МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР - ГИМНАЗИЯ № 6 «ГОРНОСТАЙ»
(МАОУ ОЦ «ГОРНОСТАЙ»)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАОУ ОЦ «Горностай»
(протокол № 1 от 13.09.2023г)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОЦ «гимназия № 6 «Горностай»
И.Г. Путинцева
приказ № 110.2-ос от 18.09.2023г

Путинцева Ирина Германовна
Подписано цифровой подписью: Путинцева Ирина Германовна
Дата: 2023.10.19 21:37:58 +07'00'

Образовательная область
«Физическое развитие»

Парциальная программа

«Путь к успеху через ЗОЖ»

Новосибирск, 2023

Содержание

1. Целевой раздел
   1.1. Паспорт программы……..3
   1.2. Пояснительная записка ……7
   1.3. Цели программы …….11
   1.4. Задачи программы ……..11
   1.5. Планируемые результаты ……..11
2. Содержательный раздел
   2.1. Направленность программы ……..13
   2.2. Принципы реализации программы……16
   2.3. Формы и методы работы с детьми…….17
   2.4. Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы……19
   2.5. Практическая значимость……..22
   2.6. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы……..23
3. Организационный раздел
   3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды……25
   3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса……...28
Список используемой литературы……...30
Список электронных образовательных ресурсов……34
Приложения……35

1. Целевой раздел

1.1. Паспорт программы

Полное наименование организации в соответствии с уставом	Муниципальное автономное образовательное учреждение г.Новосибирска «Образовательный Центр – Гимназия №6 «Горностай»
Юридический адрес	630117, Новосибирская область, город Новосибирск, Вяземская улица, 4 дошкольное отделение: ул. Иванова, д. 44 ул. Гнесиных, д. 12 ул. Шатурская, д. 4 начальная школа: ул. Полевая, д. 5 основная и средняя школа: ул. Вяземская, д. 4
Фактический адрес	630117, Новосибирская область, город Новосибирск, Вяземская улица, 4 дошкольное отделение: ул. Иванова, д. 44 ул. Гнесиных, д. 12 ул. Шатурская, д. 4 начальная школа: ул. Полевая, д. 5 основная и средняя школа: ул. Вяземская, д. 4
Телефон	Приемная руководителя: (383) 306-33-45 Дошкольное отделение: (383) 332-17-32
E-mail	gornostay@edu54.ru ds_378@edu54.ru
Сайт организации	http://gornostay.com/
Администрация	Путинцева Ирина Германовна - Директор ОЦ «Горностай» Ильенкова Татьяна Андреевна - Заместитель директора по учебно-воспитательной работе, руководитель дошкольного отделения
Характеристика основной образовательной программы, реализуемой в ДО	В соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (Приказ № 1155 Министерства образования науки от 17 октября 2013 года) на основе примерной основной общеобразовательной программы «От

	рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), разработана основная общеобразовательная программа ДО ОЦ «Горностай».
Режим работы ДО	ДО ОЦ «Горностай» работает по режиму, установленному учредителем с 7.00 до 19.00 часов, 5 дней в неделю. Выходные дни: суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.
Название программы	**«Путь к успеху через ЗОЖ»**
Уровень/ направленность программы	Дошкольное образование/вариативная часть ООП ДО
Составители программы	
Возраст воспитанников	4 -7 лет
Нормативно- правовая основа Программы	- Устав ОЦ «Горностай»; - СанПиН 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22.07.2010 N 91 (зарегистрированы в Минюсте России 27.08.2010, регистрационный номер 18267). - СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28. (зарегистрированы в Минюсте России 18.12.2020, регистрационный номер 61573). - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного

	образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155) - Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" - Национальный проект РФ «Образование» 2019-2024гг. - «От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), исп. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. — с. 336 - Парциальная программа приобщения ребенка к социальному миру «Я – человек». Козлова, С.А - М.: «Школьная пресса», 2004. - 45с - Федеральный закон N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года "Об образовании в Российской Федерации"; - Федеральный закон N 403-ФЗ от 2 декабря 2019 г. "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" и отдельные законодательные акты Российской Федерации"; - Конвенция о правах ребенка от 13.12.1989 г..
Участники программы	Административные и педагогические работники ДО ОЦ «Горностай», образовательные организации города и области, заинтересованные структуры.
Исполнитель программы	ДО ОЦ «Горностай»
Основные направления деятельности	- образовательная деятельность - проектная и исследовательская деятельность; - досуговая деятельность; - конкурсная деятельность

Социальные партнеры	- департамент образования мэрии города Новосибирска «Городской центр развития образования» - ГАУ ДПО НСО НИПКи ПРО - «Городской центр информатизации «Эгида» Муниципальное казенное учреждение дополнительного профессионального образования города Новосибирска -Региональная общественная физкультурно-спортивная организация «Федерация тхэквондо ГТФ» - Новосибирская региональная общественная организация поддержки детей инвалидов с нарушением слуха «Счастье слышать!» -
Цель программы	Эффективное использование передовых методов и технологий в сфере физической культуры и спорта для укрепления здоровья детей дошкольного возраста и пропаганды здорового образа жизни среди дошкольников и их родителей
Задачи программы	• развивать у детей двигательную активность и мотивацию к занятиям физической культурой и спортом для укрепления физического и психического здоровья, укрепления иммунитета, как основы здорового образа жизни; • развивать физическую подготовку и формировать социально значимые личностные качества ребенка дошкольного возраста; • развивать функциональную грамотность, как способность детей использовать полученные знания для практического решения жизненно важных задач во всех сферах человеческой деятельности;

	• воспитывать навыки собственного здоровьесбережения, культурно-гигиенические, навыки коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности; • формировать знания о спортивных достижениях нашей страны и основы гражданственности и патриотизма. • сформировать систему работы с общественными организациями и социальными партнерами
Ожидаемые результаты	<u>В учреждении, как в образовательной системе:</u> - создание условий для полноценного физического развития детей; - создание системы по приобщению детей к здоровому образу; - внедрение новых форм в работу с воспитанниками; - организация развивающей среды с учетом её целесообразности, возрастных и индивидуальных особенностей детей. <u>Педагоги:</u> - повышение уровня компетентности в вопросах здорового образа жизни дошкольников; - повышение профессионального мастерства педагогических работников дошкольного отделения, овладение педагогическим коллективом инновационными методиками и технологиями; - создание необходимых условий для активного взаимодействия педагогов с детьми через разные виды деятельности для формирования функциональной грамотности (естественнонаучной) воспитанников; - сформированность мотивации к созданию условий для приобщения дошкольников к ЗОЖ;

	- сформированность мотивации к усовершенствованию предметно-развивающей среды; - направлять педагогический процесс на комплексное познание концептов формирования функциональной грамотности. <u>Дети:</u> Формирование у воспитанников следующих компетентностей: - имеют представления о строении и функциях человеческого организма; - имеют представления о правилах здорового питания; - имеют представления о значении физических упражнений и разного рода гимнастик; - имеют представления о приёмах проведения гигиенических процедур, закаливания, способах укрепления здоровья; -понимают значение здорового образа жизни; - понимают значение ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; - проявляют интерес к правилам здорового образа жизни; - стремятся самостоятельно использовать навыки здорового образа жизни в повседневной жизни; - способны переносить свои умения в другую ситуацию. - имеют элементарное представление о победах и спортивных достижениях своего народа. <u>Родители:</u> - содержательно взаимодействуют с педагогическим коллективом детского сада в процессе формирования навыков ЗОЖ у детей дошкольного возраста; - повышают компетентность в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми;

	- принимают активное участие в формировании функциональной грамотности детей дошкольного возраста; - воспитывают чувства любви к семье, городу, краю, Родине. - формируют знания о спортивных достижениях нашей страны и основы гражданственности и патриотизма. <u>Социум:</u> - создание системы работы с общественными организациями и социальными партнерами.

1.2. Пояснительная записка

Программа «Путь к успеху через ЗОЖ» разработана коллективом педагогов дошкольного отделения МАОУ ОЦ – Гимназия №6. Программа реализуется на основе требований Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» с учетом Плана мероприятий по реализации в 2021–2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, разработана в соответствии с ООП «Дошкольного отделения МАОУ ОЦ – Гимназия №6 «Горностай», в соответствии с введением в действие ФГОС ДО, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течении двух лет. Программа отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов физического развития, укрепления физического и психического здоровья детей дошкольного возраста от четырёх до семи лет.

Назначение данной программы – помочь педагогическим работникам дошкольного отделения реализовать решение таких проблем, как:

- формирование функциональной грамотности воспитанников;
- развитие у воспитанников социальных, нравственных качеств, направленных на воспитание потребности в здоровом образе жизни и

занятиях физической культурой и спортом.

Неблагоприятная эпидемиологическая обстановка в стране и во всём мире, ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья населения, поэтому встает вопрос о формировании осознанного отношения к здоровью и образу жизни. Чтобы вырастить здорового и жизнелюбивого человека, необходим особый образ жизни – здоровый.

Быть здоровым это естественное стремление каждого человека. Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время большое значение. Здоровье человека закладывается в детстве и, согласно данным науки, оно обусловливается на 50% – образом жизни, на 20% – наследственностью, на 20% – состоянием окружающей среды и примерно на 10% – возможностями медицины и здравоохранения. Важное место в сохранении здоровья занимает физическая культура и спорт.

Проблема профилактики заболеваний детей всегда актуальна. Научные исследования подтверждают, что здоровье человека больше всего зависит от его образа жизни. Именно поэтому утверждение здорового образа жизни подрастающего поколения должно сегодня рассматриваться в практике работы дошкольных учреждений как одно из приоритетных направлений гуманизации общества, так как от того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить навыки ЗОЖ в раннем детстве, зависит в последующем реальный образ жизни человека.

Характерной особенностью детского организма является его бурный, неравномерный рост и значительные изменения в строении и деятельности организма в разные периоды развития. Неправильно организованный или недостаточно активный двигательный режим жизни приводит к выраженным функциональным нарушениям различных систем организма. При этом снижается общая сопротивляемость детей простуде, ухудшается работоспособность и восстановление организма после нагрузок различного

характера, возникают нарушения в функционировании сердечно-сосудистой и нервной систем, что может привести к трудностям в развитии самореализации, так же следствием недостатка двигательной активности является нарушение осанки, слабость опорно-двигательного аппарата. В связи с этим актуально воспитание культуры здоровья уже в дошкольном детстве. Становление культуры человека обусловлено прежде всего процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов. Одной из приоритетных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучение и привитие навыков здорового образа жизни. Полноценное и всестороннее развитие и воспитание детей дошкольного возраста невозможно без правильно организованной и достаточной двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие ребёнка.

Физическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

- осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
- знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
- компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход и результаты ее развития на последующих этапах жизненного пути человека. Программа разработана для формирования у детей дошкольного возраста культуры здоровья. Направлена на приобщение детей к здоровому образу жизни и реализуется через активную деятельность всех участников образовательного процесса. Ориентирована на становление у детей позиции познания ценности здоровья физического, психического и социального, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего

здоровья, расширения знаний и навыков по гигиенической культуре и культуре питания.

Данная программа рассчитана на работу с детьми от четырёх до семи лет. Занятия содержат познавательный материал соответственно возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (оздоровительными минутками, упражнениями для осанки и др.), необходимыми для развития навыков ребенка, которые закрепляются в повседневной жизни, так как функциональная грамотность сегодня стала важнейшим индикатором общественного благополучия. В занятия включены не только вопросы физического развития детей, но и музыкально-ритмическая деятельность, а также вопросы духовного здоровья. Дети учатся любви к себе, людям, к жизни. На первый план выступает не только задача физического развития детей, сохранения и укрепления их здоровья, но и воспитания у них потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Программа опирается на современные научные представления о психическом и физическом развитии ребенка, а также в связи с актуальностью проблемы ортобиоза (здоровый, разумный образ жизни; в нём несколько уровней погружения ребенка в проблему человека и его здоровья).

Программой учитываются и данные уровни погружения. Первый уровень – это получение детьми необходимых сведений о еде, образе жизни, об одежде и элементарной гигиене тела и жилища, о том, как правильно заниматься и отдыхать. Также дошкольников знакомят с темами, связанными с миром, природой, со всем живущим, а также правилами поведения в экстремальных ситуациях. На втором уровне происходит развитие сознания ребенка на основе полученных знаний. Разговор о нем, о его трудностях, привычках, о том, как помочь самому себе, как узнать себя, как стать здоровым

и как сохранить здоровье. Педагоги учат детей быть внимательными к себе, своему состоянию и настроению.

Для уточнения своих знаний, для их активного использования, а также для самопроверки и самоисследования детям предлагаются различные игры, задания и тесты. Но ведущей формой организации детей является игра.

1.3. **Цель программы**: Эффективное использование передовых методов и технологий в сфере физической культуры и спорта для укрепления здоровья детей дошкольного возраста и пропаганды здорового образа жизни среди дошкольников и их родителей.

1.4. **Задачи программы:**

- развивать у детей двигательную активность и мотивацию к занятиям физической культурой и спортом для укрепления физического и психического здоровья, укрепления иммунитета, как основы здорового образа жизни;
- развивать физическую подготовку и формировать социально значимые личностные качества ребенка дошкольного возраста;
- развивать функциональную грамотность, как способность детей использовать полученные знания для практического решения жизненно важных задач во всех сферах человеческой деятельности;
- воспитывать навыки собственного здоровьесбережения, культурно-гигиенические, навыки коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- формировать знания о спортивных достижениях нашей страны и основы гражданственности и патриотизма.

1.5. Планируемые результаты

Результатом освоения программы «Путь к успеху через ЗОЖ!» является наличие компетенций как умений, необходимых для сохранения и укрепления здоровья, умение проявлять настойчивость при соблюдении здорового образа

жизни, отношение к правилам и нормам здорового образа жизни как указателям желательных способов поведения.

Ребёнок, который:

- имеет устойчиво сформированные ценности здоровья, здоровья окружающих его людей и общества в целом.
- знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представление о себе, своей самоценности, ощущает себя субъектом здоровой жизни;
- бережно, уважительно и заботливо относится к близким людям, своим родственникам, сверстникам, взрослым и предметному миру;
- осознает и разделяет нравственные эталоны жизнедеятельности, такие как гуманность, доброту, заботу, понимание, уважение, честность, справедливость, трудолюбие и т.д.
- имеет представление о том, что такое здоровье и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

2. Содержательный раздел

2.1. Направленность программы

Программа «Путь к успеху через ЗОЖ!» – комплексная система воспитания и оздоровления дошкольников с четырёх до семи лет. Данная программа обеспечивает развитие личности, мотивации и способности детей в различных видах деятельности и охватывает направление развития и образования детей. Основное содержание работы с детьми по программе строится по нескольким направлениям:

- ***Основы двигательной культуры «Азбука движений»***

Задачи:
Расширять представления о двигательных умениях человека, значении двигательной активности в жизни людей и о приёмах самомассажа.
Воспитывать интерес к совместным подвижным играм детей с родителями.

- ***Строение тела, правила ухода за ним «Себя хочу познать»***

Задачи:
Формировать представления о себе и других детях, представления о половых различиях.
Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, желание быть здоровым.

- ***Пластика танца «Движение – это жизнь!»***

Задачи:
Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребенка.
Воспитывать интерес к движению, как средству по профилактике и сохранению здоровья.

- ***Закаливание «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»***

Задачи:
Объяснить значение закаливания на состояние организма человека;
Рассказать о значении физической нагрузки на развитие детского организма.
Воспитывать положительное отношение к закаливающим процедурам.

- ***Культурно-гигиенические навыки «В чистоте жить – здоровым быть!»***

Задачи:
Формировать у детей представления о правилах гигиены тела; объяснить значение соблюдения правил личной гигиены для состояния организма человека.

Воспитывать положительное отношение к культурно-гигиеническим процедурам.

- ***Культура питания «Школа моего питания».***

Задачи:

Познакомить с правильным режимом питания. Рассказать о полезной и вредной пище, о витаминах.

Воспитывать положительное отношение к овощам и фруктам, блюдам, приготовленным из них.

Место реализации программы

В режиме дня: во всех режимных моментах, в утренние часы во время беседы, на прогулке, во время занятий физкультурой и утренней гимнастикой, во время самостоятельной деятельности и совместной деятельности детей и взрослых

Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы исследует физически интеллектуальные и личностные качества после освоения дошкольниками курса программы дополнительного образования ребенка путем применения методов, обеспечивающих получение необходимого объема информации, объективность и точность получаемых данных. Это наблюдение за ребенком, беседа, моделирование ситуаций, тренинговые тесты по разделам программы.

Сроки реализации – 3 года.

Этапы реализации

1. Организационный

- разработка критериев диагностики уровня сформированности основ здорового образа жизни;
- первичный мониторинг детей по вопросам основ здорового образа жизни, физических и музыкально-ритмических показателей подготовленности детей;
- определение методов ознакомления детей с основами здорового образа жизни.

2. Формирующий

- формирование установки на здоровый образ жизни, как основное условие сохранение и укрепление здоровья;
- формирование бережного отношения к своему здоровью.
- формирование умения самостоятельно применять правила ЗОЖ в личной жизни.

3. Контрольный

- выявление динамики знаний в формировании комплекса знаний о здоровом образе жизни и безопасности жизнедеятельности у детей.

2.2. Принципы реализации программы

1. Доступность

- учет возрастных особенностей.

2. Систематичность и последовательность

- постепенная подача материала от простого к сложному;
- повторение усвоенных правил и норм в течение всего года;
- индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

3. Наглядность

- учет особенностей мышления.

4. Динамичность

- интеграция программы в разные виды деятельности.

5. Дифференциация

- учет возрастных особенностей;
- создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни ребенка.

Критерии эффективности программы

1.Повышение активности родителей, проявляющейся в участии в:

- физкультурно-оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимых в ДОУ;

- различных формах работы по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;
- развитии предметно-пространственной окружающей среды в группах и на участке ДОУ.

2. Положительная мотивация к здоровому образу жизни в семье:

- устойчивое желание отказаться от вредных привычек;
- посещение кружков, секций оздоровительной направленности;
- активный отдых вместе с детьми;
- проведение закаливающих процедур;
- использование рекомендаций, полученных в ходе педагогического и медицинского просвещения.

3. Повышение интереса у родителей к ежедневному посещению детьми детского сада. Снижение числа пропусков посещений детьми детского сада по болезни.

Ожидаемые результаты:

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровьесбережение». Повышение активности родителей в образовательном процессе, в оздоровлении детей.

2. Влияние образа жизни на состояние здоровья дошкольника.

3. Снижение уровня заболеваемости. Овладение навыками самооздоровления.

2.3. Формы и методы работы с детьми

- Сотрудничество ребенка со взрослыми в развивающих занятиях.
- Игровая форма занятий.
- Игровой стретчинг.
- Ознакомление с художественной литературой.
- Выставка рисунков и поделок.
- Сюжетно-ролевая игра.
- Наглядная пропаганда.

- Утренники, КВН, квесты, квизы, тесты.
- Экскурсии, наблюдения.
- Самостоятельная детская деятельность.
- Игры: дидактические, словесные, настольные, соревнования.

Специально организованная деятельность:

- гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;
- гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.);
- занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями подарками);
- подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные виды движения;
- оздоровительный бег, хождение босиком;
- динамические паузы;
- бодрящая гимнастика (включающая корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки в том числе упражнения игрового стретчинга; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж);
- гимнастика пробуждения;
- закаливающие мероприятия (хождение босиком, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны);
- Су-джок массаж;
- рациональное питание;
- психологическая поддержка;
- проектная деятельность;
- прием детей на улице в теплое время года;

- оснащение спортинвентарем, оборудованием, наличие спортзала, спортплощадки, спортивного уголка в группе.

Совместная деятельность детей и педагога:

- Наблюдения на прогулке;
- ситуации;
- общение (беседы);
- проведение квизов (по теме ЗОЖ);
- дидактические игры;
- продуктивная деятельность;
- игры-драматизации;
- игры-моделирования;
- тематические досуги;
- развлечения;
- индивидуальная работа по здоровьесбережению;
- подвижные игры (в том числе и народные п/и);
- праздники и развлечения;
- участие в соревнованиях;
- коммуникативные игры;
- минута тишины;
- музыкальные паузы;
- игровые беседы с элементами движений;
- Дни здоровья.

Самостоятельная нерегламентированная деятельность детей:

- Дидактические игры;
- изучение лэпбуков (по теме ЗОЖ);
- использование игр-симуляций для закрепления материала;
- рассматривание иллюстраций;
- сюжетные игры;
- самоорганизация подвижных игр.

Интеграция с другими образовательными областями:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие.

2.2. Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы:

Интерактивная

- анкетирование;
- интервьюирование;
- дискуссия;
- круглые столы;
- консультации специалистов
- встречи со специалистами: дискуссии (совместное обсуждение проблем).

Традиционная

- Беседа об актуальности данной проблемы (изучение мнений).
- Родительские собрания «Мы за здоровый образ жизни», «День открытых дверей».
- Семейные спортивные соревнования (соответственно эпидемиологической обстановки);
- Посещение родителями режимных моментов (соответственно эпидемиологической обстановки);
- акция «Здоровый образ жизни»;
- вечера развлечений «В гостях у доктора Айболита» (соответственно эпидемиологической обстановки).

Инновационная

- Проведение Квизов (по теме ЗОЖ) в онлайн режиме.

- Информирование родителей в блоге группы.
- Вовлечение родителей в работу по электронному обучению детей посредством, рекомендуемых педагогами игр симуляторов.
- Видео мастер классы по: игровому стретчингу, массажу и самомассажу и т.д.).
- Досуги выходного дня (вне территории дошкольного учреждения).
- Вовлечение родителей в образовательный процесс «Вместе с мамой» (соответственно эпидемиологической обстановки).
- Использования ИКТ технологий и мультимедиа.

Просветительная

- использование СМИ для освещения деятельности ДОУ по формированию ЗОЖ у детей;
- организация клуба «Здоровая семья»;
- выпуск бюллетеней, информационных листков;
- наглядная агитация по вопросам физического воспитания (стенд «Здоровье с детства», памятки, газеты, выставки, советы и рекомендации);
- обогащение литературы по здоровому образу жизни.

В программе «Путь к успеху через ЗОЖ!» представлены игры, ситуации, общение и перечень художественной литературы. Данный перечень используется с целью закрепления знаний и для осуществления личностно-ориентированного подхода.

Работа с детьми построена в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, как увлекательная проблемно-игровая деятельность, делающая акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении определенных ситуационных задач. Решая проблемные ситуации, дети воспринимают знания без отрыва от жизни, не разобщено, а целостно, легче и эффективнее осваивая их. Специфика ситуационной задачи

заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер. Поэтому, с одной стороны, в ее решении ребенок использует имеющиеся у него знания, умения и навыки, а с другой – совершая поисково-практические действия, самостоятельно открывает новое знание, приобретает новые умения.

Интеграция насыщает разные виды детской деятельности (игра, экспериментирование, познание, общение, физическая культура, музыкально-эстетическая) информацией о культуре здоровья и об основах здорового образа жизни с последующим формированием на этой базе эмоционально-положительного отношения к данному процессу. Данная программа гармонично соединяет все виды деятельности дошкольника, и осуществляется как в совместной деятельности педагогов и детей, так и в самостоятельной деятельности детей, приобщая к участию родителей.

2.5. Практическая значимость

Практическая значимость программы «Путь к успеху через ЗОЖ!» заключается в том, что она направлена на:

1. воспитание у детей правильного отношения к сохранению и укреплению своего здоровья;
2. формирование у детей представления о необходимости заботы о своем здоровье;
3. способствует реализации творческой активности, выявления способностей самовыражения через различные формы творчества детей.

Углублённое раскрытие отдельных тем, требует от воспитателей использования проектной деятельности в соответствии с возрастными особенностями детей и их проблемами. Так как все направления проекта объединяет игровой метод, то воспитательно-образовательный процесс приобретает привлекательную форму, повышает эмоциональный фон, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Используются элементы различных инновационных технологий:

1.Метод игры. Игра выступает самостоятельным видом развивающей деятельности дошкольника, является главной сферой общения детей.

2.Проблемно-поисковое обучение (постановка проблемы или создание проблемной ситуации, дискуссия, перевод игровой деятельности на творческий уровень, лабораторные и практические работы)

3.Метод программированного обучения (линейное программирование: выбор между правильным и неправильным; разветвленное программирование: выбор одного ответа из нескольких, алгоритм – система)

4.Метод эмоционального стимулирования (создание ситуации успеха в обучении, поощрение).

5.Метод тестирования. Тесты помогают выявить недочёты в воспитании и обучении, увидеть процент усвоения дошкольником изученного материала, заметить психологические факторы, которые могут мешать ребёнку нормально развиваться.

5. Элементы здоровьесберегающих технологий.

2.6. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Для отслеживания результатов успешности усвоения воспитанниками программных задач разработан план мониторинга, включающий:

- изучение изменения уровней знаний, умений и практических навыков детей (периодическая и итоговая диагностика);
- изучение разнообразия форм, методов воспитательно-образовательной и оздоровительно-профилактической работы, используемых в процессе формирования у дошкольников практических навыков здорового образа жизни, определение их педагогической эффективности (периодические срезы);
- выявление заинтересованности и помощи родителей в реализации задач программы. Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком программы и влияние воспитательно-образовательного и оздоровительно-профилактического

процесса, организуемого в ДОО, на развитие ребенка. Мониторинг детского развития проводится два раза в год: вводный - в сентябре, итоговый – в мае.

Диагностика уровня развития знаний и умений детей по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни

Учет возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет не только выявить имеющиеся у ребенка проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности.

- Медицинские работники (врач-педиатр и медсестра), изучая анамнез развития ребенка, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями.
- Воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные данной программой, наблюдают за поведением ребенка в повседневной жизни.
- Инструктор по физической культуре осуществляет контроль за развитием крупномоторных и мелкомоторных навыков, уровнем двигательной активности, организует тестирование по физической подготовке.
- Музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

3. Организационный раздел

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно-пространственная среда, прежде всего это двигательная предметно-развивающая среда. Она должна быть направлена на создание условий для укрепления и развития физического и психического здоровья детей, развитию культурно-гигиенических навыков; носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной Рациональная здоровьесберегющая среда, которая повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у детей, педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья.

В группах ДО используются многофункциональные ширмы, которые позволяют легко преобразовывать развивающую предметно-пространственную среду в зависимости от темы, тем самым создавая условия для проведения развлечений, игр, по оздоровлению и профилактике заболеваний, бесед, наблюдений, опытов. Это даёт детям возможность самостоятельно задуматься и выбрать вид деятельности.

Главное преимущество спортивных уголков в группах в том, что их оборудование объединяет физкультуру с игрой, создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности, а вариативность использования игрового и физкультурно-спортивного оборудования развивает в воспитанниках произвольность движений, самостоятельность, творчество и креативность.

Материалы и оборудование для двигательной деятельности включают следующие типы физкультурного инвентаря:

- для ходьбы и бега;
- равновесия;
- для прыжков;

- для катания, бросания и ловли;
- для ползания и лазания;
- для проведения общеразвивающих упражнений.

Здоровьесберегающая зона наших групп включает в себя:

Уголок двигательной активности детей

В этом уголке размещаются следующие пособия:

-скакалки,

-мячи,

-обручи,

-массажные коврики и дорожки (для профилактики плоскостопия и ходьбы ладошками и ступнями одновременно),

-пластмассовые гантели и гантели, изготовленные из подручного материала,

-массажные шарики и мячи. мячи суд- джок,

-ленточки, флажки,

-лесенка для лазания и перешагивания,

-дуга для подлезания,

-тренажер для формирования равновесия,

-ростомеры, которые служат также для профилактики нарушений осанки,

-кольцеброс,

-кегли для сбивания мячиком,

-тренажер для развития ловкости и быстроты (палочки с веревками разных цветов для скручивания),

-пособия для развития глазомера (на стене).

Также в группах имеются пособия:

-для развития мелкой моторики рук – сухой бассейн; массажные мячики, прищепки. шнуровки; картотека пальчиковых игр.

- игры с прищепками «Развесь флажки, «Веселые прищепки,

- игры с массажными мячиками «Дойди до друга», бусы из киндер-яиц, пробок.

-для развития речевого дыхания – картотека дыхательной гимнастики: сухой дождь, султанчики, листочки, снежинки, тучки, мыльные пузыри.

-комплексы: утренней гимнастики, дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, гимнастики после сна, пальчиковой гимнастике.

В уголке здоровья имеются наглядные консультации для родителей на тему «Здоровье»: «Профилактика гриппа», «Витамины», «О пользе прогулок», «Правильное питание», «Физическое развитие дошкольников» и т.д.

Игры – симуляции:

- настольная игра «Понарошку» Карточки Гигиены (под редакцией педиатра Фёдора Катасонова).
- настольная игра «Квартет»
- «Валеология или здоровый малыш»
- «Мини вирус»
- «Полезная еда»

Благодаря творчеству, выдумке и умелым рукам педагогов, бесполезные, на первый взгляд, предметы необычных форм и материалов (футляры от «киндер-сюрпризов», пластиковые бутылочки, баночки из-под йогуртов, а так же всевозможные упаковки, резиновые пробки, бобины из-под скотча и т.д.) обрели вторую жизнь и превратились в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик, во всевозможные дорожки для ног и атрибуты для спортивных игр и упражнений.

С помощью нестандартного оборудования мы смогли внести элементы новизны, необычности. Например, сделали яркий цвет спортивного инвентаря, способствующий повышению интереса детей к играм и упражнениям, придаёт необходимую эмоциональную окраску, стимулирует двигательное творчество. Нестандартное оборудование является многофункциональным, удовлетворяет принципу гибкого зонирования, позволяет учитывать половые

и возрастные особенности детей. Отвечает санитарно-гигиеническим, анатомо-физиологическим, психологическим и эстетическим требованиям и нормам.

Напольные игры (классики, лабиринты, игровые поля, ориентиры), выполненные из клейкой цветной бумаги на линолеуме.

Для осуществления программы необходим специально подобранный дидактический материал, а также специально организованная просветительская работа. Потребуется объединить усилия детского сада и семьи по формированию у детей и взрослых основ здорового образа жизни и правильного питания, привлечь к решению этой проблемы родителей для более сконцентрированного внимания их к использованию полезных и здоровых продуктов в своем рационе, тогда реализация данной программы будет способствовать развитию устойчивого интереса у детей к сохранению своего здоровья, воспитанию здорового образа жизни.

Оснащение оборудованием спортивных залов и музыкальных залов, а также сенсорной комнаты смотри приложение.

Вся предметно-пространственная среда интерактивна. Особенностью виртуального (дистанционного) контента является учет возрастных особенностей дошкольников и образовательный контент доступный для освоения именно детьми дошкольного возраста. Поэтому предусмотрены возможности простого использования образовательных материалов для конкретных практических целей. Учитывая, что далеко не всегда удобно пользоваться материалами в режиме онлайн, необходимо создавать версии для распечатки или загрузки в формате pdf или doc. Необходимо готовить разные пакеты информационных материалов и заданий, предназначенных для работы до визита в музей, во время посещения и после него. Особенно важно готовить такие материалы к тематическим выставкам. Все материалы должны быть научными и доступны для понимания детьми дошкольного возраста, предполагающие самостоятельное их использование.

Педагогами ДО рекомендованы следующие игры-симуляторы по ЗОЖ, которые разработаны для детей и, в которые дошкольники могут играть со своими родителями. Так во время игры прививаются здоровьесберегающие привычки. Родители контролируют время пребывая ребёнка за компьютером.

MarisFrance /разработка мода «Симулятор ЗОЖ» - Don^t Starve Wiki

https://dont-starve.fandom.com

Здоровый образ жизни Принцесс (игры для мальчиков и игры для девочек).

https://vseigru.net

Качок, игра-глум в контакте, во славу ЗОЖ!

https://iggrock.ru

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п		Роль в реализации парциальной образовательной программы
1.	Компьютер с доступом к сети интернет	Организация и подготовка к мероприятиям по реализации парциальной программы.
2.	Мультимедийный проектор	Медиа презентации, видео поддержка на мероприятиях в ДО, совместные мероприятия с соц.партнерами.
3.	Интерактивные доски SmartBoard, Mimio	Для проведения занятий, в реальном времени наносить на изображения пометки, вносить любые изменения и сохранять их.
4.	Ноутбуки и компьютеры в группах и общедоступных местах	Для подготовки к мероприятиям по реализации парциальной программы. Для информатизации воспитанников и родителей (презентации, консультации). Создание и хранение медиатек групп.
5.	МФУ	Сканирование, копирование и печать иллюстраций, документации, отчетов, подготовки к мероприятиям и др., для реализации парциальной программы.
6.	Ламинатор	Подготовка методических материалов, наглядных пособий.
7.	Брошюратор	Подготовка методических материалов.

8.	Музыкальное оборудование, акустическая система	Прослушивание аудиозаписей: музыки, музыкального сопровождения к гимнастикам.

Список используемой литературы:

1. Безруких М.М. Здоровьеформирующее физическое развитие. М., 2001
2. Белая К.Ю. и др. Ребенок за столом – методическое пособие по формированию культурно-гигиенических навыков. М.: ТЦ Сфера, 2007
3. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
4. Белых В.А. Правила здорового образа жизни. М.: Феникс – Премьер, 2017.
5. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
6. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
7. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать».
8. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3 – 7 лет. Планирование, занятия, игры. ФГОС ДО. М.: Педагогика,2018.
9. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. -М.: ТЦ Сфера, 2007.
10. Голицына Н.С. Твои возможности, человек.
11. Голицына Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007
12. Гришин В.Г «Игры с мячом и ракеткой».
13. Елжова Н.В. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении. - Ростов н/Д, Феникс, 2011.
14. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов-на-Дону «Феникс» 2003г.

15. Зайцев Г.К. Уроки Айболита СПб, ,1995
16. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. СПб.,1997, с.
17. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века.-М.: АРКТИ,2000
18. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы, пути оптимизации. Материалы Всероссийского совещания.-М.: ГНОМ, 2001.
19. Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М.: Медицина, 1989
20. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
21. Ильина Г.В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе/Г.В. Ильина/ — 2014г.
22. Карепова Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольника. Планирование. Система работы. М.: Учитель, 2020.
23. Козлова С.А., О.А.Князева, С.Е.Шукшина Программа «Я – человек», М.: 1999.
24. Коновалова, Н. Г. Профилактика плоскостопия у детей дошкольного и детей: метод. рекоменд. / Н. Г. Коновалова. – М.: Учитель, 2015.
25. Константинова А.И. «Игровой стретчинг» Учебно-методический центр «Аллегро» Санкт-Петербург 2004 г.
26. М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.-Чебоксары, 1998.
27. О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников. - М.: Просвещение, 2005.
28. Ланда, Б.Х. Диагностика физического состояния: обучающие методика и технология: учебное пособие / Б.Х.Ланда. – М.: Спорт, 2017..
29. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.

30. М.Р. Максиняева и др. Методические рекомендации по организации работы с детьми дошкольного возраста по безопасности жизнедеятельности. М.,1999

31. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

32. Назарова А.Г. Игровой стретчинг. Методическое пособие по оздоровлению детей дошкольного и младше школьного возраста. – СПб., 1995.

33. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг» (Методика работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста), Санкт-Петербург, Типография ОФТ, 2005.

34. Назарова А.Г. «Сюжетно-ролевые игры» (Приложение к методике игрового стретчинга), Санкт-Петербург, Типография ОФТ, 2005.

35. Назарова. «Игротренинг» (Методическое пособие для работы с детьми дошкольного и школьного возраста), Санкт-Петербург, Типография ОФТ, 2005.

36. А.Г.Назарова. «Игровой стретчинг» (Отрывки музыкальных произведений к упражнениям –CD диски), Санкт-Петербург, Типография ОФТ, 2005.

37. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы здорового образа жизни – М.: Академия, 2013.

38. Насонкина С.А. Уроки этикета – СПб.: Изд-во Акцидент, 1995

39. Николаева Н.И. «Школа мяча»

40. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.:Речь, 2002.

41. Оздоровительная работа по программе «Остров здоровья» (стр.57 – Физминутки для глаз)

42. Петерина С.В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста.

43. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.

44. Рунова М.А. Диагностические тесты (двигательная активность ребёнка в детском саду). -М., 2004.
45. Ручной мяч. Н.И.Соловьёва «Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры».
46. Родынова О. П. «Музыка о животных и птиц» детям от 6 до 7 лет. – М. «Москва», 2000.
47. Родынова О. П. «Природа и музыка» детям от 6 до 7 лет. – М. «Москва», 2000.
48. Родынова О. П. «Сказка о музыке» детям от 6 до 7 лет. – М. «Москва», 2000.
49. «Система музыкально – оздоровительной работы в детском саду» (занятия, игры, упражнения) автор – составитель О. Н. Арсеневская Издательство «Учитель» Волгоград 2012.
50. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
51. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
52. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: игоровой стретчинг. – М., 2012.
53. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
54. Фомина А.И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду».
55. Чистякова М. И. «Психогимнастика» Издательство «Просвещение» «ВЛАДОС» 1995.
56. Шелегин Н.Н. Книга про то, как уберечь себя и других от разных неприятностей и быть всегда здоровым и сильным. Учебное пособие для учащихся начальной школы. Новосибирск, Изд-во Новосиб. Ун-та, 1997г
57. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие. М., 2005.
58. Яковлева Л.В, Р.А. Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет».

Электронные образовательные ресурсы

http://pochemu4ka.ru/index/

http://ya-uchitel.ru/

http://www.twirpx.com/

http://pedmix.ru/

http://stranamasterov.ru/user

http://nsportal.ru/

http://pedsovet.su/

http://educontest.net/

http://detsad-kitty.ru/

http://www.solnet.ee/

http://www.maam.ru/

http://numi.ru/

http://konkurs-rf.ru/

http://bebygarden.ru/

http://perspektiva-ano.ucoz.ru/

http://nsc.1september.ru/

http://pedsovet.org/