

АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**Государственное бюджетное дошкольное образовательноеучреждение**

**детский сад № 31 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга**

(ГБДОУ детский сад № 31 Красносельского района Санкт-Петербурга)

ул. Добровольцев, д.22, корп.2, 198329

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В КОРРЕКЦИОННОЙ**

**И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДОШКОЛЬНИКАМИ С ТНР**

**Подготовительной группы №11**

Разработала воспитатель:

Булгакова Н.А.

Санкт-Петербург

2021 год

В период дошкольного детства закладываются основы сознательного стремления ребенка к здоровому образу жизни, познанию самого себя, формированию, укреплению и сохранению культуры здоровья. Педагоги дошкольных организаций целенаправленно работают над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ищут новые современные методы, приемы и подходы, соответствующие возрасту дошкольников и их индивидуальным особенностям. Поэтому мы хотим предложить модель здоровьесберегающей технологии — программу «Планета Здоровья», основой которой является укрепление и сохранение не только физического и психического, но и речевого здоровья, так как она разработана для воспитанников с тяжелыми нарушениями речи (ОНР).

Парциальная адаптированная программа «Планета Здоровья» разработана на основе комплексной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) в соответствии с:

— Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

— Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

— Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 „Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Программа основывается на трех блоках: «Физическое здоровье», «Речевое здоровье», «Психическое здоровье». Для каждого блока есть ответственный педагог (педагог-психолог, учитель-логопед, инструктор по физической культуре), который осуществляет эту образовательную технологию во взаимодействии с воспитателями, родителями и детьми.

В программу «Планета Здоровья» вошли следующие образовательные технологии: — личностно ориентированная технология;

— игровая технология;

— проектная деятельность;

— здоровьесбережение (пальчиковые, артикуляционные, дыхательные, мимические, глазные, релаксационные гимнастики, психогимнастики, самомассаж, логоритмические упражнения, корригирующие, бодрящие зарядки, физкультминутки, подвижные игры, упражнения для профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки);

— сказкотерапия.

Для внедрения образовательной технологии «Планета Здоровья» используются:

— практический инструментарий (подборки игр, упражнений, гимнастик, литературы для детей и педагогов);

— организация развивающей среды в группах;

— целевые ориентиры и планируемые результаты освоения программы;

— комплексно-тематическое планирование;

— конспекты занятий;

— физкультурные досуги, развлечения.

В подготовительной группе программа «Планета Здоровья» включает в себя: комплексно-тематическое планирование, конспекты непрерывной образовательной деятельности, физкультурные досуги, конспекты интегрированных занятий, игры, упражнения. Участниками программы становятся дети, педагоги и родители.

Главным героем программы стал Здоровейка (кукла-мальчик), с которым дети и взрослые отправляются к далекой планете Здоровья. На этой планете они будут играть, узнавать много нового и постигать основы ЗОЖ вместе с героем, а заодно научат его тем навыкам и умениям, которыми уже овладели. Для путешествий по планете Здоровья разработан цикл мероприятий и образовательных ситуаций на темы ЗОЖ: «Знакомься: твое тело», «Чистота — залог здоровья», «Приятного аппетита!», «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу», «Режим дня — верный помощник нашего здоровья», «Витамины, микробы и вирусы».

Этот модуль программы «Планета Здоровья» для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОПР) от 4 до 7 лет состоит также из трех блоков — «Физическое здоровье», «Речевое здоровье», «Психическое здоровье». Для детей они стали тремя царствами, которые находятся на планете Здоровья. За блок «Физическое здоровье» отвечает инструктор по физической культуре — это физкультурные досуги. За блок «Речевое здоровье» отвечает учитель-логопед — это логопедические занятия на темы ЗОЖ. За блок «Психическое здоровье» отвечает педагог-психолог — это занятия с использованием сказкотерапии.

Все занятия объединены одной из тем ЗОЖ в соответствии с комплексно-тематическим планированием и проводятся два раза в месяц, одна тема длится на протяжении двух месяцев. За это время специалисты проводят по одному занятию с детьми и мероприятию с родителями. Сначала инструктор по физической культуре проводит с детьми досуг, после этого учитель-логопед проводит логопедическое занятие, а затем педагог-психолог проводит занятие по сказкотерапии. После проведения тематических занятий, связанных одной темой, все три специалиста проводят итоговое интегрированное занятие. В итоговые интегрированные занятия входят игры, задания, упражнения, проводимые ранее на занятиях специалистов, с целью повторения и обобщения полученных детьми знаний. В конце учебного года педагоги организуют игры-квесты «Планета Здоровья» по всем пройденным в течение года темам. На протяжении всей программы воспитатель осуществляет совместную образовательную, коррекционно-развивающую деятельность и предварительную работу перед занятиями специалистов с детьми по комплексно-тематическому планированию. Также оказывает организационную и творческую помощь в работе с родителями.

**Физическое здоровье**.

Физическое здоровье — это состояние организма и его правильное функционирование.

**Цель этого блока** — сохранение, укрепление и коррекция физического здоровья **дошкольника.**

**Задачи**

1. Обогатить знания детей в области физического развития по темам ЗОЖ.

2. Расширить набор двигательных навыков путем введения в образовательный процесс различных коррекционных упражнений, гимнастик, зарядок.

3. Интегрировать решение задач по физическому развитию и формировать понятия о ЗОЖ по темам комплексно-тематического планирования программы «Планета Здоровья».

В царстве Физкультуры все играют в разные спортивные игры, прыгают на скакалках, быстро бегают, красиво танцуют, умеют плавать. Здесь все быстрые, ловкие и смелые, потому что любят двигаться и заниматься физкультурой.

В царстве Физкультуры каждый должен соблюдать законы.

• Рано вставать и делать зарядку.

• Правильно питаться и есть витамины.

• Пить больше чистой воды.

• Гулять на свежем воздухе и закаляться.

• Делать физические упражнения и следить за осанкой.

• Ухаживать за собой и следить за соблюдением личной гигиены.

• Воспитывать хорошие привычки и бороться с вредными привычками.

• Слушать взрослых и беречь свое здоровье.

Образовательная и коррекционно-развивающая работа по физическому здоровью с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи, включает физкультурные досуги и занятия, в которые вошли: дыхательные, глазные, релаксационные гимнастики, самомассаж, корригирующие, бодрящие зарядки, гимнастики, комплексы ОРУ, физкультурные минутки, подвижные, речевые игры, упражнения для профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки.

В образовательный процесс включаются родители, которые участвуют в таких мероприятиях, как:

— изготовление семейного ежедневника ЗОЖ «Календарь здоровья»;

— изготовление из бросовых материалов тренажеров — массажеров для коррекции осанки или профилактики плоскостопия;

— создание фотоколлажа «Режим дня — верный помощник нашего здоровья»; — организация фотовыставки «Я умею кататься на коньках и лыжах»;

— консультация для родителей «Как устроены биологические часы, биологические ритмы организма»;

— мастер-класс для родителей «Здоровье в порядке — спасибо зарядке!»;

— изготовление книжки-самоделки «Где прячутся витаминки?»

**Психическое здоровье**.

Под психическим здоровьем понимается умение человека адаптироваться в различных социальных условиях.

**Цель блока**; сохранение, укрепление и коррекция физического здоровья дошкольника, формирование умения продуктивно и плодотворно общаться, адекватно реагировать на меняющиеся социальные ситуации, регулировать свое поведение в соответствии с социальными нормами.

**Задачи**

1. Укреплять психическое здоровье детей, способствовать их эмоциональному благополучию.

2. Развивать умение чувствовать свое тело, осознанно относиться к своему здоровью.

3. Развивать детскую любознательность, активную, деятельностную позицию, творческий потенциал детей.

4. Развивать общение и активное взаимодействие ребенка со взрослыми и сверстниками на основе общих дел, стремление участвовать в социально значимых событиях, проектах, досугах, играх, акциях.

В этом царстве главное — это психическое здоровье детей. Вместе со Здоровейкой дети учатся сопереживать и помогать другим людям, справляться с трудностями в сложных и незнакомых ситуациях без значительного ущерба для психики, адекватно себя в них вести, быть уверенными, эмоционально благополучными и успешными, выражать свои чувства и контролировать эмоции, осознавать свое эмоциональное состояние и конструктивно разрешать конфликты.

Играя с детьми, мы используем один из методов, направленных на решение какой-либо проблемы, — сказкотерапию. Сказка знакомит детей с реальностью, помогает понять, «что такое хорошо, а что такое плохо». Данный метод используется для речевой активности детей с тяжелыми нарушениями речи, развивает у ребят творческую инициативу, совершенствует их взаимоотношения с окружающими. Трудно отрицать роль сказок и художественных произведений в воспитании правильной устной речи.

Чтобы добиться положительного результата в коррекционной работе с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи, используем сюжетно-тематическую организацию занятий со сказочной тематикой, так как данные занятия более целесообразны для активизации речи, развития познавательных процессов, соответствуют детским психофизическим данным, а также максимально реализуют потенциальные возможности детей. В занятия по сказкотерапии включены дыхательные, релаксационные, пальчиковые гимнастики, а также психогимнастика в образовательный процесс включаются родители, которые участвуют в таких мероприятиях, как:

— мастер-класс по изготовлению книжки-малышки о важности соблюдения чистоты;

— конкурс рецептов «Что любит мой малыш» (делимся опытом приготовления вкусной и здоровой пищи для ребенка);

— консультация для родителей «Что такое сказкотерапия?»;

— изготовление атрибутов для ритуала вхождения детей в сказку (конкурс на лучший атрибут);

— консультации для родителей о здоровом образе жизни детей 5—6 лет;

— конкурс на лучшую сказку о пользе овощей и фруктов, придуманную детьми совместно с родителями;

— мастер-класс по созданию куклы-марионетки Витаминки.

**Речевое здоровье**.

Учитывая то, что программа направлена на детей с тяжелыми нарушениями речи, мы решили выделить отдельное царство по речевому здоровью.

**Цель блока** — развитие компонентов речевой системы в соответствии с темами ЗОЖ посредством здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:** активизировать словарь и способствовать овладению детьми с тяжелыми нарушениями речи самостоятельной, связной, грамматически правильной речью и коммуникативными навыками.

**Речь** — показатель психического здоровья человека, его интеллекта. Она не является врожденной способностью человека, формируется у ребенка постепенно, вместе с его ростом и развитием. Чем богаче и правильнее речь ребенка, тем шире его возможности познать действительность; полноценнее будут и его взаимоотношения с детьми и взрослыми, его поведение, а следовательно, и его личность в целом. Любое нарушение речи в той или иной степени может отразиться на деятельности и поведении ребенка.

В царстве Речи вместе со Здоровейкой дети будут играть в речевые игры, выполнять логоритмические упражненрм, развивать артикуляционный аппарат и пальчиковую моторику, делать дыхательную гимнастику.

В образовательный процесс включаются родители, которые участвуют в следующих мероприятиях:

— мастер-класс «Артикуляционная гимнастика со Здоровейкой»;

— создание интерактивной развивающей игры «Шаги к здоровью»;

— консультация «Логопедические упражнения и здоровьесбережение»;

— изготовление пособия с картинками «Волшебные часы» (режим дня группы);

— совместное создание тематического альбома «Я здоровье сберегу...»;

— консультация «Развитие речи ребенка и воспитание здорового образа жизни».

Мы рекомендуем изготовить дидактическое пособие в виде планеты, на которой находятся три царства, и, конечно, самого героя — Здоровейку. В каждом царстве есть ворота: они открываются, и все видят картинку с изображением того, какой деятельностью сегодня будут заняты дети, будут они выполнять какие-то действия самостоятельно или при поддержке родителей. Каждое царство имеет свой основной цвет; когда у нашего героя появляется шапочка того же цвета, всем сразу становится понятно, куда мы сегодня отправимся. Также дети могут проявить инициативу и выбрать царство. Следует разработать серии картинок с изображениями основных направлений здоровья, образовательных ситуаций, игр, упражнений, мероприятий детей, а также наглядных консультаций для родителей по знакомству со Здоровейкой и царствами планеты Здоровья.

Все картинки и макет планеты Здоровья должны находиться в группе в свободном доступе, чтобы дети могли проявить инициативу: взять картинку, вложить ее в окошко определенного царства и организовать любой вид деятельности вместе с товарищами.

Для родителей советуем оформить стенд «Советы Здоровейки», на который периодически выставлять информацию по здоровьесбережению, творческие поручения, содержание тем по программе. Обратите внимание родителей и на макет планеты Здоровья, который находится в-группе: открытые ворота того или иного царства и соответствующая картинка подскажут им тему, которую сейчас осваивают дети. Кроме того, картинки обычно предлагают совершить какое-то действие или совместную деятельность родителя с ребенком, например: «при встрече обними меня», «когда прощаешься, поцелуй», «поиграйте в мяч», «спросите, как прошел сегодняшний день».

В ходе реализации программы родители и дети выполняют творческие поручения, проявляют творческие способности, участвуют в практикумах, мастер-классах, конкурсах и выставках, создают тематические альбомы, пособия, игры и книжки-малышки на тему ЗОЖ.

Программа определяет комплекс основных характеристик:

— объем;

— содержание;

— планируемые результаты;

— особенности организации воспитательно-образовательного процесса.

Программа направлена на;

— воспитание основ культуры здоровья;

— формирование представления ребенка о себе и здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья;

— создание условий развития ребенка, открывающих возможности для позитивной социализации, приобщения к здоровому образу жизни, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей — на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

— активизацию, пополнение, расширение словарного запаса детей, развитие лексико-грамматических характеристик речи, связной речи; — расширение развивающей образовательной среды как условие социализации и индивидуализации детей.

Программа может корректироваться в связи с актуальными интересами воспитанников, образовательными запросами родителей, результатами апробации программы и пр.

**1.2. Цели и задачи реализации программы**

**Цели**: укрепление, сохранение и формирование физического, психического и речевого здоровья через игру, образовательные ситуации и технологии, досуги и развлечения, приобщающие детей к пониманию и применению в различных видах деятельности понятия «здоровый образ жизни»; развитие взаимодействия, сотрудничества и партнерских отношений детей, педагогов и родителей.

**Задачи:**

1. Охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие.

2. Формировать представления дошкольников о здоровье, умения и навыки, содействующие его поддержанию и укреплению.

3. Формировать устойчивую мотивацию дошкольников к здоровьесбережению.

4. Расширить набор двигательных умений и навыков путем введения в образовательный процесс различных коррекционных зарядок, гимнастик, упражнений.

5. Развивать осознанное отношение детей к своему здоровью, навыкам личной гигиены и самоконтроля за их выполнением.

6. Создавать атмосферу эмоционального благополучия и успешности, поддерживать положительное отношение к миру, к себе и другим людям.

7. Поддерживать и развивать творческую инициативу, индивидуальные способности каждого ребенка во всех видах деятельности, расширять кругозор.

8. Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщать семьи к здоровому образу жизни.

9. Привлекать к проектной и творческой деятельности не только детей, но и их родителей — как участников образовательных отношений.

10. Повышать компетентность педагогов по проблеме внедрения и использования в процессе образовательной деятельности здоровьесберегающих технологий.

11. Активизировать словарь и способствовать овладению детьми с тяжелыми нарушениями речи самостоятельной, связной, грамматически правильной речью и коммуникативными навыками. 12. Развивать у дошкольников социальный и эмоциональный интеллект, эмоциональную отзывчивость.

13. Развивать детскую любознательность, активную, деятельностную позицию, творческий потенциал детей.

14. Развивать общение и активное взаимодействие ребенка со взрослыми и сверстниками на основе общих дел, стремление участвовать в социально значимых событиях, проектах, досугах, играх, акциях.

**1.3. Принципы и подходы к формированию программы**

Программа основывается на следующих принципах.

1. Онтогенетический принцип, который учитывает закономерности развития детской речи в норме.

2. Принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка.

3. Связь развития речи с другими функциями. Развитие речи неразрывно связано с развитием восприятия различной модальности (слуховой, зрительной, тактильной), памяти, внимания, мышления.

4. Принцип научности — подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

5. Принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса.

6. Принцип поддержки детской инициативы и формирован познавательных интересов каждого ребенка.

7. Принцип интеграции усилий специалистов.

8. Принцип оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

9. Принцип конкретности и доступности учебного материала (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с индивидуальными и возрастными особенностями детей).

10. Принцип систематичности и взаимосвязи учебного материала.

11. Принцип постепенности подачи учебного материала.

12. Принцип концентрического наращивания информации в каждой из последующих возрастных групп.

13. Принцип результативности и гарантированности — реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня развития детей.

**1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики**

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) — это дети с поражением центральной нервной системы, у которых стойкое речевое расстройство сочетается с различными особенностями психической деятельности. Общее недоразвитие речи рассматривается как системное нарушение речевой деятельности, сложные речевые расстройства, при которых у детей нарушено формирование всех компонентов речевой системы, касающихся и звуковой, и смысловой сторон, при нормальном слухе и сохранном интеллекте (Р. Е. Левина, Т. Б. Филичева, Г. В. Чиркина). Речевая недостаточность при общем недоразвитии речи у дошкольников может варьироваться от полного отсутствия речи до развернутой речи с выраженными проявлениями лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития (Р. Е. Левина).

**1.5. Планируемые результаты освоения программы**

Приоритетными направлениями деятельности логопедических групп являются квалифицированная коррекция речи, обучение, воспитание и развитие детей с тяжелыми нарушениями речи. Поэтому в процессе приобщения дошкольников с тяжелыми нарушениями речи к здоровому образу жизни принимаются во внимание общеразвивающие и коррекционные задачи; коррекция речи и высших психических функций (внимания, памяти, мышления, воображения), коммуникативных навыков, эмоционально-волевой сферы.

Целевые ориентиры реализации программы представляют собой характеристики возможных достижений воспитанников. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценкой в соответствии с установленными требованиями образовательной деятельности и подготовки детей.

Настоящие требования являются ориентирами для:

— решения задач формирования программы;

— анализа профессиональной деятельности;

— информирования родителей (законных представителей) относительно целей программы.

**Старший дошкольный возраст (6—7 лет)**

• Ребенок умеет заботиться о своем здоровье, сознательно стремится быть здоровым.

• Знает, как соблюдать здоровый образ жизни.

• Знает правила личной гигиены и правильно пользуется предметами личной гигиены.

• Имеет представление о важных компонентах ЗОЖ: солнце, воздухе и воде.

• Имеет представление о витаминах, микробах и вирусах.

• Знает, что следует заботиться не только о своем здоровье, но и о здоровье окружающих.

• Знает понятия «режим дня», «витамины», «полезные продукты», «микробы и вирусы», о правильном питании и его значимости.

• Знает правила поведения во время приема пищи.

• Хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, проявляет инициативу в общении.

• Умеет задавать вопросы, делать умозаключения.

• Умеет выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениях.

• Знает и умеет пересказывать, рассказывать стихи, потешки на тему здоровья.

• Умеет самостоятельно или при помощи взрослого проводить пальчиковые и артикуляционные гимнастики.

• Не допускает лексико-грамматических ошибок, уровень развития грамматического строя речи начинает приближаться к возрастной норме.

• Использует в экспрессивной речи расширенный словарь существительных, глаголов, прилагательных.

• Грамотно использует конструкции с предлогами, союзами, частицами.

• Умеет составлять сложные предложения.

• Может следовать социальным нормам и правилам поведения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

• Умеет обобщать приобретенный опыт и связывать его с уже имеющимся.

• Умеет договариваться, старается разрешать конфликты.

• Владеет основными движениями, с музыкальным и словесным сопровождением, может контролировать их.

• Умеет организовывать игровое взаимодействие, осваивать игровые способы действий, создавать проблемно-игровые ситуации.

Эффективность реализации программы также определяется развитием компетенций взрослых — педагогов и родителей.

**Родители:**

— осознают ценность доверительного общения с детьми, совместной деятельности и совместной радости;

— активно включаются в образовательную деятельность, в том числе посредством участия в образовательных проектах, выставках, конкурсах, творческих поручениях, мастер-классах, практикумах, относящихся к здоровьесберегающим технологиям.

**Педагоги:**

— с интересом включаются в познавательную деятельность по вопросам здоровьесбережения;

— апробируют современные педагогические технологии (технологии здоровьесбережения, проектной деятельности, сказкотерапии, педагогики сотрудничества, игровые, информационно-коммуникативные технологии), новые формы взаимодействия участников образовательного процесса.

**2. Содержательный раздел.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема | *Месяц* | *Название*  *занятия/досуга/мероприятия* | *Содержание работы с детьми* | *Организация взаимодействия и формы работы с родителями* |
| «Планета Здоровья».  «Чистота — залог здоровья» | *сентябрь* | *«Путешествие на планету Здоровья»* (если дети не знакомы с планетой Здоровья и Здоровейкой, то проводим занятие «Путешествие к планете Здоровья, знакомство  со Здоровейкой») | *Проигрывание фрагмента из сказки К. Чуковского «Мойдодыр» на фланелеграфе «Надо, надо умываться по утрам и вечерам». Трудовая деятельность «Моем игрушки». Дидактические игры «Ухаживаем за руками, ногами, ушами и глазами», «Мойте руки перед едой» для формирования гигиенических навыков. Дидактическое упражнение «Расскажем малышам, как надо умываться». Чтение произведений и просмотр мультфильмов; «Птичка Тарри», Л. Толстой «Мальчик-грязнуля», К. Чуковский «Федорино горе»* | *Наглядная консультация на тему «Чистота — та же красота»* |
|  | *октябрь* | *Физкультурный досуг «Помощники-чистюли»*  (если дети не знакомы с царством Физкультуры,  то проводим занятие «Знакомство с царством Физкультуры») | *Сюжетный комплекс-зарядка «Мойдодыр». Эстафета «Одень Машу на физкультуру» (выбрать нужные предметы одежды для занятий по физкультуре из пред ложенньк на карточках изображений). Игра «Перенеси предмет»: предметы для личной гигиены — расческу, зубную пасту и т. п. — нужно перенести в другой конец зала.*  *Массаж лица «Умывалочка». Игры «Это правда или нет?», «Пылесос», «Собери фрукты и овощи». Беседы с детьми на физкультурных занятиях о правилах личной гигиены во время занятий физкультурой.*  *Использование наглядного материала по правилам личной гигиены* | *Консультация «Спортивная форма для занятий физкультурой в детском саду» (правильный подбор спортивной обуви и одежды)* |
|  |  | *«Царство Речи»* (проводим занятие  «Знакомство с царством Речи») | *Ритуал путешествия на планету Здоровья (полет на ракете), определение пути по цвету шапочки Здо- ровейки (желтый — царство Речи).*  *Речь с движением «Мы идем...» с изменением силы голоса, словоизменение по лицам и числам. Город Звукинск: выполнение заданий мэра (дифференциация неречевых звуков, развитие фонематического анализа и фонематических представлений; активизация словаря по теме «Домашние животные», закрепление понятий «гласный звук» и «согласный звук»). Речь с движением «Здоровейка на тройке мчится». Город Словоград; развитие диафрагмального дыхания, согласование слов в предложении, словоизменение имен существительных в косвенных падежах, упражнение «Правила гигиены».*  *Пальчиковая гимнастика «Здоровейка на велосипеде».*  *Город Рассказбург: встреча с царицей Речь (развитие связной речи).*  *Ритуал возвращения в детский сад (полет на ракете* | *Совместное изготовление пособия «Чумазейка — Здоровейка» (антонимы)* |
|  |  | *Занятие по сказке «Панкрат моет голову» [5]* (если дети не знакомы с царством Речи, то проводим занятие «Знакомство с царством Речи») | *Ритуал вхождения в сказку при помощи ковра-самолета.*  *Сказочная задача по сюжету сказки: детям предлагается принять решение или предложить выход из создавшейся проблемной ситуации.*  *Пальчиковая игра «Утречко».*  *Упражнение на релаксацию «Урони руки».*  *Игра «Мы пойдем гулять».*  *Чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр» (не до конца) и придумывание детьми концовки сказки — как могла закончиться история с главным героем. Рисование волшебного царства Сказки (коллективная работа).*  *Обобщение приобретенного опыта (итоги по сказке).*  *Ритуал выхода из сказки (аналогичен ритуалу вхождения, ребята возвращаются в детский сад на ковре-самолете)* | *Ознакомление родителей с методом сказкотерапии, совместное изготовление сказочного «ковра- самолета» для ритуала вхождения детей в сказку (каждый родитель приносит по кусочку ткани или платка, которые сшиваются между собой)* |
|  |  |  | *Итоговое мероприятие — акция «Чистый детский сад» (совместная уборка территории детского сада педагогами, родителями и детьми)* |  |
| «Микробы и вирусы» | *ноябрь* | *«Царство Физкультуры».*  *Физкультурный досуг «С микробами я не дружу — я здоровьем дорожу!»* | *Зарядка «Быстро встаньте, улыбнитесь».*  *Игры «Крепкий иммунитет», «Не пропусти мяч», «Раз, два, три — спортивная фигура, замри!» Ходьба по дорожке («островкам здоровья»). Мероприятия в режиме дня для профилактики вирусных инфекций (ношение брелока с чесноком). Самомассаж биологически активных точек. Дыхательная гимнастика «Крепыш».*  *Беседы на занятиях о том, как правильно укреплять иммунитет, почему вредные микробы вызывают болезни* | *Изготовление брелока «Чесночок».*  *Наглядная информация папка-передвижка «Профилактика вирусных инфекций — щит здоровья»* |
|  |  | *«Царство Речи».*  *Логопедическое занятие «Микробы и вирусы»* | *Графическое задание — обводка (обвести контурное изображение микроба).*  *Развитие фонематического анализа на слове «микробы», закрепление понятий «согласный звук» и «гласный звук».*  *Дидактическая игра «Правильно или нет?» (правила защиты от микробов).*  *Ритуал обратного полета на ракете в детский сад* | *Консультация «Развитие речи ребенка и воспитание здорового образа жизни»* |
|  | *декабрь* | *«Царство Сказки».*  *Занятие по сказке «Здоровейка, витаминка и микроб»* | *Ритуал вхождения в сказку — путешествие в страну микробов (учим детей пользоваться медицинскими масками в период инфекционных заболеваний).*  *Сказочная задача по сюжету сказки: детям предлагается принять решение или предложить выход из создавшейся проблемной ситуации.*  *Беседа о вирусах и микробах.*  *Игры «Ленточки», «Покажи движение по сигналу».*  *Упражнение на релаксацию «Штанга».*  *Просмотр м/ф «Свинка Пеппа против микробов. Урок гигиены для детей».*  *Игра «Здоровейка побеждает микробов»: Здоро- вейка при помощи советов детей побеждает встречающихся на пути микробов и вирусов, попавших в групповую комнату.*  *Обобщение приобретенного опыта (итоги по сказке).*  *Ритуал выхода из сказки (аналогичен ритуалу вхождения, дети снимают медицинские маски)* | *Консультация для родителей О мерах безопаеноети в период инфекционных заболеваний. Выставка рисунков, выполненных родителями и детьми, на тему «Как я победил микробов» Творческое поручение: изготовление кукол — Микроба и Вируеа* |
|  |  | *Итоговое интегрированное занятие «Микробы и вирусы»* |  | *Выетавка совместного творчества «Микробы и вирусы» (рисунки и поделки, выполненные родителями и детьми)* |
| «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу» | *январь* | *«Царство Физкультуры».*  *Физкультурный досуг «По следам здоровья»* | *«Полезная зарядка»:*   * *гимнастика для глаз;* * *упражнения «Чудо-дорожка» для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия;* * *комплекс гимнастики после сна «Бодрые ножки» на формирование свода стопы;* * *комплекс остеопатической гимнастики «Солнышко проснулось!»*   *Беседы на тему «Для чего нужно беречь осанку и здоровье позвоночника».*  *Зарядка «Чтобы не болеть».*  *Дыхательная гимнастика «Ветерок».*  *Игры «Да и нет», «Подарки Мойдодыра»,* | *Мастер-класс для родителей «Здоровье в порядке — спасибо зарядке!»*  *Наглядно-информационный материал на тему «Профилактика травматизма при занятиях спортом и спортивными играми». Рисунок с родителями «Вредные привычки — не для нас!»* |
|  |  | *«Царство Речи».*  *Логопедическое занятие «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу»* | *Ритуал путешествия на планету Здоровья. Проблемная ситуация — беседа со стражниками у ворот.*  *Игра «Волшебные часы».*  *Артикуляционная гимнастика «Мы гимнастикой займемся, Здоровейке улыбнемся».*  *Игра «Здоровые уши» на развитие фонематического восприятия.*  *Речь с движением «О правой и левой руке». Загадки о спорте.*  *Пальчиковая гимнастика «Молочные продукты». Упражнение на релаксацию «Лучики солнца». Подведение итогов (стражники раскрывают секрет — они стерегут здоровье), награждение детей. Ритуал возвращения в детский сад* | *Папка-передвижка «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу»* |
|  | *февраль* | *«Царство Сказки».*  *Занятие по мотивам сказки Г. Сапгир «Заячья дорожка»* | *Ритуал вхождения в сказку (дети демонстрируют навыки гигиены: умывание, чистку зубов, причесывание, мытье рук и т. п.).*  *Сказочная задача по сюжету сказки: детям предлагается принять решение или предложить выход из создавшейся проблемной ситуации.*  *Пальчиковая игра «Фруктовые ладошки».*  *Чтение сказки Д. Фролова и Т. Зинкевич-Евстигнеевой «Возврашение жемчужного ожерелья здоровья», беседа по содержанию.*  *Зарядка-разминка: под музыку ведущий показывает гимнастические упражнения, остальные повторяют.*  *Точечный массаж: педагог рассказывает о волшебных точках, помогающих не болеть.*  *Игры «Ленточки», «Эмоции».*  *Упражнение на релаксацию «Штанга».*  *Беседа о защитных свойствах лука (предварительная работа перед беседой — выращивание лука в группе и добавление его в пищу).*  *Рисование на тему прослушанной сказки. Обобщение приобретенного опыта (итоги по сказке).*  *Ритуал выхода из сказки (аналогичен ритуалу вхождения, дети демонстрируют навыки гигиены и возвращаются)* | *Конкурс на лучшую сказку (придуманную детьми с родителями) 0 пользе овощей и фруктов и поделку к ней* |
|  |  | *Итоговое интегрированное занятие «Я здоровье сберегу»* |  | *Выставка совместного творчества «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу» (рисунки и поделки родителей и детей)* |
| «Витамины» | *март* | *«Царство Физкультуры».*  *Физкультурный досуг «Путешествие в страну Витзминию»* | *ОРУ «Огород».*  *Игра-эстафета «Цветные островки страны Вита- минии» (дети прьп’ают из обруча в обруч, называя фрукт или овощ соответствующего цвета). Подвижные игры «Морковку сажай — собирай урожай», «Попади в корзину», «Найди половинку».*  *Эстафета «Витаминки в корзинки».*  *Речевые игры с мячом «Закончи фразу», «Назови фрукты» «Где прячутся витаминки?»*  *Упражнение на релаксацию «Я на солныщке лежу»* | *Изготовление книжки-самоделки «Где прячутся витаминки?»* |
|  |  | *«Царство Речи».*  *Логопедическое занятие «Витамины»* | *Проблемная ситуация; пришло письмо — Здоро- вейку приглашают на бал во дворец царицы Речи; Здоровейка беспокоится, как бы подготовиться к балу, не заболеть. Дети в игре рассказывают О пользе витаминов.*  *Игры «Витамины»:*   * *витамин А — дидактическая игра «Внимательные глазки» (развитие зрительной памяти, употребление распространенных предложений);* * *витамин В — дидактическая игра «Определи на слух» (развитие слухового восприятия, образование имен прилагательных от имен существительных);* * *витамин С — дидактическая игра «Определи на вкус» (активизация словаря прилагательных);* * *витамин D — речь с движением «Солнышко»;* * *дидактическая игра «Витаминки» (дифференциация по группам);*   *мимическая гимнастика «Польза витаминов». Подведение итогов* | *Папка-передвижка для родителей «Речевые витаминки»* |
|  | *апрель* | *«Царство Сказки».*  *Занятие по сказке «О полезных овощах» (по мотивам сказки Л. Рыжовой)* | *Ритуал вхождения в сказку (дети надевают шапочки-маски витаминок).*  *Чтение сказки И. Ревю «Про витамины и здоровье». Во время чтения дети обыгрывают сюжет предметами-заместителями (можно использовать песок).*  *Игра «Злой лук».*  *Упражнение на релаксацию «Орешек». Коллективное придумывание сказки о путешествии куколки Витаминки.*  *Постройка на песке волшебной страны по сюжету прочитанной сказки.*  *Обобщение приобретенного опыта (итоги по сказке).*  *Ритуал выхода из сказки (аналогичен ритуалу вхождения, дети снимают шапочки-маски)* | *Проведение педагогом мастер- класса для детей и родителей по созданию шалочки-маски витаминки, конкурс на лучшую шапочку-маску* |
|  |  |  | *Итоговое интегрированное занятие «Витамины»* | *Выставка совместного творчества «Витамины» (рисунки и поделки, выполненные родителями и детьми)* |
| «Солнце, воздух и вода» | *май* | *Интегрированное занятие «Солнце, воздух и вода»* |  | *Выставка совместного творчества «Солнце, воздух и вода» (рисунки и поделки, выполненные родителями и детьми)* |
|  |  |  | *Итоговое мероприятие — игра-квест «Планета Здоровья»* |  |

**2.1. Организация питания**

Основными принципами организации рационального питания детей в ДОУ является:

- обеспечение поступления всех основных пищевых веществ в количествах, отвечающим физиологическим потребностям детского организма;

- соблюдение определенного режима питания;

- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов;

- создание условий для эстетического и культурно-гигиенического развития детей.

1. **Питание детей осуществляется на основе 20-ти дневного меню, что обеспечивает:**

- правильное сочетание блюд в рационе;

- разнообразие и повышение усвоения отдельных продуктов;

- распределение калорийности питания в течение суток;

- строгое соответствие объема пищи возрасту ребенка. Пища должна не только удовлетворять потребностям растущего организма и вызывать чувство насыщения, но и соответствовать возрастной емкости желудка. Объемы разовых порций и суточный объем пищи нормированы для детей каждой возрастной группы;

- для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) воспитанников информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

2. **Организация режима питания:**

- режим является одним из основных условий, обеспечивающих рациональное питание;

- режим строится с учетом 10,5-часового пребывания детей в ДОУ, при организации 3х разового питания с усиленным полдником;

- график выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не уже остывшую пищу. Горячие блюда (супы, соусы, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60…+65°C; холодные закуски, салаты, напитки – не ниже +15°C;

- правильно организованный режим обеспечивает лучшее сохранение аппетита.

3. Картотека технологий приготовления блюд (технологических карт) обеспечивает:

- сбалансированность и разнообразие рациона;

- соблюдение правил приготовления пищи и различных способов их кулинарной обработки;

- приготовление из одного продукта широкого ассортимента блюд, с этой целью в ДОУ создана картотека технологий приготовления блюд.

4. Эстетические и культурно-гигиенические условия развития детей:

- создание доброжелательной и комфортной атмосферы для приема пищи;

- сервировка стола, эстетика, а также внешний вид готовых блюд способствует поддержанию хорошего аппетита у детей, создает положительное отношение к еде и вызывает желание сесть за стол;

- воспитание у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания; - привитие дошкольникам вкуса к здоровой и полезной пище.

Каждый прием пищи используется как благоприятный момент для воспитания у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания. Во время еды воспитатель обучает детей правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами. Как правило, у детей всегда есть любимые и нелюбимые блюда, причем зачастую нелюбимые являются наиболее полноценными и питательными, которые нежелательно исключать из рациона. Настороженно дети относятся к незнакомым блюдам. Задача воспитателя – привить дошкольникам вкус к здоровой и полезной пище, объясняя детям пользу блюда, подать его красиво оформленным.

Рациональное питание требует правильной организации его и в домашних условиях. Для того чтобы питание не было однообразным, необходимо во время бесед с родителями подчеркивается целесообразность приучения ребенка к полезной для него пище.

**Организация питьевого режима**

Вода принимает участие во всех обменных процессах живого организма. Благодаря растворению в ней многих химических веществ, вода подает к тканям и клеткам необходимые для их жизнедеятельности вещества и уносит из клеток продукты обмена. Вода вместе с растворенными в ней минеральными веществами обеспечивает постоянство внутренней среды организма. Она необходима для нормального течения обмена, поддержания температуры тела, процессов кроветворения, выделительной функции почек.

Потребность ребенка в воде зависит от возраста: чем младше ребенок, тем в больших количествах жидкости на 1 кг массы тела он нуждается. Ребенок в возрасте от 1 года до 3 лет нуждается в 100 мл воды на 1 кг массы тела, от 3 до 7 лет – в 80 мл, более старшие – в 50 мл.

Летом, в жару, у детей повышается потребность в жидкости. Об этом надо помнить и всегда иметь в запасе достаточное количество питья. Питье предлагается детям в виде свежей кипяченой воды, отваров шиповника, соков.

Питье рекомендуется давать детям вовремя и после возвращения с прогулки. При организации длительных экскурсий воспитатели обязательно должны взять с собой запас питья (кипяченую воду) и стаканчики по числу детей.

Чайник обрабатывается 1% содовым раствором, рожок чайника обрабатывается ершиком каждые три часа. Перед новым заполнением водой просушивается.

Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПиН. Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в саду. Ориентировочные размеры потребления воды ребенком зависят от времени года, двигательной активности ребенка. При питьевом режиме используется кипяченая вода. Допускается использование кипяченной питьевой воды, при условии ее хранения не более 3х часов.

**2.2. Организация рациональной двигательной активности**

Основные принципы организации:

- физическая нагрузка соответствует возрасту, уровню физического развития и индивидуальным особенностям ребёнка;

- обязательное включение упражнений на дыхание, элементов самомассажа, корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

**Модель двигательного режима**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Виды деятельности | Продолжительность | Объем нагрузки | |
|  | ***1. Физкультурно-оздоровительные занятия*** | |  | |
| 1.1 | Утренняя гимнастика | 10-12 мин. | Ежедневно на открытом воздухе или в зале | |
| 1.2 | Физкультминутки | 3-5 мин. | Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания НОД | |
| 1.3 | Двигательная разминка | 4-10 мин. | Ежедневно после НОД (с преобладанием статических поз) | |
| 1.4 | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 10-30 мин. | Ежедневно во время утренней прогулки (проводится по подгруппам, с учетом ДА детей) | |
| 1.5 | Индивидуальная работа по развитию движений | 8-15 мин. | Ежедневно во время прогулки |  |
| 1.6 | Ленивая гимнастика после дневного сна в сочетании с профилактическими мероприятиями | 10-15 мин. | Ежедневно по мере пробуждения  Подъема детей | и |
|  | ***2. НОД*** | |  |  |
| 2.1 | Двигательная деятельность | В соответствии с расписанием | 3 раза в неделю |  |
| 2.2 | Музыкальная деятельность | В соответствии с расписанием. | 2 раза в неделю |  |
|  | ***3. Физкультурные праздники и развлечения*** | |  |  |
| 3.1 | Неделя здоровья | В соответствии с планом | 1 раз в год |  |
| 3.2 | Физкультурный досуг | В соответствии с возрастом | 1 раз в месяц |  |
| 3.3 | Физкультурноспортивные праздники на открытом воздухе | 50-60 мин. | 2-3 раза в год | |
| 3.4 | Спартакиады вне  детского сада | 120 мин. | 1 раз в год (участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности) | |
|  | ***4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи*** | |  | |
| 4.1 | Участие родителей в физкультурнооздоровительных мероприятиях ДОУ | В соответствии с планом | 2-3 раза в год | |

**2.3. Создание представлений о ЗОЖ**

Представление о здоровом образе жизни формируются у дошкольников не с помощью отдельных мероприятий, а лишь через системную, целенаправленную непрерывную деятельность всех участников образовательных отношений. Физическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

1. осознанного отношения к здоровью и жизни человека;

2. знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;

3. компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Работа в ДОУ ведётся по следующим направлениям:

• привитие дошкольниками стойких культурно-гигиенических навыков; • обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;

• формирование элементарных представлений об окружающей среде (экологии);

• формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;

• развитие представлений о строении собственного тела, значении внутренних органов;

• формирование о том, что полезно и что вредно для организма человека;

• выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;

• обучение детей правилам безопасности на улице и дома, формирование умений действовать в опасных ситуациях.

Для реализации данных направлений предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как: • режимные моменты

• тематические занятия познавательной направленности (1 раз в месяц в)

• закаливающие процедуры после дневного сна

• организацию и проведение дней Здоровья (1 раз в квартал) такие формы работы с семьями воспитанников, как:

• тематические родительские собрания

• совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения и т. п.)

• консультации специалистов - педиатра, психолога, педагогов и др. (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте ДОУ)

Для осуществления вышеназванных задач в ДОУ созданы необходимые условия:

• сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;

• отношения между сотрудниками ДОУ строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания;

• развивающая среда ДОУ организована с учётом потребностей и интересов детей, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно;

• эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников.

• снижение утомляемости дошкольников на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе детей и индивидуальный подход к каждому ребёнку;

**2.4. Летняя оздоровительная работа.**

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках;

- физкультурные занятия в природных условиях (на спортивной площадке);

- физкультурные досуги и развлечения; - утренняя гимнастика на воздухе;

- витаминизация: соки, фрукты.

**2.5.. Взаимодействие с семьями воспитанников.**

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями (законными представителями) воспитанников.

Задачи:

- Повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах применения здоровьесберегающих технологий.

- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

- Установка на совместную работу с целью решения и профилактики возможных проблем развития ребёнка.

- Валеологическое просвещение родителей (законных представителей) в создании экологической и психологической среды в семье.

- Включение родителей (законных представителей) в воспитательно - образовательный процесс.

**Формы взаимодействия с семьями воспитанников:**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п\п** | **Формы** |
| 1. | Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций. |
| 2. | Педагогические беседы с родителями (законными представителями) (индивидуальные и групповые) по проблемам. |
| 3. | Дни открытых дверей. |
| 4. | Совместные занятия для детей и родителей (законных представителей). |
| 5. | Круглые столы с привлечением специалистов детского сада |
| 6. | Консультации, размещенные на сайте детского сада, папки – передвижки. |
| 7. | Организация совместных дел. Анкетирование. |

**Методы, используемые педагогами в работе:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Тема | Форма работы |
| 1. | Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний. | Анкетирование Консультация |
| 2 | Профилактика ОРЗ в домашних условиях | Педагогические беседы. |
| 3. | Значение режимных моментов для здоровья ребёнка. | Педагогические беседы |
| 4. | О питании дошкольников | День открытых дверей. Круглый стол. |
| 5. | Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома. | Спортивный праздник «Мама папа я – спортивная семья» |
| 6. | Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников. | Педагогические беседы |
| 7. | Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей. | Консультация |
| 8. | Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка | Консультация |
| 9. | Профилактика ОРЗ в домашних условиях. | семинар – практикум со специалистом (врачом педиатром) |

**2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

С целью осуществления полноценного личностного развития ребенка процесс приобщения детей к ЗОЖ осуществляется в активном сотрудничестве с родителями воспитанников.

**Задачи**

1. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ.

2. Формирование эмоционально положительного отношения между семьей и детским садом, развитие творческих объединений педагогов, детей и родителей на основе общего дела, позволяющего изучить здоровьесберегающие технологии.

3. Непосредственное вовлечение родителей в совместную деятельность на основе выявления индивидуальных потребностей и особенностей семейного воспитания, поддержка образовательных инициатив семьи, активизация творческого потенциала.

Модель взаимодействия педагогов и родителей ДОУ

I этап — ознакомительный

Знакомство родителей с парциальной программой «Планета Здоровья», перспективным планом работы учреждения.

II этап — просветительский

1. Знакомство родителей с наглядно-текстовыми материалами (стенды, сайт учреждения).

2. Участие в совместной образовательной деятельности на основе сотворчества детей, воспитателей, учителя-логопеда, педагога-психолога и инструктора по физической культуре.

III этап — индивидуальная работа

1. Анкетирование родителей с целью выявления индивидуальных особенностей семейного воспитания, образа жизни, интересов, способностей, увлечений.

2. Организация семейных выставок «Здоровье — это просто», «Чистота — залог здоровья», «Спасибо зарядке — здоровье в порядке», «Что любит мой малыш» и др.

3. Презентации творческих работ семьи.

IV этап — интегративный

1. Совместные мероприятия: досуги, развлечения, викторины, выставки, конкурсы, мастер-классы, практикумы, акции, проектная деятельность, фотоотчеты.

2. Совместная традиция — игра-квест «Планета Здоровья».

**2.7 Работа по коррекции.**

Среди воспитанников с проблемами в речевом развитии высок процент тех, у кого имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, а, зачастую, и мышления. Соответственно, возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данными детьми.

1) Дыхательная гимнастика. Важнейшие условия правильной речи - это плавный длительный выдох. Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. В работе используются методики следующих авторов: Б. С. Толкачёва, А.Н. Стрельникова, С.Танцюра.

2) Артикуляционная гимнастика. Главная задача - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные. Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для каждого звука той или иной группы. В работе используются методики следующих авторов: С.Танцюра, Т.С. Овчинникова, О.И.Крупенчук, Е.А. Пожиленко, Л.А. Комарова.

3) Развитие мелкой моторики – пальчиковая гимнастика. Систематические упражнения по тренировке движений пальцев, наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи, является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение. В работе используются методики следующих авторов: С.Танцюра, Т.С. Овчинникова, О.И.Крупенчук.

4) Биоэнергопластика. Это совместное взаимодействие руки и языка. По данным исследований – совместные движения рук и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику. Способствует привлечению интереса детей к выполнению упражнений, что значительно увеличивает эффективность артикуляционной гимнастики, способствует развитию пальчиковой моторики, развитию всех психических процессов, артикуляционного аппарата, что значительно облегчает постанов ку и введение звуков в речь, а также улучшает эмоциональный настрой детей и уверенность в себе. В работе используется методика О.И. Крупенчук.

5) Кинезиологические упражнения. Это специально организованные движения для оптимизации деятельности мозга и тела. Именно эти упражнения позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов и интеллекта. Кинезиологические упражнения направлены на развитие межполушарного взаимодействия. Улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма, способствуют профилактике нарушения зрения и активизации работы мышц глаз. В работе используется методика О.И. Крупенчук.

6) Физкультурные минутки. Чтобы избежать утомления, снижения работоспособности, потери интереса и внимания, необходимо включать в структуру занятия физминутки. Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья воспитанников. В работе используется методика Н.В. Нищевой.

7) Гимнастика для глаз. Функциональная анатомическая незрелость зрительной системы и значительные зрительные нагрузки, которые испытывает глаз ребенка в процессе чтения и письма, обуславливают необходимость применения гимнастики для глаз. Такие упражнения тренируют мышцы, управляющие движениями глаз, снимают умственное утомление, способствуют развитию зрительного восприятия, тренируют способность глаза фокусироваться. Зрительная гимнастика позволяет снимать мышечное напряжение глаз, вызывает эмоциональный подъем. В работе используется методика Н.Коноваловой.

**Работа с родителями.**

Родители воспитанников на родительском собрании и на индивидуальных консультациях получают подробное описание упражнений артикуляционной и пальчиковой гимнастик, дыхательных упражнений для выполнения их в домашних условиях.

В индивидуальных тетрадях дважды в неделю учитель-логопед информирует родителей об этапах коррекционного процесса и оздоровительных мероприятиях, проводимых на индивидуальных и подгрупповых занятиях, которые родители по своему желанию могут проводить и в домашних условиях.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Виды здоровьесберегающих педагогических технологий*** | ***Время проведения в режиме дня*** | ***Особенности методики проведения*** |
| Артикуляционная гимнастика | Во время подгрупповых занятий 2-5 минут три раза в неделю и в домашних условиях с родителями (по желанию) | Демонстрация педагога, либо предъявление картинного материала, и самоконтроль с индивидуальными зеркалами |
| Гимнастика пальчиковая | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно по 2-3 минуты | Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) |
| Гимнастика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога |
| Гимнастика дыхательная | 3 раза в неделю по 2-3 минуты во время подгрупповых занятий, а также на индивидуальных занятиях. | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры |
| Физкультминутки | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. |
| Биоэнергопластика | Во время индивидуальных занятий 2-5 минут 1-2 раза в неделю | Демонстрация педагога, либо предъявление картинного материала, и самоконтроль с индивидуальными зеркалами |
| **Кинезиологические упражнения** | 1-2 раза в неделю во время подгрупповых занятий | Обводка рисунков (узоров) обеими руками в разных направлениях в воздухе или карандашом на печатной основе |

**3. Организационный раздел (описание учебно-методического комплекса, организация РППС)**

Тематические занятия, досуги носят характер совместной образовательной деятельности педагогов с детьми и включают в себя организацию различных видов детской деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами в зависимости от интересов детей, уровня освоения программы и решения конкретных образовательных, коррекционно-развивающих задач. Строятся на использовании личностно ориентированных технологий, направленных на партнерство, сотрудничество, сотворчество педагогов, детей и родителей.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Формы**  **образовательной**  **деятельности** | **Продолжительность одного занятия**  **, мероприятия** | **Количество**  **занятий** | | **Участники** |
| в **2 месяца** | **В год** |
| Логопедические занятия | 30 минут | 1 | 4 | Дети, учитель-логопед |
| Сказкотерапия | 30 минут | 1 | 4 | Дети, педагог-психолог |
| Физкультурные досуги | 30 минут | 1 | 4 | Дети, инструктор по физической культуре |
| Интегрированные занятия | 30 минут | 1 | 5 | Дети, учитель-логопед, педагог- психолог, инструктор по физической культуре |
| Игра-квест (развлечение) | 40 минут |  | 1 | Дети, воспитатели, учитель-логопед, родители, педагог-психолог, инструктор по физической культуре |

Самостоятельная деятельность воспитанников осуществляется в центре физического развития в процессе рассматривания познавательных книг, тематических иллюстраций, альбомов, фотографий, атрибутов, пособий, игр и др. Дети отражают свои впечатления и знания о ЗОЖ в продуктивных видах деятельности и самостоятельной игровой деятельности.

**3.1 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды по программе «Планета Здоровья»**

**Центр физического развития в подготовительной группе**

1. Мячи малые, средние разных цветов, мячи-фитболы.

2. Мячики массажные разных цветов и размеров.

3. Обручи (малые и большие).

4. Канат, толстая веревка, шнур.

5. Флажки разных цветов.

6. Гимнастические палки.

7. Кольцеброс.

8. Кегли.

9. «Дорожки движения» с моделями и схемами выполнения заданий.

10. Мишени на ковролиновой основе с набором дротиков и мячиков на «липучках».

11. Детская баскетбольная корзина.

12. Длинная и короткая скакалки.

13. Бадминтон, городки.

14. Томагавк, летающие тарелки.

15. Ребристые дорожки.

16. Нетрадиционное спортивное оборудование.

17. Тренажер из двухколесного велосипеда.

18. Поролоновый мат.

19. Настольно-печатные дидактические игры и пособия по направлениям «Здоровье».

20. Картотеки подвижных игр, утренней, бодрящей, артикуляционной, пальчиковой, дыхательной, корригирующей, глазной гимнастик на тему здоровья.

21. Атрибуты для проведения игр, маски.

22. Карты-схемы (подсказки), иллюстрирующие правильную последовательность выполнения двигательного упражнения.

23. Аудиозаписи для проведения игр и релаксирующей гимнастики.

24. Презентации, видеоматериалы, мультфильмы, аудиосказки на темы ЗОЖ.

25. Энциклопедии и художественная литература на темы ЗОЖ.

26. Тематические альбомы, фотографии, картинки, иллюстрации на темы «Чистота — залог здоровья», «Солнце, воздух и вода», «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу!», «Микробы и вирусы», «Витамины».

27. Игрушка Здоровейка и макет планеты Здоровья.

28. Стенд для родителей «Советы Здоровейки».

При реализации программы развивающая предметно-пространственная среда строится с учетом трансформируемости, полифункциональности, вариативности, что позволяет в зависимости от образовательной ситуации, интересов и возможностей детей вынести на первый план ту или иную функцию пространства, изменить обстановку в центре физического развития. В учреждении обеспечивается свободный доступ детей к игрушкам, материалам, пособиям, стимулирующим разные виды детской активности. Развивающая предметнопространственная среда отвечает критериям безопасности и соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам.

**Анализ педагогической эффективности по освоению программы «Планета Здоровья»**

При реализации программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач.

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития).

2) оптимизации работы с группой детей.

Карта освоения программы «Планеты Здоровья». Подготовительная группа (6—7 лет)

К концу года ребенок понимает:

1) то такое здоровый образ жизни;

2) что такое режим дня, витамины, микробы и вирусы, полезные продукты, вредные продукты.

К концу года ребенок знает:

1) как соблюдать здоровый образ жизни;

2) правила личной гигиены;

3) что следует заботиться не только о своем здоровье, но и о здоровье окружающих;

4) правила поведения во время приема пищи;

5) стихи и потешки на тему здоровья;

6) как следовать социальным нормам и правилам поведения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

К концу года ребенок умеет:

1) заботиться о своем здоровье, сознательно стремится быть здоровым;

2) правильно пользоваться предметами личной гигиены;

3) выражать свои мысли и желания, проявлять инициативу в общении;

4) задавать вопросы, делать умозаключения;

5) выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениях;

6) самостоятельно или при помощи взрослого проводить пальчиковые и артикуляционные гимнастики;

7) выразительно пересказывать, рассказывать стихи, потешки на тему здоровья;

8) правильно согласовывать слова в роде, числе, падеже, уровень развития грамматического строя речи соответствует возрастной норме (не допускает грамматических ошибок в речи);

9) изменять глаголы по времени (задаются вопросы в игровой форме, ребенок отвечает по картинке е учетом времени суток, называемого педагогом: утро — утром я делаю гимнастику, сейчас утро, а ночью — я спал, сейчас день, а вечером — я буду гулять)',

10) использовать в собственной речи слова на тему ЗОЖ (существительные, глаголы, прилагательные, наречия) (предложить рассказать, что нарисовано на сюжетной картинке, отмечая, употребляет ли ребенок слова, связанные с ЗОЖ);

11) грамотно использовать словосочетания с предлогами, союзами, частицами (предложить исправить ошибку в словосочетании с неправильно употребленным предлогом);

12) составлять сложные предложения (соетавляет предложения по сюжетным картинкам: «Мальчик играет в мяч, а девочка прыгает через скакалку»', «Чтобы быть здоровым, нужно правильно питаться»)',

13) обобщать приобретенный опыт и связывать его с уже имеющимся;

14) договариваться, стараться разрешать конфликты;

15) выполнять основные движения с музыкальным и словесным сопровождением, может контролировать их;

16) организовывать игровое взаимодействие, осваивать игровые способы действий, создавать проблемно-игровые ситуации.

К концу года ребенок имеет представления '.

1) о правильном питании и его значимости;

2) полезных и вредных продуктах;

3) здоровьеебережении;

4) важных компонентах ЗОЖ — солнце, воздухе и воде;

5) витаминах, микробах и вирусах;

**Методическое обеспечение образовательной, коррекционно-развивающей работы по программе «Планета Здоровья»**

1. «Федеральный государственный образовательный стандарт дошко; ного образования»: Приказ Министерства образования и науки Российск Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государе венного образовательного стандарта дошкольного образования».

2. Авдеева Н. Н. и др. Безопасность; учеб, пособие по основам безоп^ ности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. — СПб.; ДЕТСТВ' ПРЕСС, 2004.

3. Васькова О. Ф., Политыкина А. А. Сказкотерапия как средство развит речи детей дошкольного возраста. — СПб.; ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015.

4. Кириллова Ю. А., Лебедева М. Е., Жидкова Н. Ю. Интегрированн! физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОПР 4—7 лет. — СП( ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005.

5. Кочанская И. Б. Полезные сказки. Беседы с детьми о хороших привы ках. — М.: ТЦ Сфера, 2015.

6. МаркешинаЮ. А., Власова Н. И. Парциальная образовательная nporpai ма «Родничок». — Волхов: МДБОУ «Детский сад № 5 Аистенок», 2014.

7. Нищева Н. В. Комплексная образовательная программа дошкольно: образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОПР) с 3 до 7 лет. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016.

8. Нищева Н. В. Рабочая программа педагога ДОО. Из опыта работы. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015.

9. Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультмин; ток, пальчиковой гимнастики. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016.

10. Рыжова Л. В. Методика работы со сказкой. — СПб.: ДЕТСТВС ПРЕСС, 2015.

11. Чиркина Г. В., Филичева Т. Б. Устранение общего недоразвития реь у дошкольников. — М.: Айрис-Пресс, 2007.

Интернет-ресурсы

www.nsportal.ru

www.maam.ru

www.pochemu4ka.ru

www.moi-detsad.ru

www.doshkolnik.ru

www.dohcolonoc.ru

www.pedportal.net

www.doshvozrast.ru

www.vospitatel.com

WWW .rechevichok.j imdo. com

http;//luntiki.ru/blog/konstmktor/61 .html

Методический комплект программы Н. В. Пищевой