

**Здоровьесбережение
в коррекционной и образовательной деятельности
с дошкольниками с ТНР 4—7 лет**

Парциальная адаптированная программа

Авторы-разработчики:

Стефанко Александра Викторовна, Степченкова Светлана Владимировна,
Слизкина Анна Борисовна, Снежко Татьяна Александровна,
Бакулина Дарья Владимировна

346 **Здоровьесбережение в коррекционной и образовательной** деятельности с дошкольниками с ТНР 4—7 лет. Парциальная адаптированная программа. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018. — 192 с. — (Методический комплект программы Н. В. Нищевой).

ISBN 978-5-907009-09-7

Представленная в книге парциальная адаптированная программа «Планета Здоровья» учитывает особенности развития дошкольников с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) с 4 до 7 лет. Она основывается на трех блоках — «Физическое здоровье», «Речевое здоровье», «Психическое здоровье» — и предназначена для коррекционной и образовательной деятельности по ознакомлению детей с темами здорового образа жизни: «Чистота — залог здоровья», «Приятного аппетита!», «Знакомься: твоё тело», «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу», «Режим дня — верный помощник нашего здоровья», «Витамины, микробы и вирусы».

Программа использует различные образовательные технологии: проектную деятельность, сказкотерапию, лично ориентированную и игровую технологии, пальчиковые, артикуляционные, дыхательные, мимические, глазные, релаксационные гимнастики, психогимнастики, самомассаж, логоритмические упражнения, корректирующие, бодрящие зарядки, физкультминутки, подвижные игры, упражнения для профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки.

В издании даны комплексно-тематическое планирование, конспекты непрерывной образовательной деятельности, физкультурные досуги, конспекты интегрированных занятий, игры, упражнения.

Книга рекомендована учителям-логопедам, педагогам-психологам, инструкторам по физической культуре, воспитателям ДОО и родителям дошкольников.

ББК 74.100.5

Главный редактор С. Д. Ермолаев
Редактор Н. Б. Кондратовская
Художник И. Н. Ржевцева
Корректоры: Т. В. Никифорова, Н. И. Григорьева
Дизайнер Н. С. Сенченкова
Верстка А. Л. Сергеенок

ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 197348 СПб., а/я 45. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru, www.detstvo-press.ru

Представительство в Москве: МОО «Разум», 127434 Москва, Ивановская ул., д. 34.
Тел.: (499) 976-65-33. E-mail: razum34@gmail.com
www.raz-um.ru

Служба «Книга — почтой»: ООО «АРОС-СПб»
192029, Санкт-Петербург, а/я 37. Тел. (812) 973-35-09
E-mail: arosbook@yandex.ru

Подписано в печать 15.12.2017. Формат 70×100 $\frac{1}{16}$. Бумага офсетная. Печать офсетная.
Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 12,0. Тираж 10 000 (1-й завод 1000) экз. Заказ № .

Отпечатано с готовых файлов заказчика в ОАО «Первая Образцовая типография»,
филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ». 432980 г. Ульяновск, ул. Гончарова, д. 14.

© Коллектив авторов, 2018
© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
оформление, 2018

Содержание

I. Целевой раздел	5
1.1. Пояснительная записка.....	5
1.2. Цели и задачи реализации программы.....	12
1.3. Принципы и подходы к формированию программы.....	13
1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики.....	14
1.5. Планируемые результаты освоения программы.....	14
II. Содержательный раздел	18
2.1. Комплексно-тематическое планирование проекта «Планета Здоровья» для средней группы.....	18
2.2. Комплексно-тематическое планирование программы «Планета Здоровья» для старшей группы.....	26
2.3. Комплексно-тематическое планирование программы «Планета Здоровья» для подготовительной группы.....	36
2.4. Интеграция содержания программы «Планета Здоровья».....	48
2.5. Способы поддержки детской инициативы.....	49
2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	50
III. Организационный раздел	52
3.1. Организация образовательного процесса по программе «Планета Здоровья».....	52
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды по программе «Планета Здоровья».....	53
3.3. Методическое обеспечение образовательной, коррекционно-развивающей работы по программе «Планета Здоровья».....	56
3.4. Анализ педагогической эффективности по освоению программы «Планета Здоровья».....	58
Приложение 1. Конспекты занятий для старшей группы.....	63
Занятие «Путешествие к планете Здоровья, знакомство со Здравейкой».....	63
Физкультурный досуг «Путешествие в царство Физкультуры».....	66
Занятие «Путешествие в царство Речи».....	70
Занятие «Путешествие в царство Сказки».....	74
Физкультурный досуг «Режим дня».....	79
Логопедическое занятие «Режим дня».....	82
Занятие по сказке С. Степченковой «Здравейка и сова».....	85
Итоговое интегрированное занятие «Режим дня».....	87
Физкультурный досуг «По следам здоровья».....	89
Логопедическое занятие «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу!».....	92
Занятие по сказке «Мышка Аришка в цветных штанишках» (по мотивам сказки А. Крылышкиной).....	95
Итоговое интегрированное занятие «Я здоровье сберегу».....	97
Физкультурный досуг «Поварята».....	99
Логопедическое занятие «Приятного аппетита!».....	103
Занятие по сказке С. Степченковой «О том, как Здравейка научился правильно вести себя во время еды».....	107
Итоговое интегрированное занятие «Приятного аппетита!».....	108

Интегрированное занятие «Солнце, воздух и вода»	111
Игра-квест «Планета Здоровья»	114
Приложение 2. Конспекты занятий для подготовительной группы	118
Занятие «Путешествие на планету Здоровья»	118
Физкультурный досуг «Помощники-чистюли».....	118
Занятия по сказке «Панкрат моет голову»	121
Физкультурный досуг «С микробами я не дружу — я здоровьем дорожу!».....	124
Логопедическое занятие «Микробы и вирусы».....	127
Занятие по сказке С. Степченковой «Здоровейка, Витаминка и микроб»	129
Итоговое интегрированное занятие «Микробы и вирусы»	133
Физкультурный досуг «По следам здоровья».....	137
Логопедическое занятие «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу»	140
Занятие по сказке Г. Сапгир «Заячья дорожка».....	141
Итоговое интегрированное занятие «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу»	143
Физкультурный досуг «Путешествие в страну Витаминию».....	145
Логопедическое занятие «Витамины»	148
Занятие по сказке «О полезных овощах» (по мотивам сказки Л. Рыжовой)	151
Итоговое интегрированное занятие «Витамины»	153
Интегрированное занятие «Солнце, воздух и вода»	155
Игра-квест «Планета Здоровья»	158
Приложение 3. Подборка игр, упражнений, гимнастик для средней группы	163
Приложение 4. Цикл сказок А. Стефанко «Знакомство с планетой Здоровья и Здоровейкой»	175
Знакомство со Здоровейкой	175
Знакомство с планетой Здоровья и царством Речи	176
Знакомство с царством Сказки	177
Знакомство с царством Физкультуры	179
Приложение 5. Сказки Л. Никулиной на развитие коммуникативных навыков (по мотивам сказок С. Прокофьева «Маша и Ойка»).....	181
Не привык Здоровейка голову мыть	181
Сказка про то, как Здоровейка учится вежливости	182
Сказка о вежливости.....	183
День рождения	184
Сказка про непослушные ручки и ножки	185
Сказка про холодную воду.....	186
Сказка про честность.....	187
Приложение 6. Список произведений художественной литературы по теме «Здоровьесбережение»	189
Литература.....	192

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

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 дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) от 4 до 7 лет «Планета Здоровья» разработана на основе комплексной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет (автор Н. В. Нищева) 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 рассчитана на три учебных года и состоит из *двух модулей*. Первый модуль — проект «Планета Здоровья» для средней группы. Второй модуль — система образовательной, коррекционно-развивающей работы в старшей и подготовительной группах на темы здорового образа жизни (ЗОЖ).

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*:

- личносно ориентированная технология;
- игровая технология;
- проектная деятельность;
- здоровьесбережение (пальчиковые, артикуляционные, дыхательные, мимические, глазные, релаксационные гимнастики, психогимнастики, самомассаж, логоритмические упражнения, корректирующие, 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 средней группе образовательная деятельность проходит как *долгосрочный проект* «Планета Здоровья», рассчитанный на один учебный год. Проект состоит из трех блоков: «Физическое здоровье», «Речевое здоровье», «Психическое здоровье».

С сентября по ноябрь ответственным за проектную деятельность по теме ЗОЖ становится учитель-логопед, который вместе с воспитателем знакомит детей и родителей с планетой Здоровья и царством Речи. Все участники проекта — дети, педагоги и родители — включаются в образовательную, коррекционно-развивающую деятельность по темам «Здоровье» и «Знакомься: твое тело». В эту часть проекта вошли такие здоровьесберегающие технологии, как пальчиковые, дыхательные, артикуляционные, мимические гимнастики, логоритмические упражнения, самомассаж.

С декабря по февраль инструктор по физической культуре активно знакомит детей и родителей с царством Физкультуры по темам «Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу» и «Режим дня — верный помощник нашего здоровья». В этот период педагоги используют на заданную тематику корректирующие, бодрящие зарядки и глазные гимнастики, физкультминутки, подвижные игры, упражнения для профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки.

С марта по май педагог-психолог знакомит детей и родителей с царством Сказки по темам «Чистота — залог здоровья» и «Приятного аппетита!» На протяжении этой части проекта педагоги включают в совместную образовательную деятельность сказкотерапию, знакомят с этой технологией родителей и детей.

Заканчивается этот долгосрочный проект большим мероприятием «Шаги к здоровью». Это выставка и самопрезентация всех творческих работ и продуктов совместной деятельности на тему ЗОЖ, сделанных в течение года.

II. Содержательный

2.1. Комплексно-тематическое «Планета Здоровья»

Название царства	Месяц	Тема	Цель, задачи	Содержание работы с детьми
Царство Речи	Сентябрь	«Знакомство со Здоровейкой и планетой Здоровья»	<i>Цель:</i> дать представление об основах ЗОЖ. <i>Задачи</i> 1. Активизировать речевую деятельность детей (совершенствовать диалогическую речь) на тему здоровья. 2. Развивать воображение. 3. Воспитывать бережное отношение к своему и чужому здоровью	Дидактические игры «Вредно — полезно», «Купаем Здоровейку», «Полезная и вредная еда». Самомассаж «Здоровейка, не бой-ка». Подвижная игра «Микробы». Дыхательные гимнастики «Дерево на ветру», «Качели». Сюжетно-ролевая игра «Больница». Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Расти здоровым», К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая». Создание игровой ситуации «На приеме у стоматолога»
	Октябрь	«Знакомство с царством Речи»	<i>Цель:</i> создать положительную мотивацию к речевому развитию. <i>Задачи</i> 1. Развивать диалогическую речь. 2. Формировать представления о речи. 3. Воспитывать заинтересованность в грамотной речи	Тренировка силы голоса в «Ветер-ветерок». Раскрытие понятия «звук» в играх «Найди такую же коробочку», «На чем играл Мишутка?», «Где пища-ло?», «Громко — тихо», «Солнышко и дождик», «Мишка и зайчик», «Как говорят животные». Артикуляционная гимнастика «Веселый зоопарк». Чтение и обсуждение стихотворения П. Синявского «Штранная иштория». Игра «Интервью»
	Ноябрь	«Знакомься: твое тело»	<i>Цель:</i> расширять представления о своем теле и бережном отношении к нему. <i>Задачи</i> 1. Активизировать, уточнить, закрепить словарь по теме «Части тела». 2. Развивать артикуляционную, мимическую, пальчиковую, общую моторику. 3. Воспитывать культурно-гигиенические навыки	Игра «Ты — моя частичка». Дыхательные гимнастики «Вырасти большой», «Бегемотик». Игры «Свет мой, зеркальце», «Что для чего человеку нужно?». Пальчиковая гимнастика «Прогулка». Подвижная игра «Части тела». Артикуляционные гимнастики, мимические гимнастики. Подвижная игра «Ровный круг»

раздел

планирование проекта для средней группы

Организация взаимодействия и формы работы с родителями	Описание продукта проектной деятельности	Ответственные
Выставка «Здоровье — это просто» (изготовление странички к альбому, которая оформляется рисунком и стихотворением, на тему «Быть здоровым — это просто»)	Альбом совместного творчества родителей и детей «Здоровье — это просто» (рисунки и стихотворения)	Воспитатель, учитель-логопед
Мастер-класс «Артикуляционная гимнастика со Здравейкой» (обучение родителей правильному выполнению артикуляционных упражнений)	Создание книжки-раскладушки по артикуляционной гимнастике «Здравейка тренирует язычок» (собрание готовых фотографий, рисунков, стихов по теме)	Воспитатель, учитель-логопед
Привлечение родителей и детей к созданию развивающей игры «Шаги к здоровью» (рисунков и загадок как приложения к игре)	Создание интерактивной развивающей игры «Шаги к здоровью»	Воспитатель, учитель-логопед

Название царства	Месяц	Тема	Цель, задачи	Содержание работы с детьми
Царство Физкультуры	Декабрь	«Знакомство с царством Физкультуры»	<i>Цель:</i> сформировать положительное отношение к физической культуре и ЗОЖ. <i>Задачи</i> 1. Развивать физические способности и навыки средствами физической культуры. 2. Дать общее представление о ЗОЖ и расширить знания детей о физической культуре. 3. Воспитывать у детей потребность к ЗОЖ	Логоритмические комплексы ОРУ. Подвижные игры. Комплексы пальчиковой гимнастики. Комплексы для согласования движений с речью. Включение в образовательный процесс интегрированных заданий с различными видами деятельности. Утренняя гимнастика и гимнастика после сна с участием главного героя проекта
	Январь	«Я здоровье сберегу — себе и вам я помогу»	<i>Цель:</i> сформировать понятие о том, что сохранение здоровья — главная ценность человека. <i>Задачи</i> 1. Расширить знания детей о здоровьесбережении. 2. Развивать внимание, мышление, устную связную речь на основе упражнений и заданий по физической культуре. 3. Воспитывать способность применять знания и умения по здоровьесбережению в самостоятельной деятельности	Применение различных форм физической культуры для формирования правильной осанки, профилактики плоскостопия, дыхательной, глазной гимнастики. Физкультминутки, подвижные игры на улице. Рассматривание иллюстраций по теме ЗОЖ
	Февраль	«Режим дня — верный помощник нашего здоровья»	<i>Цель:</i> сформировать у детей представление о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. <i>Задачи</i> 1. Формировать умение соотносить разные части суток с собственной деятельностью. 2. Развивать двигательные навыки и физические качества средствами физической культуры. 3. Воспитывать желание соблюдать режим дня для сохранения здоровья	Подвижные игры «Будильник», «Утро — ночь». Сюжетные игры «Режим дня», «Кто во сколько встает», «Путаница». Утренняя зарядка, тематические комплексы общеразвивающих упражнений

Продолжение табл.

Организация взаимодействия и формы работы с родителями	Описание продукта проектной деятельности	Ответственные
Проведение консультаций. Наглядная информация для родителей. Проведение совместной семейной игры «Научи маму делать зарядку» (с фотоотчетом)	Совместное изготовление семейного физкультурного ежедневника ЗОЖ «Календарь здоровых привычек»	Воспитатель, инструктор по физической культуре
Памятка-подборка художественных произведений на тему бережного отношения к здоровью для чтения дома. Практикум по обучению родителей различным комплексам упражнений для профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки	Совместное изготовление детьми и родителями тренажеров-массажеров из бросовых материалов для коррекции осанки или профилактики плоскостопия. Демонстрация изготовленного оборудования и фотоотчет	Воспитатель, инструктор по физической культуре
Наглядная информация, консультации по теме. Конкурсы «Мой режим дня», «Заработай бонус и не опоздай к завтраку». Творческие поручения: выполнение правильного режима дня в ДОУ и дома, фотоотчет	Фотоколлаж «Режим дня — верный помощник нашего здоровья» (подборка фотоотчетов родителей, детей и педагогов о том, как правильно выполнять режим дня)	Воспитатель, инструктор по физической культуре

2.2. Комплексно-тематическое «Планеты Здоровья»

Тематические занятия проходят в групповых помещениях, физкультурные досуги и интегрированные занятия — в физкультурном зале учреждения и строятся на использовании личносно ориентированных технологий, направленных на установление партнерства, сотрудничества, сотворчество педагогов, родителей и детей. На интегрированных занятиях осуществляется интеграция образовательной и коррекционно-развивающей работы учителя-логопеда, педагога-психолога, инструктора по физической культуре и воспитателя.

Все тематические занятия взаимосвязаны с годовым циклом тем, разработанным на основе интеграции деятельности педагогов учреждения и направленным на формирование целостного опыта воспитанников.

Тема	Месяц	Название занятия/досуга/мероприятия	Содержание работы с детьми
«Знакомство с планетой Здоровья». «Чистота — залог здоровья»	Сентябрь	«Путешествие к Планете Здоровья, знакомство со Здравейкой»	Проигрывание фрагмента из сказки К. Чуковского «Мойдодыр» на фланелеграфе «Надо, надо умываться по утрам и вечерам». Образовательная ситуация «Наши зубки бережем!» Дидактические игры «Купание куклы», «Мойдодыр», «Девочка чумазая» для формирования гигиенических навыков. Дидактическое упражнение «Расскажем детям, как надо умываться». Чтение произведений и просмотр мультфильмов: «Птичка Тари», Л. Толстой «Мальчик-грязнуля», К. Чуковский «Федорино горе»
		«Путешествие в царство Физкультуры»	Беседы с детьми на физкультурных занятиях о правилах личной гигиены во время и после физкультурных занятий. Игра «Одень спортсмена» (выбрать нужные предметы одежды из предложенных на карточках изображений). Зарядка «На лесной полянке в ряд». Игра с мячом «Вопрос — ответ». Физкультминутка «Хорошее настроение». Подвижные игры «Мы — веселые ребята», «Мяч-выбывала». Пальчиковая гимнастика «Моем руки». Игра «Пылесос». Ритмическая гимнастика «Мойдодыр»
	Октябрь	«Путешествие в царство Речи»	Ритуал путешествия на планету Здоровья (полет на ракете), определение пути по цвету шапочки Здравейки (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; активизация словаря по теме «Домашние животные».

планирование программы для старшей группы

Организация взаимодействия и формы работы с родителями	Ответственные
Папка-передвижка «Здоровый ребенок»	Воспитатель
Рекомендации родителям по подбору физкультурной формы для занятий на улице и в зале. Памятка для родителей и детей «По погоде и одежда»	Воспитатель, инструктор по физической культуре
Консультация «Логопедические упражнения и здоровьесбережение»	Учитель-логопед, воспитатель

Тема	Месяц	Название занятия/досуга/мероприятия	Содержание работы с детьми
			<p>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».</p> <p>Город Рассказбург, встреча с царицей Речь: развитие связной речи.</p> <p>Ритуал обратного полета на ракете в детский сад</p>
		«Путешествие в царство Сказки»	<p>Ритуал вхождения в сказку о царстве Сказки — перевоплощение детей в сказочных героев.</p> <p>Сказочная задача по сюжету сказки: дети предлагают выход из создавшейся проблемной ситуации.</p> <p>Пальчиковая игра «Умывалочка».</p> <p>Игра «Угадай настроение».</p> <p>Чтение сказки К. Чуковского «Федорино горе», вопросы к сказке.</p> <p>Физкультминутка «А теперь всем детям встать».</p> <p>Рисование: тему дети выбирают самостоятельно (из того, что больше запомнилось в этом путешествии по сказке).</p> <p>Обобщение приобретенного опыта (итоги по сказке).</p> <p>Ритуал выхода из сказки (аналогичен ритуалу вхождения, сказочные герои перевоплощаются обратно в детей)</p>
Итоговое мероприятие — акция «Чистый детский сад» (совместная уборка территории детского сада педагогами, родителями и детьми)			
«Режим дня»	Ноябрь	«Царство Физкультуры». Физкультурный досуг «Режим дня»	<p>Мероприятия по двигательному режиму детей группы с включением сюжетов по теме «Режим»:</p> <ul style="list-style-type: none"> — утренняя гимнастика (по стихам о режиме) «Солнышко лучистое»; — сюжетное занятие «Режим — мой друг», — динамические паузы (считаем и двигаемся — по схемам на плане); — игры «Полезный завтрак», «Овощи и фрукты»; — физкультминутки; — релаксация, профилактическая гимнастика после сна; — глазная гимнастика под девизом «Всеми есть место в режиме»; — подвижные и хороводные игры (с объяснением для детей — двигательную нагрузку нужно чередовать) «Стоп!», «Быстрые и ловкие»; — имитационное упражнение «Потягушечки»
		«Царство Речи». Логопедическое занятие «Режим дня»	<p>Проблемная ситуация (Здоровейка усталый, голодный), беседа о режиме дня.</p> <p>Упражнение «Не хотим мы больше спать» (расскажи стихи руками).</p> <p>Разгадывание загадок о времени.</p>

Организация взаимодействия и формы работы с родителями	Ответственные
Ознакомление родителей с методом сказкотерапии, совместное изготовление атрибутов для ритуала вхождения детей в сказку (конкурс на лучший атрибут)	Педагог-психолог, воспитатель
	Воспитатели
Методические рекомендации «Двигательный режим дома». Консультация для родителей «Как устроены биологические часы? Биологические ритмы организма»	Воспитатель, инструктор по физической культуре
Совместное с родителями изготовление пособия «Волшебные часы» с картинками «Режим дня группы»	Учитель-логопед, воспитатель

2.4. Интеграция содержания программы «Планета Здоровья»

Интеграция содержания программы «Планета Здоровья» с разными видами деятельности детей может состоять в следующем.

Игровая деятельность

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах: это дидактические, сюжетно-дидактические игры, игры-путешествия, квест-игры, игровые проблемные ситуации на темы ЗОЖ, пальчиковые игры, подвижные игры, игры-инсценировки и др.

Коммуникативная деятельность

Накопление опыта участия в разговорах, беседах о ЗОЖ.

Накопление опыта общения со взрослыми в ходе бесед, тематических занятий, досугов и пр.

Придумывание сказок и историй о соблюдении правил ЗОЖ.

Обсуждение профессий, связанных с укреплением и безопасностью здоровья, составление рассказов о них.

Познавательно-исследовательская деятельность

Проведение опытов и экспериментов на тему здоровьесбережения.

Участие в проектной деятельности, продуктами которой являются альбомы, книжки-малышки, дидактические пособия, игры, игрушки, оборудования, эмблемы, атрибуты для двигательной активности, конкурсы, выставки.

Изобразительная деятельность

Отражение впечатлений на темы ЗОЖ в изобразительной деятельности.

Создание в группах творческих мастерских по темам ЗОЖ и организация тематических выставок.

Конструирование

Отражение впечатлений на тему ЗОЖ в конструктивной деятельности.

Восприятие художественной литературы и фольклора

Развитие эстетического восприятия и суждений в процессе чтения произведений художественной литературы на тему здоровья.

Элементарный бытовой труд

Участие с родителями и педагогами в социально значимых трудовых акциях на темы здоровьесбережения.

Музыкальная деятельность

Развитие эстетического восприятия и суждений в процессе знакомства с музыкальными произведениями о здоровье.

Логоритмические упражнения.

Музыкальные подвижные игры.

Двигательная деятельность

Участие детей в физкультурных досугах, развлечениях, подвижных играх обеспечивающих двигательную активность.

Артикуляционная, пальчиковая, дыхательная, корригирующая гимнастики.

III. Организационный раздел

3.1. Организация образовательного процесса по программе «Планета Здоровья»

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 лично ориентированных технологий, направленных на партнерство, сотрудничество, сотворчество педагогов, детей и родителей.

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

Средняя группа (4—5 лет).

Долгосрочный проект «Планета Здоровья» (сентябрь—май, каждый месяц по мини-проекту)

Формы образовательной деятельности	Продолжительность одного занятия, мероприятия	Количество занятий, мероприятий		Участники
		В месяц	В год	
Тематические занятия, мероприятия	15 минут	1	9	Дети, воспитатели, учитель-логопед, педагог-психолог, инструктор по физической культуре, родители
Конкурс-выставка (творческая самопрезентация)	30—40 минут		1	Дети, воспитатели, учитель-логопед, родители, педагог-психолог, инструктор по физической культуре

Старшая группа (5—6 лет)

(одна тема на два месяца, занятия и мероприятия — два раза в месяц)

Итоговые интегрированные занятия проводятся тремя специалистами в конце второго месяца изучения темы. Игра-квест «Планета Здоровья» проводится в конце мая по всем темам, пройденным в течение года.

Формы образовательной деятельности	Продолжительность одного занятия, мероприятия	Количество занятий		Участники
		В 2 месяца	В год	
Логопедические занятия	20—25 минут	1	4	Дети, учитель-логопед
Сказкотерапия	20—25 минут	1	4	Дети, педагог-психолог

Конспекты занятий для старшей группы

Тема «Чистота — залог здоровья»

Сентябрь

Занятие «Путешествие к планете Здоровья, знакомство со Здравейкой»

Цель: формирование представления о здоровье как об одной из главных ценностей жизни.

Задачи

1. Формировать у детей умение самостоятельно следить за своим здоровьем.
2. Развивать восприятие, память, внимание, воображение.
3. Прививать культурно-гигиенические навыки.
4. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, создать радостное настроение.

Материалы и оборудование: презентация «Знакомство со Здравейкой», проектор, макет планеты Чумазюлькино, вырезанные из бумаги облака, запись песни «Облака — белогривые лошадки» (муз. В. Шаинского, сл. С. Козлова), кукла Чумазик (испачканный Здравейка).

Предварительная работа

Беседы «Что такое здоровье?», «Помощники здоровья».

Рассматривание картинок «Советы о здоровье».

Разучивание пословиц о здоровье.

Разучивание подвижной игры «Мы — веселые ребята».

Ход занятия

Воспитатель. Собрались все дети в круг.
Я твой друг, и ты мой друг.
Крепко за руки возьмемся
И друг другу улыбнемся.

Я улыбнулась вам, и вы улыбнитесь друг другу, чтобы у нас весь день было хорошее настроение. Оказывается, где-то далеко есть удивительная планета Здоровья. Все жители этой планеты — и люди, и звери, и птицы, и рыбы, и даже насекомые — не болеют и живут очень-очень долго. Вы, наверное, спросите, откуда они берут свое волшебное здоровье? Чтобы разгадать эту тайну, я предлагаю отправиться в далекое путешествие.

Ребята, когда мы будем встречать жителей новых планет, как мы поприветствуем их?

Дети. Здравствуйте!

Воспитатель. Правильно, поздороваемся. А что означает слово «здравствуйте»? Здравствуйте — это значит, что мы желаем быть здоровыми. Здоровье — это самое главное для человека. Ведь, если человек здоровый, он веселый, радостный, работоспособный. Наше путешествие будет необычным — мы полетим на облаках! Занимайте свои места!

Дети берут в руки бумажные облака и танцуют с ними под песню «Облака — белогривые лошадки».

Воспитатель. Сейчас мы тихонько присядем на ковер (*кладут «облака» на ковер и садятся на него*). Ребята, посмотрите: что это там впереди?

Появляется кукла.

Воспитатель. Здравствуй, как тебя зовут?

Чумазик. Я — Чумазик с планеты Чумазюлькино.

Воспитатель. Что с тобой? Почему ты такой грустный?

Чумазик. Я вчера лег поздно спать, не выспался.

Воспитатель. Спать нужно ложиться вовремя, соблюдать режим. Скажи, Чумазик, чем ты занят по утрам?

Чумазик. Я, ребята, долго сплю,
До полудня я храплю.

Воспитатель. Расскажи, но по порядку,
Часто делаешь зарядку?
Спортом занимаешься?
Водой обливаешься?

Чумазик. Нет! Зарядки-то, ребята,
Я не делал никогда!
Закаляться?
Страшно, братцы:
Ведь холодная вода!

А вы, ребята, делаете зарядку?

Дети. Да!

Воспитатель. Давайте научим Чумазика делать зарядку.

Дети повторяют за педагогом движения по тексту.

На лесной полянке в ряд
Звери делают зарядку.
Заяц головой вращает —
Мышцы шеи разминает.
Делает старательно каждое движение,
Очень ему нравится это упражнение.
Полосатенький енот
Изображает вертолет:

Лапками машет назад и вперед,
Словно собрался в далекий полет.
Серый волк немного сонный,
Выполняет он наклоны.
Ты, волчишка, не ленись!
Вправо, влево наклонись,
А потом вперед, назад,
Получишь бодрости заряд!
Медвежонок приседает,
От пола пятки отрывает,
Спинку держит прямо-прямо!
Так учила его мама.
Ну а белки, словно мячики,
Дружно прыгают и скачут!

Н. Ткаченко

Ч у м а з и к. Ой, как интересно! Спасибо, ребята, я научился! Каждое утро буду делать зарядку!

В о с п и т а т е л ь. Молодец! (*Снимает часть грязи с Чумастика.*) Посмотрите, дети: у Чумастика грязь начинает пропадать! А еще ребята знают пословицы о здоровье.

Д е т и. Чистота — залог здоровья.

Заболеть легко, вылечиться — трудно.

Здоровье дороже богатства.

В о с п и т а т е л ь. Ребята, давайте скажем Чумастику, что еще помогает нам стать здоровыми.

Д е т и. Занятия физкультурой, подвижные игры, прогулки на свежем воздухе, солнечные лучи, катание на санках, коньках.

Подвижная игра с Чумастиком «Мы — веселые ребята»

Играющие собираются на одной стороне комнаты и хором произносят:

Мы — веселые ребята,
Любим бегать и скакать.
Ну, попробуй нас поймать!
Раз, два, три — лови!

После слова «лови!» все перебегают на противоположную сторону комнаты. Водящий должен поймать кого-либо из бегущих прежде, чем тот перебежит на другую сторону.

В о с п и т а т е л ь. Чумастик, помогли тебе ребята, ты все запомнил?

Ч у м а з и к. Вроде бы да...

В о с п и т а т е л ь. Чумастик, а почему ты такой чумазий? Ты что, не умылся?

Ч у м а з и к. А зачем умываться? Мне и так хорошо!

В о с п и т а т е л ь. Ребята, давайте объясним Чумастику, зачем нужно умываться.

Подборка игр, упражнений, гимнастик для средней группы

Игра «Вредно — полезно»

Здоровейка произносит фразу, а дети говорят, вредно это или полезно.

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.
2. Кушать чипсы и пить газировку.
3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.
4. Гулять на свежем воздухе.
5. Гулять без шапки под дождем.
6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.
7. Делать по утрам зарядку.
8. Закаляться.
9. Поздно ложиться спать.
10. Кушать овощи и фрукты.

Игра «Купаем Здоровейку»

Для игры используются атрибуты для обыгрывания купания Здоровейки в игровом уголке.

Педагог показывает чумазого Здоровейку и предлагает детям помочь ему стать чистым. Знакомит с необходимыми для купания предметами: показывает их и проговаривает действия с ними. Затем дети называют предметы для купания и поясняют назначение каждого.

Игра «Найди такую же коробочку»

Для игры используются пластиковые контейнеры от «киндер-сюрпризов», в которые насыпаны горох, фасоль, манная и гречневая крупы, рис и т. п. Коробочки нужно сделать парными; чтобы звук не различался, насыпать одинаковое количество сыпучего материала.

Педагог кладет перед детьми один набор коробочек, другой оставляет у себя. Потом трясет одну из коробочек, привлекая внимание детей к звуку. Просит найти среди коробочек, находящихся перед детьми, ту, которая издает такой же звук. Количество пар коробочек нужно увеличивать постепенно.

Игра «На чем играл Здоровейка?»

Педагог поочередно показывает детям барабан и гармошку, называет их. Демонстрирует их звучание, предлагает детям поиграть на них. Приходит Здоровейка и говорит, что хочет поиграть, только он спрячется (за ширму, под стол и т. д.), а детям нужно угадать, на чем Здоровейка играл. Дети отвечают, и Здоровейка снова играет на данном инструменте — уже выйдя из-за ширмы.

Сначала следует использовать музыкальные инструменты, далекие друг от друга по звучанию. Когда дети научатся их различать, можно использовать близкие по звучанию инструменты.

Игра «Где пищало?»

Педагог показывает детям игрушку (игрушку-пищалку, колокольчик, погремушку), называет ее, вместе с детьми слушают ее звучание. Предлагает детям самим извлечь звук. Потом педагог прячет игрушку под стол (за штору, ширму и т. д.), пищит ею, а дети угадывают. Можно усложнить игру и предложить ребенку закрыть глаза.

Игра «Громко — тихо»

1. Педагог кладет перед детьми картинки с изображениями маленького и большого барабанов. Барабан прячет за ширму. Просит детей слушать внимательно. Показывает изображение маленького барабана и стучит тихонько: «Это стучит маленький барабан». Показывает изображение большого барабана и стучит громко: «Это стучит большой барабан». Несколько раз дает детям прослушать различные звучания барабана, подкрепляя показом картинки. Затем педагог просит детей узнать, где маленький барабан, а где большой. Просит детей внимательно послушать стук барабана и показать, какой барабан стучал. После этого знакомит со словами «громко» и «тихо».

2. Педагог использует маракасы (погремушки) и магнитофон. У детей и педагога по два маракаса. Педагог включает музыку громко и показывает детям, что нужно громко ударять маракасы друг о друга, говоря: «Громко». Затем делает звук тише и тихо стучит маракасами: «Тихо». Повторяет игру несколько раз, меняя громкость.

Игра «Солнышко и дождик»

Педагог переключает слуховое внимание, выполняя разные действия согласно различному звучанию бубна: звенит — легонько трясет бубен в руке; стучит — держит бубен в одной руке, ладонью другой ритмично ударяет по мембране.

Педагог предлагает детям отправиться на воображаемую прогулку: «Погода хорошая, светит солнышко. Вы гуляете, а я буду звенеть бубном — вот так. Если пойдет дождик, я буду в бубен стучать — вот так. Услышите стук — бегите домой!»

Педагог повторяет игру несколько раз, меняя звучание бубна. Потом предлагает кому-то из детей попробовать позвенеть и постучать в бубен (поменяться ролями).

Игра «Мишка и зайчик»

Педагог предлагает поиграть: «Мишка ходит медленно — вот так, а зайчик прыгает быстро — вот как! Когда я буду стучать в барабан (бубен) медленно — ходим, как мишки, когда я стучу быстро — прыгаем быстро, как зайчики!»

Педагог повторяет игру несколько раз, меняя темп звучания барабана. Затем предлагает детям по очереди быть в роли водящего и попробовать постучать в барабан в разном темпе.

Игра «Барабанщик»

Педагог предлагает детям по очереди постучать в барабан медленно, быстро; тихо, громко; повторить простой ритм (повторяя ритмические рисунки, можно хлопать в ладоши).

Цикл сказок А. Стефанко «Знакомство с планетой Здоровья и Здоровейкой»

Цель: формировать представление о здоровом образе жизни через сказочные ситуации.

Эти сказки можно рассказывать на протяжении проектной деятельности в средней группе и для закрепления материала после проведения занятий для старших групп.

Знакомство со Здоровейкой

Где-то далеко-далеко над Землей есть планета, и называется она Чумазюлькино. Планета была очень грязная, на ней не росли растения, так что, если бы мы посмотрели на нее издалека, видно было бы только серо-черное пятно. Жители этой планеты засоряли ее, не убирали за собой мусор, не мылись, не следили за своим здоровьем, не помогали друг другу и не дружили друг с другом, часто болели. А самое главное — они не знали, как можно жить по-другому. Поэтому все дни у них были черные, скучные и одинаковые.

Но вот однажды один из жителей планеты — его звали Чумазик — задумался: а может, где-то там, в небе, есть другие планеты и другие жители, которые живут совсем иначе? Ему стало любопытно, и он решил построить ракету, чтобы отправиться в путешествие. Чумазик собрал все железные и металлические предметы со своей планеты и сконструировал из них настоящую ракету. Только ракета у него получилась вся черная, ведь он не знал, как ее можно очистить от грязи.

Наконец-то пришло долгожданное утро. Чумазик сел в свою ракету и отправился путешествовать в космос. Долго летел он, прежде чем увидел красивую планету: она переливалась голубым и зеленым цветами. Так понравилась Чумалюлькину эта планета, что он очень захотел приземлиться и познакомиться с ее жителями. Спустя несколько мгновений Чумазик уже выходил из своей ракеты и с интересом рассматривал чудесную планету.

Он так засмотрелся на зеленые растения, что не заметил, как его окружили маленькие существа.

— Ты кто такой? — спросил один из них.

— Я Чумазик с планеты Чумазюлькино. А вы кто и что это за красивая планета?» — спросил Чумазик.

— Мы дети — люди, только еще маленькие. А планета наша называется Земля. Ты попал к нам в детский сад. Мы здесь играем, общаемся, дружим, учимся быть здоровыми, узнаем много интересного об окружающем мире,

соблюдаем правила поведения и личной гигиены. А ты почему такой грязный и ракета твоя тоже? — спросили дети.

— Я всегда был таким, и планета у нас такая же, и жители тоже. Мы просто не умеем жить по-другому... — ответил Чумазик.

Тогда дети показали Чумазику свой детский сад, а заодно рассказали, что нужно соблюдать режим дня, вовремя ложиться спать и кушать, делать зарядку, мыться, чистить зубы и есть полезную пищу.

Чумазик целый день провел в детском саду и соблюдал правила здорового образа жизни вместе с детьми. И вдруг произошло чудо.

— Посмотрите, ребята! Чумазик стал чистый, здоровый, розовенький! — закричали дети.

— Ребята, спасибо вам большое! Мне так понравилось соблюдать правила, что даже не хочется возвращаться на свою черную, грязную планету. Можно, я останусь у вас в детском саду, ведь я еще многого не знаю о здоровье, о вас и вашей Земле? — спросил Чумазик.

— Конечно, можно, но тогда мы придумаем тебе новое имя, потому что на Чумазика ты теперь совсем не похож. Тебя будут звать Здравейка. И если ты будешь соблюдать правила здорового образа жизни, мы возьмем тебя с собой на планету Здравья. Это прекрасная планета: там мы учимся сохранять и укреплять свое здоровье, правильно общаться и дружить. А потом прилетаем обратно в детский сад, рассказываем обо всем другим детям и делаем все, чему нас там научили.

— Ура! Конечно, я хочу остаться с вами, научиться быть здоровым и полететь на планету Здравья! — с огромной радостью сказал уже не Чумазик, а Здравейка.

Так все и решили. Здравейка остался жить в детском саду и ждал нового путешествия на планету Здравья.

Знакомство с планетой Здравья и царством Речи

Вот и пришел долгожданный день, когда ребята в детском саду стали собираться в путешествие на планету Здравья. Больше всех этого дня ждал Здравейка.

— А на чем же мы сегодня отправимся на планету Здравья? — спросили дети.

— Я думаю, что полететь туда можно на моей ракете. — ответил радостный Здравейка.

Дети посмотрели на ракету, которая стояла во дворе детского сада:

— Да, это замечательная идея, но твоя ракета вся черная и грязная, ее нужно сначала помыть.

— А как это сделать? — спросил Здравейка.

— Очень просто: нужны вода, мыло, щетки, тряпки, — ответили дети.

Ребята взяли все, что нужно, и стали учить Здравейку мыть ракету. Уже через пять минут работа кипела: Здравейка очень старался, намыливал щет-