Алямовской «Здоровье» предполагает не только привитие навыков, но и формирование представлений о факторах, влияющих на здоровье.

В своей работе я использую Парциальную программу по основам безопасности жизнедеятельности "Безопасность" , Стёркиной Р.Б., Авдеевой Н.Н., Князевой О.Л.

Цель программы – воспитание у ребенка навыков адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях, самостоятельности и ответственности за свое поведение.

Задачи:

1. Формирование ценностей здорового образа жизни.
2. Формирование основ безопасного поведения во дворе, на улице, в общественном транспорте.
3. Формирование знаний об осторожном обращении с опасными предметами и правильном поведении при контактах с незнакомыми людьми.

Выбор приоритетных направлений работы, методических приемов, материалов, как считают авторы программы, должен определяться конкретными условиями: месторасположением детского сада (город, село), климатическими, социокультурными, региональными особенностями, типом здания, помещений дошкольного учреждения, оснащением и оборудованием групп и участка. В условиях вариативности не может быть предложена единая модель планирования педагогической работы. Авторы оставляют за каждым педагогическим коллективом возможность ее творческой адаптации. В специально разработанном тематическом плане не только отражены разделы программы, но и даются рекомендации по взаимодействию с родителями. К программе «Основы безопасности детей дошкольного возраста» подготовлены учебно-методические комплекты для работы с детьми 6-7 лет и методические рекомендации для воспитателя. В пособие включены примерные сценарии занятий с детьми, игры, тренинги, литературно-художественные произведения (стихи, загадки, пословицы), связанные с той или иной темой. Специальные альбомы с развивающими заданиями рассчитаны на активную самостоятельную деятельность детей. В данной программе работа строится по всем направлениям по обеспечению безопасности и здоровья детей дошкольного возраста. В программе рассматриваются не все факторы, которые представляют угрозу для жизни и здоровья детей, такие как землетрясение, наводнение, ураганы, терроризм, компьютерная опасность. Разработанные на основе данного содержания рабочие тетради для детей помогают им более эффективно усвоить новый материал.

Также в своей работе по развитию ЗОЖ у дошкольников применяю методическое пособие «Формирование основ безопасности у дошкольников», автор К.Ю.Белая. Основные цели и задачи формирования у дошкольников основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирование предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) предполагают:

- ❖ формирование у детей представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;

- ❖ приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;
- ❖ передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства.

Данное пособие помогает мне сформировать у дошкольников опыт безопасного поведения в различных ситуациях, знания о правилах безопасного поведения, умение действовать в тех или иных ситуациях, оценивать собственные возможности по преодолению опасности, выработать привычку соблюдать меры предосторожности.

В своей работе использую пособие Л. Ф. Тихомировой «Уроки здоровья», Т.Ф. Саулиной «Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения», Л. Г. Волковой, М.А. Ковардаковой «Букет» Здоровья, Шарыгиной Т. А. «Беседы о здоровье», Картушиной М. Ю. «Быть здоровыми хотим» и др.

### **1.3.Федеральный и региональный опыт работы**

В рамках программы поисково-исследовательской и экспериментальной работы некоторые ДОУ г. Ульяновска и Ульяновской области изучали проблему приобщения дошкольников к ЗОЖ.

Так, в МДОУ д/с №4 «Буратино» р. п .Кузоватово ( Анохина И.А., Кувшинова И.И. Ткачева И.В.) ,организована работа по теме: «Интегрированный подход в работе с родителями по формированию основ культуры здоровья у детей дошкольного возраста» .Учитывая актуальность данной темы, авторы поставили перед собой задачи:

-укрепление здоровья детей, повышение уровня информационной, технологической и коммуникативной компетентности детей и родителей в вопросах культуры здоровья; формирование осознанного отношения к ведению здорового образа жизни в семье; вовлечение родителей в оздоровительную работу.

Авторы разработали перспективное планирование, в которое включили разнообразные мероприятия с участием родителей и для родителей, направленные на сплочение родительского и детского коллективов. Наряду с традиционными



использовали нетрадиционные формы работы, которые дали положительные результаты, изменили характер взаимодействия педагогов с родителями, повысили активность участия родителей в работе ДОУ. По мнению педагогов данного МДОУ, одной из наиболее эффективных форм работы с семьей, является семейный клуб. Цель создания клубов- объединить усилия семьи в вопросе воспитания и развития здорового ребенка, предоставить возможность родителям общаться друг с другом, делиться опытом семейного воспитания. В ДОУ организована система оздоровительно-развивающей работы, включающая комплекс мероприятий, предполагающих тесное взаимодействие методической, медицинской и психологической служб по профилактике, укреплению и коррекции здоровья и физического развития детей, с методикой проведения которых родители знакомили на днях открытых дверей.

В ДОУ № 254 г. Ульяновска под руководством кандидата педагогических наук Н.В. Полтавцевой (Зав.ДОУ Р.С. Краснова, зам.зав. по УВР И.А. Гаврилова) организована работа по приобщению детей к ЗОЖ. В своем исследовании авторы рассматривают приобщение к ЗОЖ шире, включая в него овладение двигательной культурой, приобретение опыта здоровьесберегающего поведения на основе знаний о влиянии характера выполнения движений на функционирование органов и систем; формирование эмоциональной культуры. Масштаб экспериментальной площадки охватывал 3 возрастные группы: среднюю, старшую и подготовительную к школе группу. Содержание работы с детьми отражено авторами в «Психолого-педагогической модели приобщения дошкольников к ЗОЖ». Положительно, что формирование знаний, умений и поведения авторами представлено в аспектах физического и психологического здоровья.

Работа с детьми в ДОУ № 254 основывается на принципе индивидуального подхода, когда учитываются как физиологические, так и психологические особенности каждого ребенка. С этой целью авторами были разработаны индивидуальные карты здоровья на каждого ребенка, в которых, начиная со средней и заканчивая подготовительной к школе группой, наблюдается динамика развития детей по основным показателям здоровья и здоровьесберегающего

поведения, намечаются формы, средства и методы работы с каждым индивидуально.

Авторами были разработаны: пакет диагностических методик к программе приобщения дошкольников к ЗОЖ; содержание, средства и методика работы по приобщению к ЗОЖ детей 4, 5, 6 лет; методические материалы, включающие перспективное планирование работы по программе, по физическому и психологическому здоровью с детьми и родителями, конспекты занятий, дидактические игры, технологические карты по эмоциональному развитию детей.

Коллектив ДООУ «Золотая рыбка» г. Новоульяновск работает по теме «Формирование культуры здоровья у детей дошкольного возраста в условиях малого города». Реализуя раздел «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными» программы «Детство», педагоги воспитывают у дошкольников культуру здоровья.

Цель работы: разработка и апробация в разных возрастных группах педагогических технологий, способствующих воспитанию здорового ребенка, формированию культуры здоровья и здоровьесберегающей компетентности.

Чтобы системно подойти к вопросу формирования у дошкольников культуры здоровья в разных возрастных группах, были составлены примерные схемы работы по разным темам. Ключевой темой при планировании работы в каждой возрастной группе является тема «Мой организм», как основа формирования «образа здоровья» у детей, вокруг которой объединяются темы: «Физическая культура», «Рациональное питание», «Закаливание», «Режим дня», «Безопасность», «Личная и общественная гигиена» раскрывающие роль факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье, и связанные с ними правила правильного их использования.

В работе с детьми решаются следующие задачи:

1. Помочь ребенку осознать, что главная ценность жизни - здоровье человека, за которое он должен сам отвечать и сам обязан поддерживать свой организм в здоровом состоянии.

2. Сформировать у детей представления об «образе здоровья»:

- о своем организме, своей индивидуальности и неповторимости,
- о факторах положительно и отрицательно влияющих на здоровье: личной и общественной гигиене, рациональном питании, физической культуре, закаливании, рациональной организации различных видов деятельности, полезных и вредных привычках,
- об охране здоровья.

3. Сформировать привычки здорового образа жизни

4. Сформировать умения ориентироваться в чрезвычайных ситуациях, знать причины их возникновения, производить анализ экстремальных ситуаций и выходить из них.

5. Воспитать готовность самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья.

Организация оздоровительной работы на основе здоровьесбережения отвечает современным требованиям, так как построена на интеграции образовательной и оздоровительной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, во взаимодействии с семьями воспитанников по реализации Программы. В конечном итоге способствует сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка. А так же организуется в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, во взаимодействии с семьями воспитанников по реализации Программы.

## **II. Практическая часть.**

### 2.1 Входная диагностика.

Для успешной реализации задач по формированию основ культуры здоровья у детей подготовительной группы в начале учебного года была проведена входная диагностика. Опрошено 24 ребенка.

**Цель:** выявить уровень сформированности здорового образа жизни у старших дошкольников.

Для этого я использовала диагностический комплекс Е.Н. Васильевой,

Л.Г.Касьяновой, включающий беседу, диагностические задания, проблемные ситуации, рисуночный тест, наблюдения за детьми в специально организованной игровой деятельности, в режимные моменты и в свободном общении.

Критерии сформированности здорового образа жизни:

- 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 своём физическом развитии.

#### Оценка результатов деятельности.

**Высокий уровень** (24-20 баллов) - ребенок имеет некоторые правильные представления о здоровом образе жизни как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психологического благополучия организма; о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых; о возможных причинах; способен выявить направленную на формирование здорового образа жизни сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности. Ребенок активен и самостоятелен в своих суждениях и высказываниях; его представления о здоровом образе жизни носят элементарный, но целостный характер. Проявляет инициативу и самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность.

**Средний уровень** (19-16 баллов) - ребенок имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как состоянии человека, когда

он не болеет; некоторые представления о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний; он способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, некоторых факторов окружающей природной и социальной среды, при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Способен выявлять направленную на формирование здорового образа жизни сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы. У ребенка сформированы единичные представления о здоровье и здоровом образе жизни в условиях большого города. Он может проявлять инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально-чувственным переживанием; частично присваивает переданный взрослыми опыт и переносит его в самостоятельную деятельность.

**Низкий уровень** (15-10 баллов) - ребенок имеет представления о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет, о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затрудняется объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности. Не имеет представлений о влиянии на здоровье факторов окружающей природной и социальной среды, о возможных причинах заболеваний. Понимает зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни. Испытывает потребность в помощи в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Не осознает зависимость здоровья от окружающей среды; способен выявлять направленную на формирование здорового образа жизни сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуются эмоционально-стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры. У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды. Ребенок проявляет инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-

гигиенических мероприятий на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность.

### **Диагностический комплекс:**

**1. Беседа.** Она направлена на выяснение элементарных представлений детей о здоровье и здоровом образе жизни, понимания взаимосвязи между состоянием здоровья и образом жизни и строится на основе следующих вопросов: Как ты думаешь, что такое здоровье? От чего человек может заболеть? Где человек может заболеть - на улице или дома? От какой пищи человек будет здоров? Зачем детям нужно спать днем? Как люди лечат болезни? Как ты думаешь, природа помогает нам быть здоровыми? Как? и др.

**2. Диагностическое задание «Что делать, чтобы быть здоровым?»** Задание направлено на выявление представлений об укреплении здоровья и профилактике заболеваний. Педагог предлагает ребенку поговорить с ним «по телефону». В ходе разговора педагог выясняет, здоров ли ребенок, какое у него настроение; выражает удовлетворение тем, что ребенок здоров, и говорит: «Мой знакомый мальчик Дима очень не любит болеть. Дима просил узнать у тебя, что надо делать, чтобы не заболеть». Выслушав ответ ребенка, педагог предлагает: «Нарисуй, пожалуйста, свой ответ. Мы положим твой рисунок в большой конверт и отошлем Диме». После выполнения задания педагог предлагает ребенку пояснить свой рисунок и фиксирует эти пояснения.

**3. Диагностическое задание «Полезная покупка»** Задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах. В качестве «товаров» могут быть использованы чеснок, лук, яблоко, зубная щетка, мыло, кукла, самолет, калейдоскоп. Педагог показывает лежащие на столе предметы и говорит ребенку: «Это магазин, в нем можно сделать разные покупки. Выбери, пожалуйста, и купи то, что полезно для здоровья». Педагог фиксирует в протоколе последовательность выбора ребенком предметов и его объяснения.

**4. Проблемная ситуация «Место для отдыха»** Задание направлено на выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей. Ребенку предъявляют четыре картинки, на которых изображены:

- 1) улица большого города, по которой едет транспорт;
- 2) лесная поляна с ромашками;
- 3) комната с сидящим перед телевизором мальчиком;
- 4) предметы одежды, бытовой техники и косметики.

Педагог говорит: «В выходной день людям надо хорошо отдохнуть и набраться сил. Провести выходной можно по-разному: можно гулять по шумной улице, где едут машины; можно поехать с родителями в лес или в парк, где растут цветы, и дышать свежим воздухом; можно отправиться в большой магазин; можно остаться дома и долго смотреть телевизор. Как тебе нравится отдыхать? Выбери и покажи картинку».

**5. Тест «Полезная для здоровья покупка»** Задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах. Педагог говорит ребенку: «Представь, что мы с тобой пойдем в большой магазин, где можно купить игрушки, еду, одежду, книги, бытовую технику и многое другое. Нарисуй, пожалуйста, что полезное для здоровья ты выберешь и купишь в этом магазине». После выполнения задания педагог предлагает ребенку пояснить свой рисунок и фиксирует эти пояснения.

**6. Игровая ситуация «Больница»** Ситуация специально организована для анализа отношения к роли больного. Ребенку предлагают поиграть в «Больницу», выбрать для себя роль в этой игре, затем объяснить свой выбор.

**7. Игровая ситуация «Телевизор дома»** Ситуация организована для выявления представлений о влиянии на здоровье просмотра телевизионных передач. Во время подготовки атрибутов для сюжетно-ролевой игры «Семья» неожиданно для

ребенка педагог, исполняя роль представителя службы доставки товаров на дом, вносит коробку с «телевизором», устанавливает его. Во время «настройки» «телевизора» выясняет заинтересованность и предпочтения ребенка в просмотре телевизионных передач и рекламы, основания выбора передачи, длительность просмотра.

## **8. Наблюдения за детьми в режимные моменты и в свободном общении.**

### **Результаты входной диагностики занесены в таблицу № 1**

**Таблица 1.**

Уровень сформированности ЗОЖ старших дошкольников .

| <b>Степень</b> | <b>Кол-во человек</b> | <b>%</b>    |
|----------------|-----------------------|-------------|
| <b>Высокий</b> | <b>7ч.</b>            | <b>29%</b>  |
| <b>Средний</b> | <b>11ч.</b>           | <b>46 %</b> |
| <b>Низкий</b>  | <b>6ч.</b>            | <b>25 %</b> |

Анализ данных, представленных в табл. № 1 показывает, что у 25 % дошкольников отмечен низкий уровень сформированности здорового образа жизни. Из них два ребенка с ОВЗ. Дети с низким уровнем не имеют представлений о влиянии на здоровье факторов окружающей природной и социальной среды, о возможных причинах заболеваний. Понимают зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни. Испытывают потребность в помощи в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Не осознают зависимость здоровья от окружающей среды, способны выявлять направленную на формирование здорового образа жизни сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; им постоянно требуются помощь взрослого, наводящие вопросы, житейские примеры. У этих детей сформированы отрывочные



представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды.

Проявляя самостоятельность в различных мероприятиях, они просто подражают другим детям.

Средний уровень сформированности здорового образа жизни был отмечен у 46% дошкольников. Эти дошкольники имеют элементарные представления о здоровом образе жизни, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья. Имеют некоторые представления о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний. Эти дети способны к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни. Но при этом им требуется помощь в виде наводящих вопросов. У них сформированы единичные представления о здоровье и здоровом образе жизни. Они могут проявлять инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий. Они частично переносят опыт, данный взрослыми, в свою самостоятельную деятельность.

Высокий уровень сформированности здорового образа жизни отметили всего 29% дошкольников. Эти дети имеют некоторые правильные представления о здоровом образе жизни как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых; Дети активны и самостоятельны в своих высказываниях; их представления о здоровом образе жизни носят элементарный, но целостный характер. В проводимых мероприятиях, дети проявляют инициативу и самостоятельность.

**Анализ наблюдения и диагностики** позволил сделать вывод о том, что уровень представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни в основном – средний.

**Результаты начала диагностики** показали необходимость и целесообразность проведения определенной работы по повышению уровня сформированности представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни.

## **2.2 Содержание и формы работы с детьми.**

В соответствии с ФГОС ДО одной из задач образовательной области «Физическое развитие» является **становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами** ( в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Становление ценностного отношения у дошкольников к своему здоровью подразумевает работу педагога **по трем направлениям:**

1. Формирование представлений о здоровом образе жизни и его важности.

2. Формирование представлений у дошкольников о строении собственного тела.

3. Формирование мотиваций для двигательной активности воспитанников. Работая с детьми подготовительной группы по теме : «Формирование ЗОЖ у дошкольников», за основу взяла программу « От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, которая предусматривает выполнение следующих задач:

- охрана и укрепление здоровья.
- создание благоприятных санитарно – гигиенических условий.
- организация полноценного питания.
- систематически во все времена проводить утреннюю гимнастику.
- пребывание на свежем воздухе.
- проведение физкультурных упражнений в игровой форме и подвижных играх.

Значительное место в моей работе занимает проведение непосредственно образовательной деятельности различного характера: познавательного, развивающего, интегрированного.

Образец составленного примерного планирования воспитательно-образовательной работы по теме: «Человек. Части тела. Мое здоровье» - ( на неделю 20.03.-24.03.2017)- (см. Приложение)

Формы, методы и приёмы организации моей работы с детьми:

В своей работе я использую систему педагогического взаимодействия:

1. Совместная деятельность воспитателя, родителей и детей;
2. Самостоятельная деятельность детей.
3. Совместная деятельность с инструктором по физической культуре, с музыкальным руководителем, с медсестрой.

При подготовке к образовательной деятельности, почти в каждое занятие включаю подвижные игры, систематически провожу физкультминутки или динамические паузы – они помогают активно отдохнуть моим воспитанникам после умственной нагрузки (а в подготовительной группе она достаточно большая) . Их я провожу в любой отрезок времени, когда это необходимо для восстановления работоспособности детей, улучшения их самочувствия, повышения внимания, предотвращения переутомления и нарушений осанки. Все игры, задания позволяют формировать у детей правильного отношения к своему здоровью.

В подготовительной группе дети начинают проявлять уже более осознанный интерес к своему телу, стремятся к «взрослости», самостоятельности, обладая опытом и «багажом» знаний, пытаются давать советы, учить. Поэтому, готовясь к занятиям по данной теме, я тщательно продумываю, чем я смогу удивить и заинтересовать своих детей, ставя перед ними всё более сложные задачи, нацеливая их на поиск новых, творческих решений. Продолжая тему знакомства с системой органов пищеварения, я проводила свои занятия и беседы в форме игры

путешествия : « Моя внутренняя кухня» На этом занятии дети проявили огромный интерес к конструированию на картонном шаблоне, изображающем фигуру человека из предметов – заменителей органов пищеварения (Например: губы-пластилин, зубы-семена , пищевод-отрезок соломинки для коктейля, желудок – стеклянный пузырёчек, печень – скомканная салфетка, кишечник – сложенные верёвочки), «Путешествие по извилистым коридорам внутренней « кухни», «Кто в первой комнатке живет?», « Командир моего организма», « Мои главные силачи», «Удивительные превращения пирожка».Сначала в игровой форме мы рассматривали, что происходит с пирожком в ротовой полости, затрагивая темы о функциях языка, зубов, губ, миндалин, слюны. Затем, «путешествовали» с пирожком по всем органам пищеварения, знакомя при этом с работой мышц и мозга – друзей и помощников всех органов. (Занятия взяты из пособия «Формирование представлений о себе»)

В подготовительной группе больше внимания я стараюсь уделять нетрадиционным формам обучения. По многим темам вместе с детьми составляю кроссворды, изготавливаем модели., провожу викторины, КВН , « Поле чудес» где мы с детьми закрепляем полученные знания, учимся работать в группах, в командах , воспитываем соревновательный дух.

Провожу различные беседы: «Спасибо зарядке-здоровье в порядке!», « Какие виды спорта ты знаешь?- игра с мячом и др. Беседуя с детьми, всегда обращаю внимание на то, как важно беречь свое здоровье, заботиться о нем, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. Рассматриваем демонстрационные плакаты: « Первая помощь», « Органы чувств», «Внутренние органы человека», «Наш режим дня в детском саду и дома».

Очень любят дети играть в д/и « Кому что надо?»-закрепляю знания о спортивном оборудовании, «Олимпийские талисманы»-учу детей собирать разрезные картинки, д/и «Познай себя», «В мире продуктов» «Я не должен». «Как бы ты поступил», «Телефон»,«Наши помощники растения»,«Мы — спасатели», «1,2,3,

что может быть опасно — найди», «Выбери съедобные грибы и ягоды», «Поставь дорожный знак» и др. Создала картотеки «Пальчиковых игр», «Дыхательной гимнастики», «Физкультминуток», «Гимнастики для глаз», «Подвижных игр».

Большое внимание в работе с детьми уделяю формированию навыков самообслуживания. Так как считаю, что очень важно научить детей правильно одеваться и раздеваться. Обращаю внимание детей на то, чтобы сохранить своё здоровье, очень важно одеваться в соответствии с временами года. Одежда должна быть свободной, удобной, тогда она не будет стеснять движений. Обувь должна соответствовать размеру ноги. Неудобная обувь может спадать с ног, а слишком тесная- может стать причиной травм. Данные беседы помогают обогатить знания детей, словарь. Дети учатся беречь своё тело.

В работе по данной теме часто использую художественное слово: заучивание пословиц, поговорок, стихов на тему: «Здоровье».

Часто организую выставки рисунков по данной теме: «Режиму дня- мы друзья!», « Мой любимый вид спорта» , « Витамины для организма», «Я и моё здоровье» и др. Оформила альбомы для рассматривания : «Опасные растения», «Виды спорта» и др. Дети с удовольствием рассматривают иллюстрации, фотографии о здоровье, о видах спорта.

Всегда привлекают детей сюжетно-ролевые игры: «Аптека», «Поликлиника», « Мы спортсмены»- сюжет: «Тренировка спортсменов» Цель игры: расширить представления детей о здоровье и способах его укрепления и сохранения, подвести к пониманию того, что здоровье нужно беречь и укреплять.

Достичь цели по теме «Становление ценностей здорового образа жизни дошкольников» невозможно без совместной деятельности с узкими специалистами. Работая с инструктором по физической культуре, мы разрабатываем комплексы утренней гимнастики, бодрящей гимнастики, обговариваем индивидуальную работу по физическому воспитанию в группе и на прогулке, вместе готовимся к физкультурным досугам. На занятиях по физической культуре мы обращаем

внимание на осанку детей, дыхание и др. С музыкальным руководителем подбираем и разучиваем музыкальный репертуар для спортивных развлечений, подбираем народные игры, знакомим детей с героями народных сказок.

Считаю, что в формировании здоровья детей особое значение имеет режим дня с его составляющими: пребывания на свежем воздухе, сон, занятия, игровая деятельность, отдых, прием пищи, личная гигиена, занятия физкультурой. Особое место в режиме дня занимают закаливающие процедуры, которые способствуют укреплению здоровья и снижению заболеваемости детей : сон без маек, ходьба босиком (в том числе и по «дорожкам здоровья»), умывание прохладной водой, соблюдение режима прогулок, одежда детей в соответствии с температурой воздуха и др.

Совместно с музыкальным руководителем ,руководителем по ФИЗО каждый день проводится гимнастика в физкультурном или музыкальном зале. Утренняя гимнастика способствует поднятию мышечного тонуса и создаёт хорошее настроение. Комплексы включают в себя упражнения на развитие всех мышц, способствуют формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия. Ежедневно провожу гимнастику пробуждения. Различные упражнения: «Потягивание», «Отдыхаем», «Велосипед», «Рыбки», Самомассаж головы «Помоем голову», «Тепло-холодно» и др.

Чтобы обеспечить разнообразие и поддержание интереса детей к физическим упражнениям, комплексы гимнастик меняются. Гимнастику после сна я обязательно завершаю корригирующей ходьбой босыми ногами по «Дорожкам здоровья», что способствует закаливанию детей и профилактике плоскостопия.

Физкультурные занятия проводятся в зале два раза в неделю руководителем по физ. воспитанию и один раз в неделю на улице. Общеразвивающие упражнения и основные виды движений подбираются в соответствии с возрастными возможностями детей. После каждого занятия мы с руководителем по

физическому воспитанию обязательно обговариваем с кем из детей необходимо провести индивидуальную работу в течении дня.

Прекрасная возможность для развития двигательной активности имеется на прогулке. На прогулке я провожу подвижные игры на разные виды движений (бег, прыжки, равновесие, метание и т.д.), игры малой подвижности, игры и индивидуальные упражнения со спортивным оборудованием. Это такие игры, как «Бездомный заяц», «Два Мороза», «Пустое место», «Кто скорее снимет ленту» и др. Например: в играх и упражнениях «Выпрями ноги», «Лиса и куры», «Перепрыгни через ручей», «Земля, воздух, вода», «Лягушки на болоте» учу детей выполнять разнообразные прыжки и подскоки, развиваю мышцы ног. В таких игровых упражнениях, как: «Перетягивание», «Не урони мешочек» учу сохранять правильное положение осанки, держать корпус. Ежедневно я планирую на прогулке подвижные игры на развитие ловкости, быстроты движений, выносливости, находчивости, такие как: «С обручем до флажка», «Не урони мяч», «Кто быстрее добежит», «Ловишки с ленточками», «Займи свой домик», различные игры – эстафеты. Также детям нравится делать не только воображаемые упражнения, но и практические, где мы надуваем воздушные шары, дуем на различные султанчики, бабочки, вертушки, вату, снежинки и т.д.

Тематику праздников и развлечений стараюсь разнообразить. Мной было проведено занятие-развлечение: «Дорога к доброму здоровью»( см. Приложение) ,где в игровой форме закрепили знания детей о причинах простудных заболеваний и методов борьбы с ними ( закаливание, правильное питание, занятие физкультурой) ,подготовила проект на тему : «Я здоровым быть хочу» .

Очень важна для меня и такая задача, как создание развивающей предметно – пространственной среды по данной теме. Все мы знаем, что детей воспитывает и развивает то, что их окружает. Поэтому вся предметно-развивающая среда группы (мебель, оборудование, пособия) соответствуют требованиям СанПиНа, правилам охраны жизни и здоровья. В группе создан «Центр Здоровья», который

способствует развитию двигательной активности, моторики. Стараюсь создать в группе эмоциональный комфорт : формирую у детей положительную установку на детский сад, создаю атмосферу тепла, доброты, внимания. Свою деятельность по обогащению развивающей среды стараюсь выполнять на глазах у детей и они принимают в этом посильное участие. Так как среда должна быть не только развивающей, но и развивающейся.

В группе есть « Центр отдыха»-уголок уединения. Там ребенок может отдохнуть , посмотреть книжку, подумать о чем-то, расслабиться и т.д.

Детям очень нравится играть с нестандартным оборудованием, которое привлекает своей яркостью, необычностью. Из бросового материала изготовила «Дорожки здоровья», различные массажеры из киндер-сюрпризов, султанчики и т.д. Разнообразие таких атрибутов стимулирует детей на самостоятельную деятельность, а также помогает при индивидуальной работе по развитию движений.

Создавая предметно – развивающую среду, я сделала вывод, что она помогает мне в осуществлении поставленных задач по становлению ценностей ЗОЖ у дошкольников .

### **2.3 Содержание и формы работы с родителями.**

Как подтверждает практика, ни одна, даже самая лучшая оздоровительная программа не сможет дать положительных результатов, если её задачи не решаются совместно с семьёй, если в дошкольном учреждении не создано сообщество «дети – родители – педагоги». Именно детский сад является местом педагогического просвещения родителей. Для этого я использую разнообразные формы с родителями:

- Проведение опросов, тестирование родителей;
- Родительские собрания;
- Дни открытых дверей;



- Круглый стол;
- Конференции;
- Тренинги;
- Семейные спортивные досуги;
- Игротеки для детей и родителей и др.

Проводится индивидуальная работа с родителями: консультации по запросу родителей, плановые беседы с родителями по обсуждению индивидуального развития их ребенка и др.

Систематически обновляю материал в папках передвижках, выставляю статьи: «Если у ребёнка ОРВИ», «Если ребёнок отравился», «Предупреждение нарушений и утомления зрения», «Как выработать правильную осанку», «Дыхательная гимнастика и здоровье ребёнка», «Физоборудование своими руками» и др. Провожу различные конкурсы: собрали картотеку рецептов «Бабушкин сундучок», «Целебные травы в процессе оздоровления детей», «Лучший рецепт здоровой пищи» и др. Была организована фотовыставка: «Путешествие в страну здоровья».

Постоянно привлекаю родителей к изготовлению различных атрибутов; д/и своими руками, шьют костюмы и делают атрибутику для сюжетно-ролевых игр и т.д. Родители моих воспитанников помогли приобрести на группу дидактические игры, плакаты, дидактические пособия по теме; Семьи Леры В. и Маши А. сделали нам «Дорожки здоровья», мамы Коли А. и Матвея М. сшили халаты и шапочки для сюжетно-ролевой игры «Больница», родители Евы В. принесли все для игры в ДПС (безрукавку с надписью ДПС, жезл, наборы дорожных знаков и машинок, семья Леши О. изготовили массажеры из нестандартного материала.

Родители всегда с удовольствием принимают участие во всех наших мероприятиях: проведение совместных физкультурных праздников «Папа, мама, я – спортивная семья», «Праздник воздушных шаров», в различных спортивных мероприятиях на уровне ДОО и Муниципальном уровне. Очень отранно, что в этом году таких

родителей стало больше. Работая по моей теме в тесном контакте с родителями, я увидела, что наши цели совпадают: воспитать в детях желание заботиться о своём организме и быть всегда здоровым!

Наблюдая за детьми, я заметила, что дети стали больше уделять внимания заботе о своём здоровье. Могут оказать элементарную первую помощь, хорошо разбираются в строении внутренних органов и их функции; знают, что вредно и полезно для нашего организма и стараются придерживаться этих правил; ловко справляются со спортивным оборудованием и могут самостоятельно организовать подвижные игры.

В дальнейшей работе ставлю перед собой следующие задачи:

- Повышать свою осведомлённость по данной теме.
- Накапливать и усовершенствовать познавательный материал для детей.
- Продолжать работу по накоплению наглядного материала.
- Обогащать развивающую предметно – пространственную среду в группе.

### **III. Заключение**

Таким образом, комплексный подход в решении задач воспитания здорового ребёнка, взаимосвязь всех средств физического, психического и нравственного воспитания с профилактическими мероприятиями, хорошая двигательная активность детей в течение дня, связь с семьёй может дать только положительные результаты и поможет сформировать привычку к здоровому образу жизни. Воспитание человека, сознательно заботящегося о своём здоровье в течение всей жизни – важная задача детского сада, требующая включения в её реализацию всех участников воспитательно-образовательного процесса: воспитателей, детей и их родителей.

Следует помнить, что большое значение в этом имеет личный пример и пример окружающих. Педагоги и родители должны вести здоровый образ жизни, занимать-

ся спортом, соблюдать культурно-этические нормы, быть достойным объектом для подражания.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования направлен на поддержку разнообразия детства, сохранения его уникальности и самоценности. Каждый ребенок имеет право на счастливое, полное впечатлений детство. Каждый ребенок хочет быть здоровым, сильным, ловким, бегать, прыгать, кататься на велосипеде, играть со сверстниками во дворе, полноценно прожить эту яркую страницу своей жизни и стать достойным гражданином своей страны. А помочь ребенку, научить его ценить свое здоровье, заботиться о нем и радоваться жизни можем только мы, взрослые.

## Литература

- 1.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приложение к приказу Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
2. СанПиН для детского сада. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13
3. Алябьева Е.А. Тематические дни и недели в детском саду : Планирование и конспекты. 2-е изд., доп. и испр.-М.6 ТЦ Сфера, 2014.-160 с. ( Новый детский сад с любовью)
4. Анохина И.А. Модель формирования у дошкольников культуры здоровья в ДОУ: методические рекомендации / И.А. Анохина.- Ульяновск: УИПКПРО,2008.-44 с.
- 5.Анохина И.А. Формирование культуры здоровья у детей дошкольного возраста в ДОУ (Текст) : методические рекомендации / И.А. Анохина .- Ульяновск : УИПКПРО ,2010.-100 с.
6. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников. Для занятий с

детьми 2-7 лет.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-64с.

7. Волкова Л.Г., Ковардакова М.А., Королева С.В., Никитина И.П. «Букет»Здоровья: Содержание и методы работы по формированию здоровья детей в дошкольном образовательном учреждении с использованием Театра Здоровья.- Ульяновск: УИПКПРО, 2006.-72с.

8. Дошкольник. Образование. (Текст): сборник статей по организации и содержанию образовательного процесса в дошкольных образовательных учреждениях Ульяновской области в 2011-2012 учебном году. В 2 ч. Часть 1/отв.ред. И.А.Анохина.- Ульяновск :УИПКПРО, 2011.-80 с.

9. Дошкольник. Образование. Здоровье (Текст): сборник статей по организации и содержанию здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях Ульяновской области в 2012-2013 учебном году. В 2 ч. Часть 1/отв. редактор И.А.Анохина.- Ульяновск :УИПКПРО, 2012.-96 с.

10. Дошкольник. Образование. Здоровье (Текст): сборник статей по организации и содержанию здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях Ульяновской области в 2012-2013 учебном году. В 2 ч. Часть 2/отв.редактор И.А.Анохина.- Ульяновск :УИПКПРО, 2012.-88 с.

11. Интегрированный подход в работе с семьей по формированию у дошкольников основ культуры здоровья ( Текст) : сборник материалов из опыта работы дошкольных образовательных учреждений Ульяновской области.- Ульяновск : УИПКПРО, 2014.-92 с.

12. Основная образовательная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»/ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой. -М.: Мозаика-Синтез,2015

13. Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С., Гаврилова И.А. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании- Ульяновск: изд-во УлГПУ, 2007.-262 с.

14. Саулина Т.Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения: Для

занятий с детьми 3-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-112с.

15. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/ Авт.- сост.Э.Я. Степаненкова .-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-144с.

16.Формирование представлений о себе у старших дошкольников: игры-занятия /авт.-сост. М.Н.Сигимова. -Волгоград: Учитель, 2009.-166 с.

## приложение

### **Планирование воспитательно-образовательной работы (на неделю 15.05.-19.05.2018 г.)**

**Тема:** «Человек. Части тела. Мое здоровье»

**Итоговое мероприятие:** Развлечение «День защиты детей»

| День недели | Режим       | Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей                         |   |   | разрешенные цели (цели)              |
|-------------|-------------|--|---|---|--------------------------------------|
|             |             | Групповая, подгрупповая  | Индивидуальная  | Образовательная деятельность в режимных моментах                  |                                      |
|             | 2           | 3  | 4   | 5   |                                      |
|             | <b>Утро</b> | Утренняя гимнастика.<br>Беседа с детьми «В здоровом теле здоровый дух» Цель:<br>формировать у детей привычку к | Д/И «Расставь по порядку» Цель:<br>закрепить с детьми знания о числовом | Оформление уголка здоровья – художественная и научная литература, | Дежурство при выполнении команд Цель |

|                           |  |   |   |  |   |  |
|---------------------------|--|---|---|--|---|--|
| Понедельник 15 мая 2018г. |  | здоровому образу жизни, дать представление о пользе физкультуры для сохранения здоровья.<br>П/И «Делай, как я»  | отрезке в пределах 10, упражнять в сравнении предметов по различным признакам.    | буклеты, плакаты, иллюстрации по теме.<br>Д/И «Валеология», «Азбука безопасности»<br>Цель: воспитывать желание играть, считаясь с мнением других.                                  | пред<br>разм<br>(чер<br>отро<br>восп<br>нав<br>Сам<br>деят<br>цент                                  |  |
|                           | Непосредственн<br>о<br>образовательная<br>деятельность   | <b>Познание. Формирование целостной картины мира.</b> «Природа и здоровье» Цель: подвести к тому, что окружающая среда влияет на состояние человека. Продолжать знакомить с основами здорового образа жизни.<br>Учить видеть эмоциональное и физическое состояние взрослых и детей. |   |  |   |  |
|                           |  | <b>Чтение художественной литературы.</b> Чтение стихотворения С. Еремеева «Медвежонок Фролик» Цель: воспитывать поэтический слух, умение слышать и выделять в тексте выразительные средства. Учить детей понимать содержание произведения.<br>Развивать аналитические способности.  |   |  |   |  |
|                           |  | <b>Физическая культура</b> (под музыку) Цель: упражнять детей в ходьбе по канату приставным шагами, прыжках на одной ноге с продвижением вперед, в метании мешочка в горизонтальную цель.   |   |  |   |  |
|                           | Прогулка   | Наблюдение мать-и-мачехи. Это дикорастущее растение.<br>Спросить, знают ли дети о его полезных свойствах, рассказать.<br>Дать потрогать листья растения и предложить подумать, почему оно так называется.<br>П/И «Ловишка с мячом»  | П/И «Классы» Цель: упражнять в умении прыгать на одной ноге с продвижением вперед | Ситуативный разговор «Какого человека можно назвать здоровым?»   | Тру<br>собр<br>песч<br>фор<br>дов<br>кон<br>Игр<br>гор<br>фор<br>разв<br>согл<br>Сам<br>дви<br>дете |  |
|                           | Работа перед сном  | Культурно – гигиенические процедуры. Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Дядя Фёдор и пёс»  |   |  |   |  |
|                           | Вечер  | Гимнастика после сна.<br>С/Р игра «Поликлиника» Цель: воспитывать умение самостоятельно распределять роли, развивать сюжет на основе личного опыта, пользоваться в игре предметами – заместителями.   | Работа над выразительным чтением стихотворений к выпускному утреннику.            | Д/И «Чудо крестики», «Четвертый лишний»<br>Цель: воспитывать интерес к, терпение, развивать логическое мышление. Настольная игра «Лото» (по теме)<br>Цель: закрепить правила игры. | Атр<br>д/и,<br>Сам<br>деят<br>цент  |  |
| Прогулка                  | Наблюдение за одеждой людей часто ходят в платьях с короткими рукавами, футболках. Почему?<br>Назвать предметы одежды, которую надевают летом. П/И «Колокольчик» |   |   |  |   |  |

| День недели | Режим | Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей  |   |  | разрешенная деятельность (цели, задачи)         |
|-------------|-------|---|---|--|---|
|             |       | Групповая, подгрупповая   | Индивидуальная  | Образовательная деятельность в режимных моментах   |   |
|             | 2     | 3   | 4   | 5  |   |
|             | Утро  | Утренняя гимнастика.<br>Беседа с детьми «Спорт и люди» (на наглядном материале) Цель: учить детей делать простейшие выводы, умозаключения.<br>П/И «Волк во рву» | Д/И «Я начну, а ты продолжи» Цель: учить детей пересказывать прочитанное произведение | Д/И «Чистота – залог здоровья» Цель: воспитывать культурно – гигиенические навыки.<br>Д/И «Найди противоположности»<br>Цель: развивать | Деж<br>при<br>пыл<br>Цел<br>труд<br>Сам<br>деят |

|                       |  |   |   |  |   |  |
|-----------------------|--|---|---|--|---|--|
| Вторник 16 мая 2018г. |  |   |   | логическое мышление, умение подбирать слова –антонимы.                 | цент  |  |
|                       | Непосредственно образовательная деятельность   | <b>Познание. ФЭМП.</b> Цель: закреплять и развивать умение ориентироваться в пространстве с помощью обозначений (стрелок, указателей движения), планов, маршрутов, схем. Учить определять направление, отражать в речи их взаимное расположение, моделировать пространственные отношения с помощью предметов. |   |  |   |  |
|                       |  | <b>Художественное творчество. Аппликация.</b> «На зарядку становись!» Цель: учить определять части тела, выбирать знакомые приемы аппликации. Развивать умение видеть лучшие работы, творчески подходить к выполнению работы.   |   |  |   |  |
|                       |  | <b>Физическая культура</b> (под музыку) Цель: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке (на каждый шаг – передача мяча перед собой и за спину), в прыжках в длину с разбега, в ведении мяча правой и левой рукой по прямой.   |   |  |   |  |
|                       | Прогулка   | Полубоаваться цветущей черемухой, ее белыми пушистыми цветами. Вдохнуть аромат. Сказать примету: зацвела черемуха – пришли холода. Прочитать стихотворение Есенина «Черемуха». П/И «Не оставайся на полу»   | Продолжать закреплять технику метания малого мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель.   | Ситуативный разговор «Чисто на там, где убирают, а там, где не сорят!» | Тру, собр, появ, Цел, жел, взро, Сам, дви, дете |  |
|                       | Работа перед сном  | Культурно – гигиенические процедуры. Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Доктор Айболит» (повесть. Продолжение )  |   |  |   |  |
| Вечер                 | Гимнастика после сна. Просмотр кукольного спектакля «Три поросенка» в исполнении артистов театра кукол «Радуга»              | Повторить с детьми слова сценки «Лодырь и подушка» Цель: развивать умение выразительно читать стихи   | Д/И «Можно –нельзя» Цель: закрепить основы здорового образа жизни. Д/И «Из чего состоит человек» Цель: дать представление о строении тела человека. Рассматривание атласа «Человек» Цель: расширять кругозор детей. | Атр, д/и, Сам, деят, цент  |   |  |
| Прогулка              | Наблюдение за тем, как одеваются люди. Цель: развивать наблюдательность, умение делать выводы. Цель: закрепить правила игры. |   |   |  |   |  |

| День недели         | Режим | Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей  |   |   | разрешенные виды деятельности (цели, задачи) |
|---------------------|-------|---|---|---|--|
|                     |       | Групповая, подгрупповая   | Индивидуальная                                    | Образовательная деятельность в режимных моментах  |  |
| Среда 17 мая 2018г. | 2     | 3   | 4   | 5   |  |
|                     | Утро  | Утренняя гимнастика. Беседа «Как устроено наше тело?» Цель: закрепить знания детей о строении тела человека, функциях органов чувств. П/И «Услышь – поймай» | Упражнять детей в написании графического диктанта | Д/И «Скажи по другому» Цель: закрепить умение подбирать синонимы, антонимы, омонимы. Д/И «Кто больше знает о себе?» Цель: закрепить знания о теле человека. Деятельность в центре конструирования «Автомобиль скорой помощи» Цель: развивать конструкторские способности. | Деж, Цел, прав, стол, Сам, деят, цент        |

|                 |   |  |   |  |   |
|-----------------|---|--|---|--|---|
|                 | <b>Непосредственная образовательная деятельность</b>  | <b>Познание. ФЭМП</b> Цель: закрепить умение правильно ориентироваться в пространстве, уточнить «вниз», «справа –слева», «выше –ниже», «правее –левее». Развивать умение ориентироваться на клетку.                      |   |  |   |
|                 |   | <b>Музыка</b> (по плану музыкального руководителя)   |   |  |   |
|                 |   | <b>Художественное творчество. Рисование.</b> «Мы рисуем человека» Цель: упражнять в умении закреплять умение передавать характерные особенности, специфические черты, отражать их в                                      |   |  |   |
|                 | <b>Прогулка</b>   | Наблюдения за черемухой.<br>Рассказать, что черемуха полезна.<br>Если поставить ветки черемухи в комнате, то улетят вредные насекомые. Кора черемухи ядовита. Из плодов и листьев делают лекарство.<br>П/И «Волк во рву» | П/упражнение «Подбрось и поймай»<br>Цель: упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками.                            | Ситуативный разговор «Почему нужно охранять природу?» Цель: закрепить представление о взаимосвязи человека и природы | Тру...<br>за р...<br>Цел...<br>жел...<br>цвет...<br>умел...<br>пол...<br>Сам...<br>двиг...<br>дет |
|                 | Работа перед сном   | Культурно – гигиенические процедуры. Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Доктор Айболит» (повесть. Окончание)  |   |  |   |
| <b>Вечер</b>    | Гимнастика после сна.<br>С/Р игра «Аптека» Цель: закрепить представление детей о работе аптеке, пользе и вреде различных лекарств для человека.<br>Формировать умение вежливо обращаться друг к другу с просьбой. | Разучивание с девочками движений танцевальной композиции «Прощайте, игрушки!»  | Д/И «Покажи, где находится?», «Я загадала», «Что для чего?» Цель: закрепить представление об организме человека, развивать логическое мышление. | Атр...<br>д/и...<br>Сам...<br>дея...<br>цент   |   |
| <b>Прогулка</b> | Обойти вокруг сада, отметить, какие произошли изменения. Обратить внимание на чистоту территории, кто заботится об этом. Цель: воспитывать желание поддерживать чистоту и порядок на участке «Ручеек»             |  |   |  |   |

| День недели            | Режим  | Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей  |  |   | раз...<br>д...<br>(це...<br>п...  |
|------------------------|--|---|--|---|---|
|                        |  | Групповая, подгрупповая   | Индивидуальная   | Образовательная деятельность в режимных моментах  |   |
| Четверг 18 мая 2018 г. | 2  | 3   | 4  | 5   |   |
|                        | <b>Утро</b>  | Утренняя гимнастика.<br>Беседа с детьми «Мы дружим с физкультурой» Цель: закрепить понятие о пользе физкультуры и спорта для здоровья человека.<br>П/И «Затейники»  | Д/И «Найди клад»<br>Цель: закрепить умение ориентироваться в пространстве с помощью указателей (словесных и наглядных) | Д/И «Угадай вид спорта»<br>Цель: закрепить знания о видах спорта.<br>Д/И «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем» Цель: развивать умение отгадывать виды спорта. | Тру...<br>пом...<br>цент...<br>Цел...<br>умел...<br>труд...<br>Сам...<br>дея...<br>цент |
|                        | <b>Непосредственная образовательная деятельность</b>   | <b>Коммуникация. Развитие речи.</b> «Весна в городе Скороговора» Цель: закрепить умение точно и выразительно и с соответствующей интонацией использовать в своей речи малые формы фольклора, проявлять интерес к скороговоркам, пословицам, считалкам |  |   |   |
|                        |  | <b>Художественное творчество. Рисование.</b> «Мы делаем зарядку» Цель: продолжать учить передавать в рисунке его движения, композиционно располагая рисунок на листе бумаги. Воспринимать свои работы и работы товарищей.                             |  |   |   |
|                        | <b>Физическая культура.</b> Цель: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с отбиванием на каждый шаг, в беге «змейкой» между предметами, в прыжках в высоту с разбега. |   |  |   |   |
| <b>Прогулка</b>        | Полюбоваться цветущими деревьями. Спросить детей, правильно ли М. Пришвин называл апрель – весной воды, а май – весной цветов. Сказать   | Упражнять детей в прыжках через длинную скакалку  | Ситуативный разговор «Почему полезно заниматься физкультурой?» Цель: развивать мышление,                               | Тру...<br>собр...<br>пес...<br>восп...<br>след  |   |



|  |                   |   |   |   |                              |
|--|-------------------|---|---|---|------------------------------|
|  |                   | пословицу: май леса наряжает – лето в гости ожидает.<br>П/И «Займи домик»   |   | умение отвечать сложносочиненными предложениями.  | участие Самодвижение детей   |
|  | Работа перед сном | Культурно – гигиенические процедуры. Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Уроки   |   |   |                              |
|  | <b>Вечер</b>      | Гимнастика после сна.<br>С/Р игра «Скорая помощь» Цель: закрепить представление о работе скорой помощи, закрепить умение правильно вызывать бригаду скорой помощи, закрепить знания об оказании первой помощи при порезах | Д/И «Учат в школе»<br>Цель: продолжать упражнять детей в умении составлять и решать арифметические задачи на наглядном примере. | Д/И «Хорошо –плохо»<br>Цель: развивать логическое мышление. Игровые тренинги «Окажи первую помощь» Цель: дать представление о правилах оказания первой помощи при укусах насекомых. | Атрибуция Самодвижение детей |
|  | <b>Прогулка</b>   | Обратить внимание на большое количество пчел в саду. Спросить, что их сюда привлекает количество плодов зависит от количества насекомых. П/И «Медведь и пчелы»  |   |   |                              |

| День недели            | Режим   | Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей   |   |   | развитие (цели)                 |
|------------------------|---|--|---|---|---------------------------------|
|                        |   | Групповая, подгрупповая  | Индивидуальная  | Образовательная деятельность в режимных моментах  |                                 |
| Пятница 19 мая 2018 г. | 2   | 3  | 4   | 5   |                                 |
|                        | <b>Утро</b>   | Утренняя гимнастика.<br>Беседа с детьми «Здоровье – главное богатство» Цель: закрепить представление о необходимости беречь свое здоровье.<br>П/И «Карусель»   | Д/И «Который час?»<br>Цель: закрепить временные отношения, умение показывать и называть время на часах.             | Д/И «Профессии» Цель: закрепить представления о профессиях людей, связанных с укреплением здоровья людей.<br>Д/И «Цветик – семицветик» Цель: воспитывать умение детей высказывать свои пожелания. | Деятельность Самодвижение детей |
|                        | <b>Непосредственная образовательная деятельность</b>            | <u>Музыка</u> (по плану музыкального руководителя)<br><u>Художественное творчество. Конструирование.</u> «Больницы будущего» Цель: развивать конструкторские способности, умение управлять своей деятельностью, самостоятельно организовывать разнообразные интеллектуальные действия. |   |   |                                 |
|                        | <b>Прогулка</b>   | Наблюдение за цветущими плодовыми деревьями.<br>Предложить определить названия деревьев. Предложить подумать, зачем белят стволы деревьев.<br>П/И «Кто быстрее?» (спортивные эстафеты –игры)   | П/И «Кто первый?»<br>Цель: развивать бег в одном направлении, быстроту  | Ситуативный разговор «Где живут микробы и вредны ли они для здоровья человека?»<br>Цель: воспитывать культурно – гигиенические навыки.  | Трудовые Самодвижение детей     |
|                        | Работа перед сном   | Культурно – гигиенические процедуры. Чтение художественной литературы: Г. Горн «Энциклопедия сказок рассказов для самых маленьких»   |   |   |                                 |
| <b>Вечер</b>           | Гимнастика после сна.<br><br>Театральная студия «Три поросенка» | Разучить движение танца –игры «Что вы сказали, какую назвали?» Цель: развивать внимание детей.   | Развлечение «Путешествие в страну здоровья» Цель: закрепить представление о пользе спорта для здоровья, воспитывать | Атрибуция Самодвижение детей  |                                 |

|  |                 |  |  |  |  |
|--|-----------------|--|--|--|--|
|  |                 |  |  | желание поддерживать здоровый образ жизни. |  |
|  | <b>Прогулка</b> | Наблюдение за вечерней погодой. Цель: развивать умение сравнивать утреннюю, дневную и вечернюю погоду. Развивать наблюдательность и память. П/И «Кого не стало?» |  |  |  |