Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребенка - детский сад № 17 «Звездочка» городского округа

закрытое административно-территориальное образование Большой Камень

Принята

педагогическим советом

МБДОУ № 17 Звездочка

Протокол № \_\_\_\_\_\_ от

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015 г.

Утверждено

Заведующий МБДОУ № 17 «Звездочка»

Горбатенко Н.Л. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 г.

Рабочая программа

дополнительного образования детей 3-4 лет

Кружок «Здоровячки»

Составители: Васильева Елена Николаевна

заместитель заведующего по ВиМР

МБДОУ № 17 «Звездочка»

первой квалификационной категории

Шевцова Любовь Петровна

воспитатель первой квалификационной

категории МБДОУ № 17 «Звездочка»

2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность.** Важнейшей социальной задачей цивилизованного общества является укрепление здоровья и обеспечение гармоничного развития подрастающего поколения. Здоровье детей является одно из основополагающих ценностей образования на современном этапе. Термин «здоровье», определяется как «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Состояние психического и физического здоровья детей определяет будущее нашей страны. Предупреждение нервно-психических нарушений, сохранение и укрепление здоровья требует усилий многих ведомств, организаций, слоев общества, в том числе – системы образования. В рамках системы образования здоровье и, в частности, психическое здоровье воспитанников важно рассматривать, прежде всего, как воспитательно-образовательную категорию в контексте проблем воспитания, обучения и психического развития.

Введение стандартов нового поколения предъявляет повышение требования к содержанию и организации обучения и воспитания, к необходимости поиска новых, более эффективных психолого-педагогических подходов.

Программа «Здоровячки» – одна из форм работы по укреплению психологического и физического здоровья дошкольников. Данная рабочая программа дополнительного образования составлена на основе оздоровительно-развивающей программы М.Лазарева «Здравствуй».

В программу входят не только оздоровительные, но и познавательные элементы, способствующие воспитанию лично­сти ребенка. При этом содержание программы, включающее в себя об­ширный сказочный материал, отражает и формирует внутренние потребности физиологического, психического и личностного ро­ста детей. С целью реализации главных идей программы основное вни­мание уделено сохранению естественности психического развития ребенка, построению прочного фундамента жизнеутверждающей, созидающей и творческой личности. У ребенка-дошкольника фор­мируется позиция признания ценности здоровья, что позволяет кардинально перестроить мотивационное ядро личности, создать систему установок на здравосозидание не только по отношению к собственному «Я», но и по отношению к миру.

**Цель**: органи­зовать оздоровительную работу, связанную с формированием мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни дошкольников.

**Задачи:**

* укрепление здоровья дошкольников;
* повышение общей подвижности ребенка и произвольной регуляции движений;
* профилактика ОРВИ, бронхолегочных заболеваний, плоскостопия;
* воспитание у детей мотивированной заинтересованности быть здоровым.

**Методические средства, используемые в программе:**

* + психогимнастика;
  + арт-терапия;
  + коммуникативные игры;
  + игры**,** направленные на развитие воображения (вербальные, невербальные);
  + подвижные игры;
  + оздоровительные игры;
  + релаксационные методы, способствующие снятию психоэмоционального напряжения, внушению желательного настроения;
  + звуко-дыхательные упражнения;
  + визуализации.

**Прогнозируемый результат:**

* Уменьшение факторов риска, которые приводят к нарушению психологического и физического здоровья дошкольников.
* Эмоциональное благополучие ребенка в ДОУ.
* Развитие коммуникативных навыков и творческих способностей.
* Формирование комфортной образовательной среды.
* Уменьшение количества заболеваний (ОРВИ, бронхолегочные заболевания, плоскостопие).

Материал программы затрагивает психоэмоциональную сферу, рас­ширяет кругозор детей, развивает их как физически, так и эсте­тически.

Особую роль в программе играет музыка, которая является не дополнительным материалом, а интег­ральной основой всей работы, позволяющей организовать межфунк­циональный тренинг организма ребенка.

В программе учитываются особен­ности воздействия психологических факторов (эмоции, мотивация и самосознание) на физическое здоровье, учитывается, что главным физическим фактором, наиболее тесно связанным с психологическими и одновременно наиболее важным для жизне­деятельности организма, является дыхание.

В связи с этим применяется метод музыкальной психорегу­ляции дыхания, предполагающий постоянный дозированный эмо­ционально-дыхательно-двигательный тренинг ребенка в течение всего года. Для осуществления данного метода используются специально написа­нные песни (вокальные номера) для программы «Здравствуй» М.Лазарева на тематическом «оздоровительном занятии» кружка «Здоровячки»).

Структурно материал программы представлен в виде модели цветка здоровья, любой лепесток которого — это одна из сфер жиз­недеятельности ребенка. Каждый «лепесток», являясь отдельной темой, изучается в течение целого месяца. Таким образом, за учеб­ный год (с *октября по апрель)* дети осваивают все основные темы программы и закрепляют их *в мае* на празднике здоровья — Здравиаде.

**Методы оценки результативности программы**:

* Отслеживание результата (наблюдение, диагностика);
* Результаты продуктивной деятельности детей.

**Работа с родителями**.

Используются разнообразные формы работы:

* Индивидуальные консультации по оздоровлению детей;
* Беседы;
* Работа с детьми в тетрадях здоровья..

**Итогом детской деятельности** участие детей в физкультурно - оздоровительных развлечениях и досугах (Здравиада).

СТРУКТУРА И ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ

КРУЖКА «ЗДОРОВЯЧКИ»

В основу каждого оздоровительного занятия положен вокаль­но-речевой тренинг, сопровождаемый нагрузкой на одну или не­сколько функциональных сфер (дыхательную, двигательную, психоэмоциональную).

Занятие кружка «Здоровячки» может включать в себя:

1. Урок здоровья — 5-7 минут.
2. Вокально-двигательный фрагмент музыкального занятия — 3-5 минут.

3. Цветомузыкальный фрагмент занятия по изобразительной  
деятельности — 5-7 минут.

4. Вокально-двигательный фрагмент занятия по физкультуре —  
5 минут.

1. Звукодвигательные пятиминутки.
2. Вокальные пятиминутки.

Дополнительно на занятиях кружка «Здоровячки» применяются такие упражнения, как: гимнастика для глаз, общеразвивающие упражнения, массаж или самомассаж (спины, рук, ног), фонопедические упражнения, ком­муникативные игры, упражнения для коррекции осанки, подвиж­ные игры, пальчиковые игры, речевые игры с музыкальными инструментами, психогимнастические этюды, физкультминутки, психологические, дыхательные упражнения.

Любое занятие имеет свой сюжет, в котором принимают учас­тие сказочные персонажи.

2. ТИПЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ КРУЖКА «ЗДОРОВЯЧКИ»

**Основной тип.** Содержит познавательный материал в виде ска­зок о здоровье в сочетании с практическими заданиями, которые определяют минимальное время, необходимое для обучения. Боль­шое внимание на этом занятии уделяется музыкальному матери­алу. Занятие проводит воспитатель группы.

**Дополнительные типы.**

***Музыкальный.*** Предполагает пение музыкального материала — песен и звуковых упражнений.

*Изобразительный.* Предусматривает визуализацию разучен­ного материала в виде рисунков и путем изготовления пособий.

*Двигательный.* Включает материал для закрепления и раз­вития двигательных навыков ребенка.

**Факультативный тип.** Дает дополнительную информацию, за­крепляющую навыки поведения; повторяет материал, изученный на предыдущих занятиях. Могут быть организованы праздники и праздничные игры.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Подтемы** | | | | **Планируемые результаты освоения программы**  **Ребенок должен знать или иметь представление:**   * о пользе утренней зарядки; * о влиянии солнечных лучей на здоровье; * о режиме дня; * о пользе закаливания; * о ценности своего здоровья; * о своей ценности и значимости; * о ценности и значимости других людей; * о правилах вежливости; * о правилах ухода за зубами, * о функциях носа;   **Ребенок должен уметь**:   * раскрашивать картины, рисунки с образами здоровья, камни; * делать аппликации; * наклеивать фотографии (цветок семьи); * подражать движениям животных; * прыгать по дорожке с намеченными точками (кочками); * выполнять разогревающий массаж ладоней; * вежливо разговаривать; * правильно и регулярно чистить зубы; * делать дыхательную зарядку (звуковые дыхательные упраж­нения, дыхательный настрой); * дышать ритмично во время пения; * вовремя и правильно мыть руки; * правильно пользоваться расческой; * проводить закаливающие процедуры; |
| **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя** | **4-я неделя** |
| **Сентябрь** | Первичная диагностика | Здравик и Фырка | Домик  здоровья | Здравиада | Моя  диаг­ностика |
| **Октябрь** | Веселые движения | Появление  Огника | Волшебство движения | Волшебство огня | Волшебство силы и само­стоятель­ности |
| **Ноябрь** | Семья | Появление  Орси | Волшебство ритмов дня | Волшебство вежливости | Волшебство общения |
| **Декабрь** | Волшебное зеркальце | Появление Яника | Волшебство достоинства | Волшебство мужества | Волшебство  защиты  слабых |
| **Январь** | Полезная еда | Ростик из  Ростии | Волшебство витаминов | Волшебство  зубной  щетки | Волшебство  полезной  каши |
| **Февраль** | Чудо-нос | Появление  Ионика | Волшебство  носового  дыхания | Волшебство  долгого  звука | Волшебство  сильного  выдоха |
| **Март** | Вода и мыло | Появление  Капелии | Волшебство чистых рук | Волшебство  личных  вещей | Волшебство закаливания |
| **Апрель** | Целебные  звуки | Появление  Виты | Волшебство  исцеления  голоса | Волшебство правильной речи | Волшебство приветствия |
| **Май** | Заключит. диагностика |  | Здравиада |  | Моя  диагностика |

**Перспективный план работы по формированию мотивации здоровья для детей подготовительной группы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Оздоровительное занятие | Виды деятельности на занятии кружка, в совместной с воспитателем деятельности и в самостоятельной деятельности детей | Работа с родителями |
| **Вводная тема «Тестирование здоровья»** | | | |
| **Сентябрь**  **1 неделя** | **Тема: Здравик и Фырка.**  Задачи: Познакомить детей с новыми сказочным персонажем. Развивать творческую активность детей в драматизации фрагментов сказки о здоровье. Формировать мотивацию к диагностическим мероприятиям. Воспитывать интерес к урокам здоровья. | - рассказ педагога о здоровье, значимости для полноценной жизни человека  - прослушивание песенок «Ария Здравика», «Фырка-попугай»,  - звуко-двигательные игры с шумовыми музыкальными инструментами, | - родительское собрание «Оздоровительно-развивающая работа с детьми в детском саду и дома» |
| **2 неделя** | **Тема: Домик здоровья.**  Задачи: Продолжать формировать мотивацию здорового образа жизни. Воспитывать интерес и желание участвовать в соревновательной деятельности. | разучивание и пропевание песенки «Ария Здравика»  - психогимнастика «Весе6лый и грустный»,  - загадки о человеке и частях его тела,  - д/и «Назови части тела».  - экскурсия в медицинский кабинет и рассказ медсестры о методах диагностики здоровья детей и ведению документации по каждому ребенку | - анкетирование и опрос родителей «Работаем вместе с детским садом, заботясь о здоровье ребенка» |
| **3 неделя** | **Тема» Осенняя Здравиада.**  Задачи: Формировать у детей мотивацию здорового образа жизни. Помочь детям продемонстрировать навыки здорового образа жизни, свои психологические и физиологические возможности. | - коммуникативные игры: «Иногда не получается», «Что делать, если…» (на позитивный настрой),  - конструирование «Цветные домики здоровья»,  - п/и «Найди свой домик», «Веселые перебежки». | - консультации по проблемам семейной диагностики,  - чтение энциклопедий о здоровом образе жизни |
| **4 неделя** | **Тема: Моя диагностика.**  Задачи: обобщение знаний детей о том, для чего нужны занятия физкультурой и спортом, как нужно укреплять свое здоровье. | - беседа о пользе занятий физкультурой;  - подвижные игры;  - рисование в альбомах «Моя диагностика»: | - презентация докладов «Что мы узнали о здоровье» |
| **Тема 1 «Веселые движения»** | | | |
| **Октябрь**  **1 неделя** | **Тема: Появление Огника.**  Формировать мотивацию здоровья. Воспитывать интерес к физической активности, осознанное отношение к движениям. | - беседа с детьми «Как звуки вокруг нас влияют на наше здоровье и настроение»,  - подвижные игры на развитие чувства ритма;  - рисование музыки по желанию и настроению детей | - индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики детей. |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство движения.**  Задачи: Уточнить представление детей о пользе занятий физкультурой и их влиянии на здоровье. Развивать спортивные игровые умения, владение мячом. | - прослушивание песни «Детский сад»,  -двигательная импровизация под песенную программу «Веселые движения»,  - д/и «Собери картинку со спортивными играми», | -индивидуальные консультации по ознакомлению с видами спортивных секций округа «Куда записать ребенка» |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство огня.**  Задачи: Познакомить детей с правилами пожарной безопасности. Развивать умение ориентироваться в сложной ситуации. Воспитывать безопасное поведение в сложной ситуации. | - прослушивание «Песенки Огника»;  - подвижные игры «Веселые перебежки»;  - рисование «Огонь» | -информация на родительскую доску «Один дома» |
| **4 неделя** | **Тема: Волшебство силы и самостоятельности.**  Задачи: Развивать у детей уверенность в своих силах, чувство собственного достоинства. Продолжать формировать умение самостоятельно следить за своим внешним видом. | - беседа о том, что каждый ребенок индивидуален, но все должны быть самостоятельны, соблюдать правила ухода за своим внешним видом;  - подвижные игры: «Самый сильный», «Кто быстрее соберется на прогулку», «Помоги Кате накрыть на стол».  - пение песенки «Щетка и расческа». | - совместное выполнение задания в рабочей тетради (стр.12-13), |
| **Тема 2 «Семь Я»** | | | |
| **Ноябрь**  **1 неделя** | **Тема: Появление Орси.**  Задачи: Развивать творческую активность, воображение и фантазию при сочинении стихов и песен. Продолжать формировать мотивацию здоровья. Воспитывать положительное отношение к урокам здоровья. | - пропевание песен из цикла «Музыка имени» с выполнением движений по содержанию песен,  - коммуникативные игры на развитие уверенности в себе и положительного принятия сверстников: «Я могу помочь», «Кто я и кто мы»,  - беседа о характерах разных людей и принятии их. | - объявить родителям о предстоящем конкурсе «Как меня зовут» на лучшее стихотворение о своем имени,  - предложить попробовать сочинить вместе с детьми стихи о своих именах. |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство ритмов дня.**  Познакомить с приемами вибрационного массажа. Воспитывать положительное отношение к оздоровительным процедурам. Вызвать желание ходить по массажным коврикам. Способствовать формированию осознанного отношения к оздоровительным процедурам. | - имитационные игры и упражнения по сказке «Колобок»,  - музыкальные игры на различение интонирования звуков в соответствии с характером персонажей сказки «Колобок». | - индивидуальные беседы с родителями о соблюдении режима дня в выходные и праздничные дни |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство вежливости.**  Задачи: воспитывать вежливое и заботливое отношение к окружающим. | - п/и «Домики здоровья», «Помоги товарищу»,  - рисование и лепка на тему «Больница»,  - речевая игра «Вежливое слово». | - предложить родителям совместно с детьми придумать как можно больше вежливых слов. |
| **4 неделя** | **Тема: Волшебство общения.**  Задачи: Учить детей умению корректно общаться. Развивать фантазию и воображение детей, умение устанавливать причинно-следственные связи. | - изготовление звукового пособия «Шуршалки»,  - прослушивание аудиозаписи «Колыбельные» в исполнении В. Толкуновой,  - речевые игры («Подскажи словечко», «Назови правильно». | - консультация «Что почитать ребенку» |
| **Тема 3 «Волшебное зеркальце»** | | | |
| **Декабрь**  **1 неделя** | **Тема: Появление Яника.** Задачи: Расширять кругозор детей, знакомя с разнообразием цветов окружающего мира. Познакомит с техникой цветового психологического настроя. | - рисование красками своего настроения,  - исполнение песенной программы «Человек мрачный», «Мир цветной»,  - упражнения на осанку | - семейные игры «Мое настроение» |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство достоинства.**  Задачи: Познакомить детей с понятием «достоинство». Выяснить представление детей о взаимоотношениях в семье и с окружающими. | - коммуникативные игры на формирование мотивов положительной оценки себя: «Скажу себе комплимент», «Я – дороже всех на свете», «Кто у нас хороший».  - п/игра «Что такое хорошо и что такое плохо»,  - психогимнастика «Я и другие», «Что мне нравится», «Мы такие разные» | - индивидуальные беседы с родителями по коррекции семейных взаимоотношений по результатам опроса детей, |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство мужества.**  Задачи: Уточнить представления детей о значении мужества в жизни человека. Развивать способность чувствовать и понимать других людей. Воспитывать бережное и заботливое отношение к другим людям. | - коммуникативные игры на развитие способности чувствовать и принимать других людей,  - подвижные игры на внимание,  - дыхательная гимнастика «Звуковое дыхание», | - информация на родительскую доску «Неделя здоровья в детском саду». |
| **4 неделя** | **Тема: Защита слабых.**  Задачи: Развивать способность контролировать себя, следить за соблюдением правил. Воспитывать культуру поведения. | - творческие задания «Игры Ростика»;  - подвижные игры: «Помоги товарищу», «Самый сильный защитник». | - индивидуальные беседы с родителями «Правила поведения в вашей семье». |
| **Тема 4 «Полезная еда»** | | | |
| **Январь**  **1 неделя** | **Тема: Ростик из Ростии**.  Задачи: Расширять кругозор детей в области питания. Формировать мотивацию здоровья. Уточнить представления детей о полезной и не очень полезной пищи. Воспитывать стремление к самоограничению не очень полезных продуктов, осознанное отношение к питанию. | - «Вкусные задачки» (проблемные ситуации, связанные с едой»),  - дидактические игры «Полезно и не очень», «Семь витаминов»,  - коммуникативные игры: «Ладонь в ладонь», «Доверительное падение»,  - двигательные импровизации «подарки к празднику»,  - приготовление вкусного салата «Здоровье» | - совместное выполнение задания в тетради (стр. 33-34), |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство витаминов.**  Задачи: Учить детей осознанно подходить к своему питанию, самостоятельно организовывать принятие пищи по правилам этикета. | - дидактическая игра «Полезно и не очень»,  - д/и «Кому что нужно», «Определи на вкус»,  - дыхательная гимнастика «Какой приятный запах»,  - работа с наглядным пособием «Фрукты и овощи»,  - коллективная аппликация «Полезная еда» | - встреча с интересным человеком (пригласить на праздник питания маму Светы С. С рассказом о том, что она любит готовить дома) |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство зубной щетки.**  Задачи: Воспитывать у детей интерес к своему здоровью, желание поддерживать его, беречь зубы. Познакомить детей с составляющими успеха: позитивный настрой и свои действия по достижению целей. | - беседа с детьми «Как ухаживать за зубами»,  - двигательные игры на развитие внимания и ловкости,  - пение песенки «Семь нот здоровья». | - выполнение заданий в рабочей тетради,  - советы по уходу за зубами, |
| **4 неделя** | **Тема: Волшебство полезной каши.**  Задачи: Воспитывать интерес к питанию и осознанное отношение к выбору продуктов. Способствовать активному включению детей в деятельность по собственному оздоровлению. | -беседа с детьми «Полезная каша»;  - пение песенки «Детский сад»;  - игры «Кто быстрее сварит кашу?»,  «Накорми куклу кашей». | - закаливающие мероприятия,  - встреча с врачом педиатром на тему: «Период повышенной заболеваемости, что делать?» |
| **Тема5 «Чудо-нос»** | | | |
| **Февраль**  **1 неделя** | **Тема: Появление Ионика.**  Задачи: Учить детей работать над собой, преодолевая лень, проявлять настойчивость в достижении целей. Развивать фантазию и воображение, способность мечтать. Воспитывать интерес к самопознанию. | - коммуникативные и психоэмоциональные игры на развитие способности познания и положительного принятия себя,  - рассматривание иллюстраций в энциклопедии о здоровом образе жизни и личной гигиене,  - цветомузыкальная гимнастика «Цветок здоровья»,  - практические упражнения на самостоятельное придумывание подвижных игр и их комбинаций | - прогулки со спортивными играми, привлечение детей к активному отдыху с родителями, |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство голосового дыхания.**  Задачи: Продолжать развивать дыхательную систему детей. Увеличить количество упражнений по звуковой дыхательной гимнастике. Формировать мотивацию здоровья. Воспитывать привычку здорового дыхания. Расширять знания детей о дыхании. | - д/и «Мое здоровье»,  - чтение стихотворения С. Маршака «Мороженое»,  - импровизации на тему «Что когда бывает»,  - рисование «Страна болезней и страна здоровья»,  - п/и «Угадай фигуру», «Море волнуется» | - совместное выполнение задания на стр. 40-42, |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство долгого звука.**  Задачи: Продолжать развивать дыхательную систему детей. Увеличить количество упражнений по звуковой дыхательной гимнастике. Формировать мотивацию здоровья. Воспитывать привычку здорового дыхания. | -творческие этюды «Плохая погода», «Солнышко и дождик», «Погода изменилась»,  - слушание классической музыки, релаксационные упражнения,  - цветомузыкальная гимнастика «Капелия» | -родительское собрание для отцов «Роль мужчины в жизни ребенка» |
| **4 неделя** | **Тема: Волшебство сильного выдоха.**  Задачи: Воспитывать привычку здорового дыхания. | - дыхательные гимнастики по выбору детей,  - игровое упражнение «Научи меня, пожалуйста»  - упражнения на речевое дыхание,  - д/и «надуваем шарик», | - выполнение задания в рабочих тетрадях |
| **Тема 6 «Вода и мыло»** | | | |
| **Март**  **1 неделя** | **Тема: Появление Капелии.**  Задачи: Продолжать формировать позитивное отношение к гигиеническим процедурам. Закрепить правила пользования предметами личной гигиены. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. | - дидактическая игра «Можно ли поделиться», «Что сначала – что потом»,  - ситуации проблемного и поискового характера, связанные с водой,  - опыты и эксперименты с водой,  - - соревновательные игры «Кто дальше, выше и быстрее» | - открытые уроки здоровья,  - практические упражнения «Моем руки правильно». |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство чистых рук.**  Задачи: Формировать у детей стойкую привычку мыть руки, негативное отношение к привычке грызть ногти. Познакомить с правилами защиты организма от микробов. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, желание быть здоровым, активно включаться в деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | - ролевые сценки по сказке «Сахарные ногти»,  - исполнение песенной программы «Песенка Фрица»,  - беседа о проникновении микробов в организм,  - двигательные импровизационные этюды «Я – микроб», «Защищайся»,  - фотовыставка «Мы – здоровые ребята», | - Круглый стол с обсуждением «10 способов проникновения микробов в наш организм и 10 способов борьбы с ними» |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство личных вещей.**  Задачи: Закреплять у детей знания о правилах защиты организма от микробов. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, желание быть здоровым, активно включаться в деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | - проведение вибрационного массажа  - изготовление и ходьба по массажным коврикам,  - пропевание песенки с массажными движениями «Рельсы – шпалы»,  - беседа о настроении «Что ты любишь делать больше всего»,  - рисование на тему «Моя любимая игрушка», | - беседа с родителями о способах изготовления массажных ковриков для оздоровления, |
| **4 неделя** | **Тема: Волшебство закаливания.**  Задачи: Познакомить детей с основными способами закаливания, профилактики и лечения простудных заболеваний. Развивать творческую активность. Формировать привычку к здоровому образу жизни, осознанное отношение к своему здоровью. | - беседа о влиянии на здоровье закаливания,  - разучивание нового комплекса оздоровительных мероприятий «Веселые перебежки»;  - коммуникативные игры на развитие способности слышать другого человека,  - прослушивание записей хоровых коллективов. | - посещение уроков здоровья и музыкальных занятий |
| **Тема 7 «Целебные звуки»** | | | |
| **Апрель**  **1 неделя** | **Тема: Появление Виты.**  Задачи: Побуждать детей чаще смеяться. Познакомить с целебным воздействием на здоровье смеха. Развивать чувство юмора, фантазию, воображение детей. Воспитывать радостное, позитивное восприятие окружающего, умение относиться к неприятностям с юмором | - праздник смеха и юмора «Первое апреля – никому не верю»,  - беседа с детьми о том, что шутки могут быть злыми и обидными,  - чтение юмористических стихотворений,  - игры «Хохотушки», | - консультация «Воспитываем, играя и шутя!»,  - семейное развлечение для детей и родителей «Как нам вместе весело!», |
| **2 неделя** | **Тема: Волшебство исцеления голоса.**  Задачи: Продолжать поддерживать интерес к правильному дыханию, желание беречь голос. Развивать уверенность в себе, чувство успешности. Воспитывать произвольность поведения. | - исполнение песенной программы «Гласные – согласные»,  - скульптурно – импровизационная игра «Буквы алфавита»  - чтение стихотворение А, Барто «Как хорошо уметь читать», «Приставалочка», | - совместное выполнение задания в рабочей тетради (стр. 49), |
| **3 неделя** | **Тема: Волшебство правильной речи.**  Задачи: развивать правильную речь, внимание, память. Познакомить детей со способами тренировки речи (скороговорки, чистоговорки), объяснить их значение, упражнять детей в выполнении практических заданий на развитие речи. | - беседа «Вспоминаем, как мы помогали Фырке стать здоровым»,  - игра «Здоровячок и хлюпик»,  - психогимнастика «Море», «Волны»,  -двигательные игры и упражнения «Запомни и повтори», «Веселые человечки», | - тренировать детей в применении практических приемов тренировки памяти: запись на магнитофон стихов и песен с последующим их прослушиванием, |
| **4 неделя** | **Тема: Волшебство приветствия.**  Задачи: Формировать уверенность в победе добра над злом. Рассказать детям о вежливости. Воспитывать желание быть вежливым, уважительно относиться друг к другу и взрослым. | - ролевая сценка «Здравик и Фырка»,  - лепка из пластилина «Семитоник-чудоцвет»,  - игра «Волшебство приветствия»,  - двигательные и импровизационные этюды на развитие красоты и выразительности движений | - Консультация «Как правильно воспитывать мальчиков и девочек» |
| **Заключительная тема «Тестирование здоровья»** | | | |
| **Май**  **1 неделя** | **Тема: Диагностика**  Задачи: Повторить оздоровительные направления, по которым формируется здоровье. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, желание активно включаться в деятельность по собственному оздоровлению. | - исполнение песенной программы «Звездная музыка»,  - обобщающие индивидуальные беседы о правилах здорового поведения,  - двигательные игры и импровизации «Здоровячки и хлюпики» | - практикум «Как сохранить свое здоровье в современной жизни, помочь себе и своему ребенку» |
| **2 неделя** | **Тема: Земля – планета здоровья.**  Задачи: Обобщить представление детей об основных направлениях оздоровления собственного организма через образы здоровячков. Повторить практические упражнения по сохранению и укреплению своего здоровья. Воспитывать желание активно включаться в деятельность по собственному оздоровлению. | - рисование и аппликация на тему «Мой цветок здоровья»,  - двигательные игры на развитие самоконтроля и самооценки | - анкетирование родителей «Работа детского сада по оздоровлению детей» |
| **3 неделя** | **Тема: Моя диагностика.**  Задачи: Провести заключительное тестирование детей по Шкале здоровья и Диагностическому стандарту. Воспитывать положительное отношение к оздоровительным мероприятиям. | - диагностические игры и упражнения «Водолаз», «Коровы», «Волк и поросята»,  - сбор информации по проекту «Здоровым каждый должен стать!»,  - рассматривание фотографий в альбоме «Здоровье нашей группы»,  - слушание музыки классического исполнения | - подготовка совместного с детьми доклада на тему «Цветок здоровья нашей семьи».  -фотографирование режимных моментов в семье |
| **4 неделя** | **Тема: Весенняя Здравиада.**  Задачи: В игровой форме закрепить знания детей об основных составляющих здорового образа жизни, о том, что каждый может делать для своего здоровья. Развивать соревновательный мотив. Формировать социальную мотивацию здоровья. Воспитывать осознанное отношение к своим достижениям в области оздоровления. | - проведение тестов диагностики детей в игровой форме,  - фотографирование детей в режимные моменты,  - имитационные игры и упражнения. | - семейная диагностика и семейные игры здоровья. |
| **Июнь**  **1 неделя** | Праздник здоровья «Здоровым каждый должен стать!»   * Игры и викторины на тему здоровья * Фотовыставка «Мы – здоровячки» * Вручение наград за достижение в области здоровья и памятных подарков детям и родителям * Торжественное вручение материалов «Библиотечка здоровья» (рисунки. сказки, сочиненные детьми, карты здоровья, прогнозы, консультации и советы специалистов и др.) | | |

ОБОРУДОВАНИЕ И МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

Куклы: Здравик, Фырка, Огник, Орси, Яник, Капелия,Ростик, Ионик, Вита.

записи музыкальных произведений по программе М.Лазарева «Здравствуй»;

физкультурно – спортивное оборудование для подвижных игр и упражнений;

рабочие тетради зоровья по программе М.Лазарева «Здравствуй»;

альбомы, изобразительные средства и материалы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Программа М. Лазарева «Здравствуй».

Физическое воспитание в детском саду /Э.Я.Степаненкова – М.:Мозаика-синтез,2004.

Теория и методика физического воспитания и развития ребенка /Э.Я.Степанкова – М.:Academia. 2001.

Двигательная активность детей в детском саду /М.А.Рунова – М.2000.

Ознакомление с природой через движение /М.А.Рунова,А.В.Бутилова – М.Мозаика-синтез, 2006

Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений /Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, М.И.Рунова.- М.:Мозаика, 1999.

Физическая культура – дошкольникам /Л.Д.Глазырина. – М.Владос.2004

Физическая культура в младшей группе детского сада /Л.Д.Глазырина – М.:Владос, 2005

Физкультура – это радость /Л.И.Сивачева – СПб Детство-пресс, 2001