

муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей № 50 г. Оренбурга



Парциальная образовательная программа

## **«Чтобы быть здоровым»**

дополняет и расширяет задачи поставленные в образовательной области «Физическое развитие» ОП ДО, разработанной учреждением самостоятельно.

Подготовила  
воспитатель первой  
квалификационной категории  
Краснова Ирина Ивановна.



# Актуальность



Выбор темы парциальной программы, формируемой участником образовательного процесса «Чтобы быть здоровым» обусловлен необходимостью формировать культуру здоровья и начальные представления о здоровье и здоровом образе жизни в дошкольном детстве. Ведь здоровье позволяет маленькому человеку быть активным в своей жизни, добивается успехов в различной деятельности и с удовольствием принимать участие в жизни группы и семьи. Созданию программы предшествовало: опыт работы педагогов по формированию у детей начальных представлений о здоровье и ЗОЖ по проекту «Быть здоровым»; специфика нашего учреждения.

В группе созданы условия для реализации.



**Цель:**

создание условий для  
сохранения и укрепления жизни и  
здоровья детей.



## Обязательная часть образовательной программы

- Охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организм;
- повышение работоспособности и закаливание.
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.
- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

## Часть формируемая участником парциальной программы

- Забота о здоровье, эмоциональном благополучии каждого ребенка;
- создание в группе атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, стремящимися к самостоятельности.
- Максимальное использование разнообразных видов деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно - образовательного процесса.
- Вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать познавательные интересы в соответствии с индивидуальными возможностями воспитанников.
- Единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.



# Формы образовательной деятельности, планирование

*(индивидуальная,  
групповая,  
подгрупповая).*

Чтение потешек,  
заигрышей,  
закличек,  
попевок, стихов:  
«Нос умойся»,  
«Водичка», и др.

Инсценировка  
реальных  
сказочных ситуаций  
с помощью игрушек:  
«Покажем Мишке где  
лежат наши вещи»



Пальчиковые и  
подвижные игры:  
«Серый заяк  
умывается»  
спортивные  
праздники:  
«Смелые,  
отважные, ловкие,  
умелые»,  
гимнастики:  
«Путаница».

Организация  
игр  
путешествий  
предметного  
характера:  
«В город  
предметов  
личной  
гигиены».

**Образовательная  
деятельность  
осуществляется  
в ходе режимных  
моментов**

Показ  
иллюстраций по  
темам:  
КГН;  
«В мире  
предметов»  
ЗОЖ.

Организация  
сюжетных игр  
игр с помощью  
потешек,  
стихов:  
«Уложим Катю  
спать».

Исследовательские  
действия с  
предметами:  
«Мокрая рукава  
и полотенца»



# САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ

Подражание сказочным персонажам: «Мойдодыру»



Подвижные, хороводные, пальчиковые игры: «Серый зайка умывается»



Игровые упражнения имитации: «Путаница, или Что для чего»  
Спортивные упражнения.

Самостоятельные игры с предметами с использованием потешек: «Ай – бай, бай»  
«Водичка, водичка»»

Рассматривание альбомов и иллюстраций: «Предметы посуды»



**Родительское собрание на тему:  
«Чтобы дети росли здоровыми».**

Участие в проектной деятельности  
- сбор коллекции полезных для  
здоровья вещей: расчёска, носовой  
платок, зубная щётка и др.



## **Взаимодействие с семьёй**

**Пособия, рекомендуемые для  
занятий с ребёнком дома:**

- \* книги серии «Школа семи гномов»
- «Быстрее, выше, сильнее», «Я расту здоровым».
- \* Просмотр мультфильмов из серии «Смешарики».

Консультации на темы:

- «Как правильно прививать детям КГН».
- «Навыки самообслуживания»
- «О детях с ослабленным здоровьем».

# Перспективное планирование по темам

## **Сентябрь – Осень**

Игра экспериментирование:

«Чистящая вода»; «Какой формы мыло».

Чтение стихотворения: «Микроб» (ОБЖ) Игровая ситуация с игрушкой забавой

«Серый зайка умывается».

Игра «Путешествие в город предметов личной гигиены»



## **Октябрь – Мой город, моя страна**

Чтение стихотворения З. Александровой «Вкусная каша».

Игровая ситуация: «Как мама учила зайку правильно кушать»

Рассматривание иллюстраций с предметами посуды.

Игра – этюд «Вкусная каша»

## **Ноябрь – Декада матери**

Д/упражнение «Туфельки поссорились».

Игра – инсценировка «Покажем Мишке, где лежат наши вещи».

Д/и «Оденем куклу Катю на прогулку».

## **Декабрь – Новогодний праздник**

Я одеваться сам могу. Игра – инсценировка «А варежки последние».

Игра – экспериментирование «Мокрые рукава и полотенце».

Рассматривание иллюстрации «Дети моют руки».

Игра «Путешествие в страну одежды».

## **Январь – Зимние забавы**

Разыгрывание сюжета на фланелеграфе: «Накроем стол для гостей».

Расскажем Хрюше как надо правильно кушать или игра – эксперимент. Культура питания.

Чтение С.Капутикян «Маша обедает».





## **Февраль - Масленица**

Игра – экспериментирование «Что отражается в зеркале». (Свет мой зеркальце скажи...).

Игра – этюд «Митя и рубашка».

Заучивание потешки «Ай – бай, бай»

Д/и «Укладываем Катю спать».



## **Март - Весна красна**

Чистящая вода. Игра – эксперимент «Как моем ладошки»

Личная гигиена.

Дидактическое упражнение «Покажем Винни – Пуху, как вытирать руки и лицо полотенцем».

Игра-эксперимент. «Делаем мыльные пузыри».

Художественное творчество «Помощники Чистоты»

## **Апрель – Балагур**

ОБЖ «Зачем беречь наших помощников» игра - эксперимент.

Игровая ситуация «Мишка пригласил Зайку в гости». Культура питания

ОБЖ – Когда я кушаю, я никого не слушаю.

Так привыкли мы к порядку. Игра – путешествие «Путаница, или Что для чего»; «Путешествие в страну Чистоты»

## **Май – Разноцветная радуга**

Так привыкли мы к порядку. Игра – путешествие в страну Игрушек»

Научим куклу Катю пользоваться носовым платком.

В мире опасных предметов. Д/и «Найди опасные предметы» «Отгадай загадку по картинке».



Утро  
Мойдодыр в  
гостях у ребят.  
Д/и «Когда это  
бывает?»  
(Режим дня)

Календарно  
тематическое  
планирование дня:  
*«Мойдодыр в  
гостях у ребят»*

Игра эксперимент  
перед прогулкой. «А  
варежки последние».  
П/и на прогулке:  
«Ты катись весёлый  
бубен».  
М/п «Угадай, что  
изменилось»

Утренняя  
гимнастика  
«Мы весёлые  
ребята».



Гимнастика после  
сна  
«Поднимайся  
детвора».

Уроки Мойдодыра  
Игра «Путешествие в  
город предметов  
личной гигиены».  
Научим куклу Катю  
пользоваться носовым  
платком.  
Пальчиковая игра:  
«Весёлая семейка»

Использование, отрывков из  
произведения  
К. Чуковского «Мойдодыр»  
при умывании; потешек  
при приёме пищи,  
расчёсывании и др.

Вечер загадок  
Мойдодыра:  
«Предметы личной  
гигиены».  
С/р игра «Больница»



# Предметно пространственная среда



## Центр здоровья

**Набор мячей: резиновые большие и маленькие, пластиковые, кожаные.**

**Наборы: кеглей, серо, скакалки, гантели, гирия, мешочки с песком, «следы» дорожки, обручи, дартс, палки гимнастические, ребристые доски, флажки, мишень.**



**Картотеки подвижных, народных игр, физминуток, релаксации, корригирующей гимнастики, дыхательной гимнастики, серия картинок по ЗОЖ, картотека игр - экспериментов, набор полезных для здоровья предметов; М/ф. пособие «Здоровей-ка»**





**Д/и: «Я человек», «Витаминка»  
по валеологии и ОБЖ;  
«Волшебные бутылочки» для  
дыхательных упражнений.  
Предметы психологического  
комфорта: коврик радости,  
кубик-мирилка, домик для  
уединения. Предметы для  
ухода за своим внешним  
видом.**



# Библиотека

## Театрализованный уголок



Театрализованные куклы для инсценировки реальных и сказочных ситуаций. Книги: К.И. Чуковский «Мойдодыр», «Маша-растеряша». Потешки: «Водичка-водичка», «Нос умойся» и др.

Наборы для экспериментальной деятельности, посадки огорода.

Альбомы и подборка материала «Мир природы».

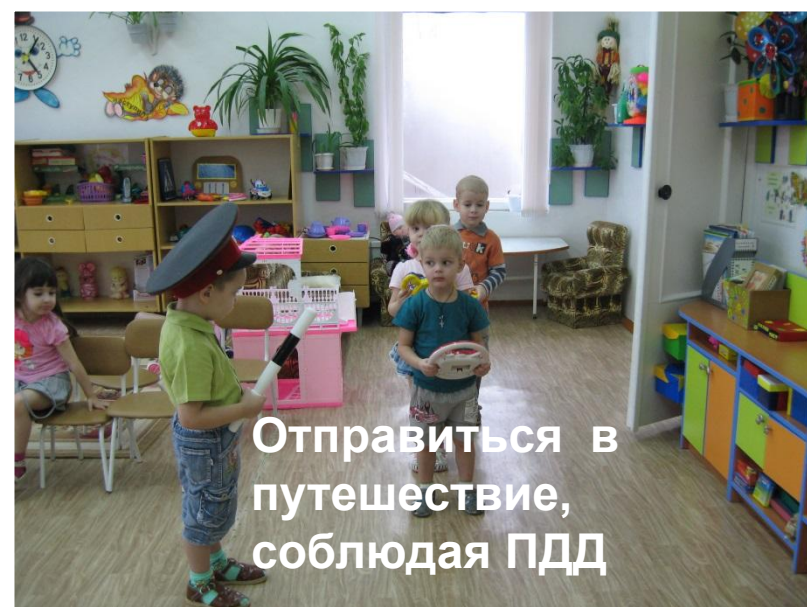


## Уголок природы





ПОСТРОИТЬ ДОМ , СХОДИТЬ В МАГАЗИН  
за полезными продуктами.



Отправиться в  
путешествие,  
соблюдая ПДД

# В игровом уголке МОЖНО...



Напоить Катю чаем,  
одеть на прогулку



Побывать на  
приёме у врача



Навести порядок.к

Ну, а если вдруг  
устанешь в  
шумную игру  
играть, можно  
взять мелки,  
раскраски, сесть  
за стол и  
рисовать



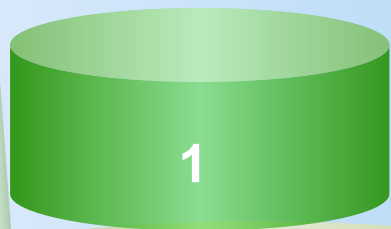
или слепить  
сказочного героя,  
предметы личной  
гигиены, обвести  
свои ладошки...



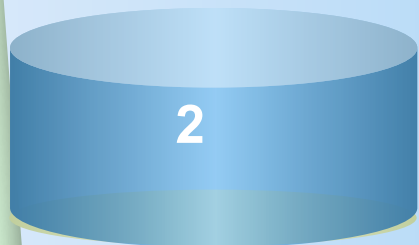


# Планируемые результаты освоения программы.

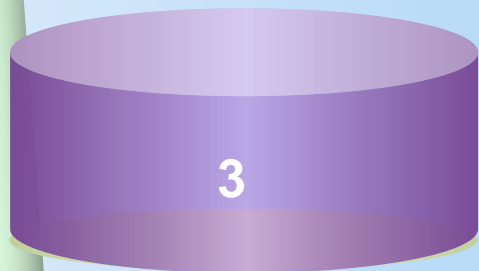
Ребёнок проявляет:



- интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения,
- желание к выполнению элементарных культурно-гигиенических навыков,



- знания о здоровом образе жизни.



- Ребенок имеет представления о доступном предметном мире, назначении предметов, о правилах безопасного поведения.



# Контрольно-измерительный материал

Мониторинг овладения навыками и умениями детьми общеобразовательной программы, части формируемой

участниками образовательного процесса парциальной образовательной программы «Чтобы быть здоровым» проводится 2 раза в год.

Используется комплекс диагностических методов: наблюдения; беседы с детьми; диагностические игровые задания; проблемные ситуации.



## Используемые методики:

- Диагностика отношения ребёнка к здоровью и здоровому образу жизни. (В.А.Деркунская.)

Для достижения обозначенной цели используются хорошо знакомые произведения В.А. Берестова «Больная кукла» К. Чуковского «Айболит», «Мойдодыр».

- Методика «Правила чистюльм» (В.А. Деркунская.)

В диагностике используются последовательные сюжетные картинки с алгоритмом умывания рук.



ФИ ребенка	Ребёнок проявляет		Ребёнок проявляет желание выполнению		Владеет элементарными знаниями о здоровом образе жизни. (Что помогает нам быть здоровыми).		Ребенок имеет представления о доступном предметном мире, назначении предметов, о		Итоговый показатель по каждому воспитаннику (среднее значение).	
	интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения.	к элементарных культурно-гигиенических и навыков.								

1	Даша Б.	09 2	05 5	09 2	05 5	09 2	05 5	09 2	05 5	09 2	05 5
2	Рома Б.	1	4	1	4	1	3	1	3	1	3,5
3	София Б.	1	5	1	5	1	5	2	5	2	5
4	Ксюша Б.	2	4	1	4	1	4	2	4	1,5	4
5	София Б.	2	5	2	5	1	5	2	5	1,75	4
6	Шамиль В.	2	5	2	5	2	5	1	5	1,75	5
7	Вова Д.	2	4	2	4	1	4	2	4	1,75	5
8	Саша Ж.	1	3	1	3	1	3	1	5	1	3
9	Альбина Д.	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5
10	Василиса Е.	2	4	2	4	1	4	1	4	1,5	4
11	Настя К.	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5
12	Егор Б.	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
13	Даша К.	1	5	2	5	2	5	1	5	1,5	5
14	Варя К.	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4
15	Арина М.	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5
16	Богдан М.	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
17	Аня П.	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
18	Жанна П.	1	4	2	4	1	4	2	4	1,5	4
19	Ульяна С.	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
20	Кира С.	2	5	2	5	1	5	2	5	1,75	5
21	Вика С.	2	4	1	4	1	4	2	4	1	4
22	Полина С.	2	4	2	4	1	4	1	4	1,5	4
23	Данил Т.	2	4	2	4	1	4	1	4	1,5	4
24	Аюкелика Ч.	2	5	2	5	1	5	1	5	1,5	5
25	Никита Ч.	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4
26	Семен Ч.	2	4	2	4	1	4	1	4	1,5	4
27	Илья Ч.	2	4	2	4	1	4	1	4	1,5	4
28	Милана И.	1	4	1	4	4	1	4	1	1	4
29	Кирилл Н.	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3
30	Аделина С.	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4
31	Илья П.	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4
Общий балл										1,5	4,2
Общий годовой балл											4,2

1 ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;  
 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;  
 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;  
 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого;  
 5 баллов – ребенок выполняет самостоятельно все параметры оценки.



# Методическое обеспечение

Примерная Общеобразовательная Программа  
«ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ». / Под ред. М.А.  
Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой –  
М: Мозаика - Синтез 2014

Образовательная область «Здоровье». /  
Под. Ред. В.А. Деркунской. 2013г.  
[/https://www.google.ru/webhp?sourcei=chrome-instant&rlz](https://www.google.ru/webhp?sourcei=chrome-instant&rlz)

Расту здоровым./ Под ред. В.Д Зимониной –  
М, СТЕФА 2013г.



# Методическое обеспечение

Для реализации Парциальной программы

Оформлены альбомы:

1

- «ЗОЖ»,
- «Наши будни»;

Картотеки:

2

«Пальчиковые игры»  
«Гимнастики»

Наглядно дидактические пособия:

3

- «Здоровей-ка»
- «Предметы личной гигиены».
- «Стихи о здоровом питании»;
- Схемы «КГН»

4

Игры – эксперименты.

Игры – путешествия.

5

Предметно пространственная среда оказывает большое влияние на формирование душевных качеств ребёнка ; развивают любознательность, воспитывают чувство прекрасного способствует формированию начальных представлений о здоровье, ЗОЖ.



# Глоссарий



- **Образовательная область** — структурная единица содержания образования, представляющая определенное направление развития и образования детей.
- **Образовательная среда** — совокупность условий, целенаправленно создаваемых в целях обеспечения полноценного образования и развития детей.
- **Парциальная образовательная программа**, программа, направленная на развитие детей дошкольного возраста в одной или нескольких образовательных областях, видах или культурных практиках.
- **Социальная ситуация развития** — сложившаяся система взаимоотношений ребенка с окружающим социальным миром, представленным, в первую очередь, взрослыми и другими детьми.
- **Национально-региональный компонент** - отражает образовательное пространство, которое обозначается понятием “Оренбургская область”. Содержание и объем этого понятия определяются природно-географическим, социально-экономическим и историко-культурным единством региона.
- **Игра – этюд** - разыгрывание разнообразных сказок и сценок, небольших этюдов и малых литературных форм;.
- **Игра – эксперимент** – опыты, дающие реальные представления о различных сторонах изучаемого объекта.





**Спасибо за  
внимание!**

