

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Направленность программы. Содержание образовательной программы реализуется в образовательных областях «Здоровье» и «Физическая культура», которые предусматривают физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни.

2. Актуальность. Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей путем совершенствования службы здравоохранения, должна приносить ощутимые результаты.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально-экономическое состояние семьи, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счёте – отношение государства к проблемам здоровья.

Состояние здоровья детей в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь около 10% от контингента детей, поступающих в школу.

Природа позаботилась о нашем ресурсе здоровья, наградив нас от рождения структурной и сенсорной информационными системами, обладающими способностью к саморегуляции и поддержанию жизни. Дальше всё зависит от того, как мы распорядимся природным даром, зависит от нашего образа жизни. К факторам, влияющим на здоровье детей являются условия окружающей среды и природно-климатические факторы, биологические и генетические обстоятельства, социально-экономические условия, гиподинамия, проблема детских стрессов, которые являются следствием дефицита положительных эмоций у ребенка и отрицательной психологической обстановки в семье.

Реформирование системы здравоохранения, свёртывание профилактической работы, низкая грамотность родителей не способствуют сохранению уровня здоровья детей. Учитывая важность этой проблемы, организован поиск средств, сохраняющих здоровье детей, и повышающих уровень их культуры здоровья.

3. Концептуальность. В основу программы положена *концепция содержания непрерывного дошкольного образования*, предусматривающая охрану, укрепление здоровья и физическое развитие ребенка, развитие его общих способностей, произвольности, познавательной активности, коммуникативности и уверенности в себе, обеспечивающих его эмоциональное благополучие и успешное образование на следующем этапе развития.

Данная концепция базируется на следующих *принципах*:

Принцип развития предполагает ориентацию содержания образования на стимулирование и поддержку эмоционального, духовно-нравственного и интеллектуального развития и саморазвития ребенка, на создание условий для проявления самостоятельности, инициативности, творческих способностей ребенка в различных видах деятельности, а не только на накопление знаний и формирование навыков решения предметных задач. При этом сохраняется значимость усвоения детьми знаний, овладения умениями и навыками как средства для детского развития, а не самоцель дошкольного образования.

Принцип гуманитаризации содержания образования рассматривается как усиление гуманитарной направленности предметов естественнонаучного и математического циклов и влияния всех учебных предметов на эмоциональное и социально-личностное развитие ребенка; придание особого значения предметам гуманитарного и художественно-эстетического цикла, увеличение доли разнообразной творческой деятельности детей.

Принцип целостности образа мира требует отбора такого содержания образования, которое поможет ребенку удерживать и воссоздавать целостность картины мира, обеспечит осознание им разнообразных связей между его объектами и явлениями, и в то же время — сформированность умения увидеть с разных сторон один и тот же предмет.

Принцип культуросообразности понимается как «открытость» различных культур, создание условий для наиболее полного (с учетом возраста) ознакомления с достижениями и развитием культуры современного общества и формирование разнообразных познавательных интересов.

Принцип вариативности содержания образования предполагает возможность сосуществования различных подходов к отбору содержания и технологии обучения, по-разному осуществляющих реализацию целей образования с учетом развития современной науки, потребностей общества и региональных особенностей. Кроме этого вариативность обеспечивает дифференциацию образования, то есть возможности индивидуального развития каждого ребенка.

4. Цель и задачи программы

Цель программы: Формирование у дошкольников потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

- Развивать у дошкольников потребности самосовершенствования своих физических качеств, через физическую культуру;
- Воспитывать у детей навыки личной гигиены через режимные моменты;
- Сформировать представления в области здоровья и здорового образа жизни в познавательно-исследовательской и игровой деятельности;
- Обеспечить эмоциональное благополучие каждого ребенка, развитие его положительного самоощущения.

5. Отличительная особенность программы. Данная программа обеспечивает формирование культуры ЗОЖ через непосредственно образовательную деятельность, обеспечивающую включение детей в разные виды деятельности.

6. Условия реализации программы, с учетом возрастных и психологических особенностей детей. Программа разработана для детей старшего дошкольного возраста. Дети данной возрастной группы подвижны, эмоциональны, не умеют долго концентрировать внимание на одном объекте. Ведущей потребностью является **игра**. Наиболее привлекательными являются разнообразные и эмоциональные виды деятельности, создающие возможность для усвоения новых знаний.

Методики программы, разработанные с учетом данных особенностей, направлены на развитие интереса, умение слушать и слышать, делать выводы: это связь с повседневной жизнью, их знаниями, наглядность, достаточно быстрая смена видов деятельности.

7. Сроки реализации программы. Программа рассчитана на один год обучения.

8. Формы и режим непосредственно образовательной деятельности. Групповая, подгрупповая и индивидуальная работа. Периодичность непосредственно образовательной деятельности — один раз в неделю.

9. Ожидаемые результаты и способы их проверки. Физические, личностные, интеллектуальные.

Физические: по завершению программы у детей старшего дошкольного возраста сформируется компетентность в области здоровьесбережения:

Личностные: появятся представления о возможностях детского организма, знания правил ухода за телом; у детей будет формироваться осознанное отношение к своему здоровью, специфическим мероприятиям по оздоровлению, будет отмечаться положительная динамика в снижении заболеваемости детей; дети овладеют навыками самооздоровления.

Интеллектуальные: данные показатели результативности необходимо проследить в процессе наблюдения за различными видами деятельности детей, в качестве результата рассматривается не только сумма усвоенной

детьми информации об укреплении здоровья, но и способность ребенка осуществлять здоровый стиль поведения.

10. Формы подведения итогов программы. Конкурсы детских работ (рисование видов спорта), мини-проекты, тематические недели, спортивные праздники, викторины.