Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 86 «Радость»

**Рабочая программа**

**воспитания здорового дошкольника**

***«Развитие физического потенциала здоровья***

***детей старшего дошкольного возраста»***

**Автор:**

**Мельникова Елена Ивановна,**

воспитатель.

**Белгород, 2022**

**Содержание**

Пояснительная записка

1.Особенности организуемого в ДОУ процесса воспитания здорового дошкольника.

2.Цель и задачи воспитания здорового дошкольника, планируемые результаты.

3. Содержание и формы, методы, технологии осуществления деятельности по воспитанию здорового дошкольника.

4. Психолого - педагогические, информационно-методические, материально-технические, кадровые условия реализации программы. Организация самоанализа деятельности по воспитанию здорового дошкольника.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа воспитания здорового дошкольника (далее – Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 86 «Радость» (далее - МБДОУ) составлена с целью организации процесса воспитания здорового дошкольника в группах общеразвивающей и компенсирующей направленности в МБДОУ д/с № 86. Данная программа составлена рабочей группой педагогов МБДОУ д/с № 86.

Программа составлена в соответствие с нормативными документами:

 - Конституция Российской Федерации (ред. от 04.07.2020 г.) ст.67.1, п.4;

 - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013 г. №1155;

 - Федеральный закон от 31.07.2020 г. №304- ФЗ «О внесении изменений в федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся;

 - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г., №906.р.

 - СанПин 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021г.

Программа воспитания здорового дошкольника направлена на решение вопросов оздоровления и физического развития воспитанников старшего дошкольного возраста (от 5 до 8 лет) и позволяет педагогическим работникам и родителям скоординировать свои усилия, направленные на воспитание здорового образа жизни подрастающего поколения.

Приоритетные направления программы воспитания - физическое развитие и культура здоровья детей старшего дошкольного возраста.

В Программе описана система возможных форм, методов и технологий осуществления деятельности по воспитанию здорового дошкольника. Программа воспитания включает в себя четыре основные раздела:

*Раздел 1.«*Особенности организуемого в ДОУ процесса воспитания здорового дошкольника».

*Раздел 2.«*Цель и задачи воспитания здорового дошкольника, планируемые результаты».

*Раздел 3. «*Содержание и формы, методы, технологии осуществления деятельности по воспитанию здорового дошкольника».

*Раздел 4. «*Психолого - педагогические, информационно-методические, материально-технические, кадровые условия реализации программы. Организация самоанализа деятельности по воспитанию здорового дошкольника».

1. **Особенности организуемого в ДОУ процесса воспитания здорового дошкольника.**

МБДОУ детский сад №86 – отдельно стоящее здание типового проекта, рассчитанное на 14 групп, расположенное в жилом комплексе на улице Чапаева микрорайона «Левобережье» г. Белгорода. Ближайшее окружение для развития физического потенциала здоровья детей - МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 21», МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 45», «Детская музыкальная школа № 1», Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ БелГУ), учебно – спортивный комплекс С.Хоркиной НИУ БелГУ.

В течение многих лет приоритетным направлением работы МБДОУ является воспитание здорового ребенка, формирование потребности и привычки к здоровому образу жизни.

 Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Следует помнить о том, что только дошкольный возраст - самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением здоровьесберегающим технологиям сохранения и укрепления здоровья приведут к положительным результатам.

Учитывая это, и в первую очередь, социальный заказ родителей (законных представителей), проанализировав современные технологии оздоровления дошкольников, наш детский сад остановился на технологии оздоровления кандидата педагогических наук, автора работ по оздоровлению и развитию ослабленных детей Егорова Б.Б.

 Технология Егорова Б.Б. направлена на восстановление и стимулирование естественных сил детского организма, на развитие выносливости и, как следствие, большей сопротивляемости его к вирусным инфекциям, неблагоприятным погодным условиям, меньшей подверженности стрессам.

В МБДОУ реализуется парциальная программа Л.Н.Волошиной «Играйте, на здоровье!» по обучению дошкольников элементам спортивных игр и упражнений, достижению у детей запаса прочности здоровья, улучшения физической подготовленности.

Процесс воспитания здорового дошкольника в МБДОУ основывается на следующих принципах взаимодействия педагогических работников и воспитанников:

 - последовательность и постепенность (динамичность);

 - систематичность;

 - цикличность построения занятий;

 - позитивная социализация ребенка;

 **-**личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников МБДОУ и детей);

**-** содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) воспитательных отношений;

- партнерство МБДОУ с семьей.

 Учет реализации этих принципов дает возможность развивать личность ребенка.

**2.Цели и задачи рабочей программы воспитания, планируемые результаты**

Одной из базовых национальных ценностей является здоровье. Это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Исходя из воспитательного идеала, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях, формируется общая **цель воспитания здорового дошкольника** в МБДОУ**:**

укрепление здоровья, развитие выносливости и способности детского организма противостоять различным вирусным инфекциям и изменяющимся климатическим воздействия, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей детского организма.

Конкретизация общей цели воспитания, позволяет выделить в ней следующие **задачи**, выполнение которых необходимо реализовывать на разных этапах дошкольного образования детей от 5 до 8 лет:

1). формирование у старших дошкольников культуры здорового образа жизни, ценностных представлений о физическом здоровье, навыков сохранения собственного здоровья;

2). овладение здоровьесберегающими технологиями в организованной и самостоятельной деятельности;

3). формирование у детей устойчивого интереса к играм с элементами спорта, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

4).обогащение двигательного опыта детей новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;

5).осуществление подготовки детей старшего дошкольного возраста к сдаче норм ГТО;

6).воспитание положительных морально-волевых качеств.

Планомерная реализация поставленных задач позволит организовать в МБДОУ интересную и событийно насыщенную жизнь детей и педагогов, что станет эффективным способом воспитания подрастающего поколения.

Индивидуально -дифференцированный подход к реализации Программы является ключевым, системообразующим средством оздоровления детей.

**Планируемые результаты:**

**Парциальная программа Волошиной Л.Н. «Играйте на здоровье!»**

- Сформирован устойчивый интерес дошкольников к играм с элементами спорта;

спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

- дети владеют правильной техникой выполнения элементов спортивных игр;

- высокий уровень развития у детей двигательных способностей;

- сформированы положительные морально-волевые качества;

- сформированы навыки и стереотипы здорового образа жизни;

- сформирована компетентность родителей в вопросах оздоровления и развития детей.

**Оздоровительная технология Егорова Б.Б.**

У ребенка формируются навыки культуры здорового образа жизни, ценностные представления о физическом здоровье, навыки сохранения собственного здоровья, овладения здоровьесберегающими технологиями в организованной и самостоятельной деятельности.

**3.Содержание и формы, методы, технологии осуществления деятельности по воспитанию здорового дошкольника.**

Организация процесса по воспитанию здорового дошкольника составлена с учетом проекта примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе и др., а также с учетом оздоровительной технологии Егорова Б.Б., парциальной программы Л.Н. Волошиной «Играйте, на здоровье!».

**Технология** организации процесса воспитания здорового дошкольника осуществляется в соответствии со спецификой возрастных особенностей обучающихся старшего дошкольного возраста.

**Старший дошкольный возраст.**

- Понимание признаков здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека.

- Освоение правил здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки.

- Представления о некоторых способах сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья.

- Знание правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома.

- Освоение правил профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения.

- Представления о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

- Понимание связи между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности.

- Знание некоторых способов оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду.

- Понимание о гигиенических основах организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

- Формирование осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

- Формирование представлений о некоторых видах спорта.

- Развитие интереса к физической культуре и спорту.

- Развитие мотивации к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

**Методы использования в практике воспитания здорового дошкольника, направленные на формирование двигательных навыков и развития двигательных способностей детей:**

 -наглядные (показ, использование наглядных пособий, зрительных ориентиров;

 -словесные (объяснение, рассказ, беседа, оценка, команда, распоряжение, указание);

 -практические (повторение упражнений, проведение упражнений в игровой и соревновательной форме).

Освоение содержания программы реализуется через различные виды детской деятельности: игровую, двигательную, познавательную и направлена на развитие индивидуальности, коммуникативной культуры и социальной активности ребенка в коллективной игровой деятельности; развитие физических способностей; уважение к личности каждого ребенка; охрану физического и психического здоровья.

#  Организация работы по воспитанию здорового дошкольника органично сочетается с образовательной деятельностью по образовательной области «Физическое развитие». Парциальная программа Л.Н. Волошиной «Играйте, на здоровье!» реализуется в образовательной деятельности (НОД по физкультуре) и в части, формируемой участниками образовательных отношений (совместная деятельность педагога с детьми и самостоятельная деятельность детей). (Приложение №1 «План управления проектом «Систематизация работы ДОУ по внедрению игровых программ и технологий по физическому воспитанию дошкольников»).

|  |
| --- |
| ***Формы организации образовательной деятельности*** ***(старший дошкольный возраст)*** |
| ***Режимные моменты***  | ***Совместная деятельность педагога с детьми*** | ***Самостоятельная деятельность детей*** |
| ***Формы организации детей*** |
| Индивидуальные, подгрупповые, групповые  | Индивидуальные, подгрупповые, групповые | Индивидуальные Подгрупповые  |
| ***Формы работы*** |
| Игровая беседа с элементами движений; интегративная деятельность; утренняя гимнастика; совместная деятельность взрослого и детей тематического характера; игра; контрольно-диагностическая деятельность; физкультурное занятие;спортивные и физкультурные досуги; спортивные состязания;проектная деятельность. | Беседа; интегративная деятельность; утренняя гимнастика; совместная деятельность взрослого и детей тематического характера; игра; контрольно-диагностическая деятельность; физкультурное занятие;спортивные и физкультурные досуги;спортивные состязания;проектная деятельность | Во всех видах самостоятельной деятельности детей; двигательная активность в течение дня; игра;утренняя гимнастика;самостоятельные спортивные игры и упражнения |
| ***Формы организации деятельности по воспитанию здорового дошкольника части, формируемой участниками образовательных отношений (старший дошкольный возраст)*** |
| Беседы, упражнения,физкультурные занятия, игры - эстафеты, подвижные игры с элементами спорта, соревнования, психо-гимнастика, социальные акции, индивидуальная работа | общение, беседы, праздники, День здоровья, досуг, развлечения, мини - олимпиада, подвижные игры, народные игры, спортивные игры, походы, видео просмотры, эстафеты, подвижные игры с элементами спорта, соревнования, психо-гимнастика, социальные акции, индивидуальная работа | общение, психо-гимнастика подвижные игры с элементами спорта соревнования, двигательная активность в течение дня, самостоятельные спортивные игры и упражнения |

Оздоровительная работа ведется на основании комплексного плана оздоровительных мероприятий для групп общеразвивающей и компенсирующей направленности, разработанного старшей медицинской сестрой МБДОУ.

Закаливающие мероприятия проводятся на основе оздоровительной технологии Егорова Б.Б. Данная технология включает следующие направления работы:

- развитие двигательной активности на основе преобладания циклических упражнений;

- формирование у детей навыков рационального дыхания;

- использование системы эффективного закаливания;

-организация оздоровительного режима с учетом состояния здоровья ослабленного ребенка.

Технология Егорова Б.Б. направлена на восстановление и стимулирование естественных сил детского организма, направлена на развитие выносливости и, как следствие, большей сопротивляемости его к вирусным инфекциям, неблагоприятным погодным условиям, меньшей подверженности стрессам. Кроме того, систематическая оздоровительная работа по технологии Егорова Б.Б. несет в себе и большое воспитательное значение - приучение детей и взрослых (воспитателей) к самодисциплине, формирование у ребенка потребность в ЗОЖ.

 В ДОУ разработан комплекс оздоровительных мероприятий по технологии Егорова Б.Б., включая гимнастику после сна, воздушно-контрастное закаливание, дыхательную гимнастику и циклические упражнения (бег и ходьба) на свежем воздухе. **(Приложение №2 «Комплекс оздоровительных мероприятий по технологии Егорова Б.Б.»)**

Реализуя поставленную задачу, в течение учебного года осуществляется следующая система физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми:

* Утренняя гимнастика в теплое и в холодное время года на свежем воздухе.
* НОД с интеграцией основ здорового образа жизни – 3 раза в неделю, одно из которых – на свежем воздухе.
* Спортивные праздники и развлечения на свежем воздухе (ежемесячно);
* Ежедневные прогулки продолжительностью 3ч 25 мин с использованием оборудования для спортивных игр.
* Туристические походы.
* Дни здоровья на улице.
* Закаливающие процедуры.
* Циклические упражнения на улице по системе Егорова Б.Б.
* Разучивание спортивных сезонных игр в совместной деятельности с детьми и самостоятельной деятельности детей на улице.

В группе ведется журнал здоровья и закаливания, в котором отражены особенности физического развития и состояние здоровья каждого ребенка, медотводы по болезням.

**Формы работы с родителями**

В сотрудничестве с семьей Программа предполагает разнообразные формы: родительские собрания, консультации, беседы, викторины, просмотры родителями отдельных форм работы с детьми, кружковая работа, соревнования. Применяются средства наглядной агитации - информационные бюллетени, родительские уголки, тематические стенды, фотовыставки. Во всех группах имеются «Постеры личных достижений» детей и образовательные афиши, которые позволяют наладить обратную связь с родителями и сделать их активными участниками воспитательно-образовательного процесса. Родители воспитанников привлекаются к проведению праздников, развлечений, походов, экскурсий и др.

В МБДОУ организовано дистанционное консультирование родителей по направлению «Здоровьесбережение и физическое развитие», в рамках которого в детском саду созданы видео-уроки, видео-лекции, web-консультации для родителей по вопросам здоровьесбережения и физического развития, которые размещены на сайте МБДОУ и на страничке социальной сети «В контакте». На форуме происходит обсуждение видеолекций, обмен впечатлениями среди родителей и других гостей сайта. Были  проведены системные консультации и видео-уроки по модулю «Здоровьесбережение и физическое  развитие»  в ВК, «Одноклассниках». На сайте детского сада даны консультации: «Важность режима дня», «Здоровый образ жизни и его основные составляющие». Из существующих форм дистанционного общения зарекомендовали себя такие как «Viber», «WhatsApp», «Инстаграм», ведется взаимодействие с родителями с использованием информационных платформ «ZOOM», «TEAMS».

**4. Психолого - педагогические, информационно-методические, материально-технические, кадровые условия реализации программы.** **Основные направления самоанализа воспитательной работы.**

Учреждение укомплектовано кадрами, имеющими необходимую квалификацию для решения задач, направленных на сохранение, укрепление и охрану здоровья детей и определённых нормативными и локальными актами дошкольной образовательной организации, способными к инновационной профессиональной деятельности.

Педагогический процесс обеспечивают заведующий, старший воспитатель, 3 музыкальных руководителя, 1 инструктор по физической культуре, 2 учителя-логопеда, 1 учитель-дефектолог, 2 педагога-психолога, 28 воспитателей; 1 тьютор. В штате насчитывается 39 педагогов, из них высшее профессиональное образование имеют 26 чел., среднее профессиональное - 13 чел. Все педагоги имеют профильное (дошкольное образование) или переподготовку по направлению деятельности.

Кадровое обеспечение дошкольной организации позволяет создать для обучающихся необходимый двигательный режим, способствующий формированию потребности в ежедневной двигательной деятельности, развитию инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений, развитию интереса к участию в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности, интереса к спорту.

Методическое обеспечение программы представлено учебно-наглядными и методическими пособиями, используемыми при организации процесса воспитания здорового дошкольника: магнитная доска, мольберт, плакаты, наборы предметных и сюжетных картинок по лексическим темам.

1.Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» .- СПб.: Детство-Пресс, 2014.

2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Играйте, на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3-7 лет. Б.: Изд-во «Белый город», 2013.

3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В.: Играйте, на здоровье!» Физическое воспитание детей 3-7 лет. Программа, конспекты, материалы, ФГОС. Изд-во «Вентана-Граф,» 2015. - 224 с.

 4. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. К88 Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. — М.: Л ИНКА-ПРЕСС, 2000. - 296 е.: илл.

Имеющиеся в МБДОУ ИКТ средства используются для создания звуковой и видео-среды: музыка сопровождает разные виды деятельности и режимные моменты, создавая благоприятный эмоциональный фон, во время образовательной и совместной деятельности взрослых и детей.

**Самоанализ** организуемой в МБДОУ работы по воспитанию здорового дошкольника проводится с целью выявления основных проблем оздоровления и физического воспитания дошкольников и последующего их решения. Самоанализ осуществляется ежегодно силами самой образовательной организации с привлечением (при необходимости и по самостоятельному решению администрации образовательной организации) внешних экспертов.

Основными объектами анализа организуемого в МБДОУ д/с №86 воспитательного процесса по данному направлению являются:

 1.Результаты заболеваемости, посещаемости, распределения воспитанников по группам здоровья, развития физических качеств (бег, выносливость, ловкость), социализации и саморазвития дошкольников.

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика оздоровления и физического развития воспитанника старшей группы. Осуществляется анализ инструктором по физической культуре, медицинским персоналом, воспитателями совместно со старшим воспитателем с последующим обсуждением его результатов на заседании педагогического совета МБДОУ.

Способом получения информации о результатах воспитания здорового дошкольника и саморазвития воспитанников является педагогическое наблюдение и диагностика.

 Внимание педагогов сосредотачивается на следующих вопросах: какие прежде существовавшие проблемы оздоровления и физического развития воспитанников удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились, над чем далее предстоит работать педагогическому коллективу.

2.Состояние организуемой в МБДОУ д/с №86 совместной деятельности детей и взрослых, организация развивающей предметно-пространственной среды по данному направлению. РППС отражает региональную и муниципальную специфику, а также специфику детского сада и включает: оформление помещений; спортивное оборудование для улицы - стадион на участке, на котором имеются полоса препятствий, яма для прыжков и др. На участке установлены спортивно-игровые конструкции для различных видов двигательной активности детей; игровое поле для игр с элементами спорта (футбол, волейбол, городки, бадминтон), площадка для подвижных игр, песочница, в летнее время функционирует плескательный бассейн, футбольное поле, уличный теннисный стол для настольного тенниса, площадка для игры в городки, мини-стадион для игры в баскетбол, зимой – каток для игры в хоккей; спртинвентарь в группах.

Осуществляется анализ заведующим и старшим воспитателем, воспитателями. Способами получения информации о состоянии организуемой в детском саду совместной деятельности детей и взрослых могут быть беседы с родителями, педагогами, при необходимости – их анкетирование. Полученные результаты обсуждаются на заседании педагогического совета МБДОУ д/с №86.

Важнейшей характеристикой качества работы коллектива по воспитанию здорового дошкольника является состояние здоровья и уровень физического развития детей. Результатом по здоровьесбережению можно считать уровень здоровья детей на выпуске в школу в сравнении с показателями здоровья при поступлении в детский сад.

Еще одним показателем результативности работы является мониторинг заболеваемости и посещаемости детей при поступлении в группу помесячно, поквартально, за полугодие и за год. Проводится медицинскими работниками и воспитателями.

С целью анализа работы коллектива по воспитанию здорового дошкольника ежегодно в учреждении проводится тематический контроль по теме «Применение педагогами современных технологий и программ здоровьесбережения и физического развития», результаты которого рассматриваются на заседании педагогического совета №2.

Для определения уровня развития физических качеств (выносливость, ловкость, быстрота) у детей 5 – 7 лет исследователями Е.Н. Вавиловой, В.А. Шишкиной и Э.Я. Степаненковой были разработаны специальные контрольные тесты. Диагностика проводится инструктором по физической культуре и проходит как в помещении (спортивном зале), так и на спортивной площадке детского сада в первую половину дня.

Оценка уровня физической подготовленности детей по каждому виду спортивных игр и упражнений проводится 2 раза в год инструктором по физической культуре, используя диагностику, разработанную Л.Н. Волошиной. Результаты постпроектной деятельности отслеживаются на ежемесячных спортивных соревнования по каждому виду спортивных игр для каждой возрастной группы: октябрь – футбол, ноябрь – баскетбол, январь - хоккей, март – бадминтон, апрель – городки, май – настольный теннис.

Старшим воспитателем ежемесячно отслеживается наличие в группах спортивного уголка и наполняемость его оборудованием для спортивных игр и упражнений, а также наличие и качество выносного спортивного оборудования для проведения во время прогулки спортивных игр.

Итогом самоанализа организуемой воспитательной работы в МБДОУ является перечень выявленных проблем, над которыми предстоит работать педагогическому коллективу в следующем учебном году.

К Программе прилагается **календарный план** работы по воспитанию здорового дошкольника с детьми старшего дошкольного возраста с указанием конкретных мероприятий и примерных сроков их проведения (**приложение №3).**