МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ДОШКОЛЬНОЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ ДЕТСКИЙ САД «РОДНИЧОК» С.ЛЕБЕДЁВКА

***Рабочая программа***

**Огород, как средство приобщения дошкольников к здоровому образу жизни**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Автор:****Кириченко Н.А. воспитатель** **I квалификационной категории**  |

**Аннотация**

Укрепление здоровья подрастающего поколения – не столько медицинская, сколько психолого-педагогическая задача. Очевидно, что в первую очередь у детей необходимо формировать потребность в сохранении и укреплении здоровья.

Здоровьесбережение – система мероприятий по сохранению здоровья детей.

Невозможно разработать и использовать одну-единственную уникальную технологию здоровьесбережения. Само понятие «здоровье» представляет собой интегральное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определенный уровень умственной и физической работоспособности.

**Рабочая программа** «Огород, как средство приобщения дошкольников к здоровому образу жизни» - Формирование необходимых знаний, умений, навыков о здоровом образе жизни в различных видах деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Работая на улице в огороде воздух благотворно влияет на организм детей- обогащает кровь кислородом. Солнечные лучи способствуют отложению витамина « Д» под кожей, убивают различные микробы и служат профилактикой такого заболевания, как рахит.

В процессе занятий трудовыми действиями на воздухе при солнечных лучах возникают положительные эмоции, усиливается обмен веществ отдельных органов и систем организма.

Использование выращенных самостоятельно детьми овощей, в рационе питания, формирует у ребенка представление о здоровой и полезной пище.

**Целевой раздел**

**Пояснительная записка**

**Цель:** приобщение ребёнка к здоровому образу жизни посредством выращивания овощных культур.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

- расширять и закреплять представления о пользе овощей; использования их в рационе питания, приобщение к пониманию понятия здорового питания

 - социализировать ребенка в среде сверстников; воспитывать умение действовать в микрогруппах, общей группе

 - получить основные знания в сфере выращивания овощных культур; влияние человека на улучшение качества роста овощей

- развивать физические качества: выносливость, координацию; накапливать и обогащать двигательный опыт детей при овладении трудовых навыков

**Принципы и подходы формирования программы:**

 - принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка;

 - принцип доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников.

 - подход с учетом условий местности;

 -творческий подход.

**Возрастные особенности**

**Первая младшая группа**

Продолжает развиваться ситуативно-деловое общение ребёнка и взрослого. Ребёнок начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых. На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 овощей по форме, величине и цвету; Основной формой мышления является наглядно - действенная.

Дети продолжают осваивать названия овощей.

**Вторая младшая группа**

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка из семян фасоли, гороха; способны под руководством взрослого вылепить простые овощи.

Дети переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу могут воспринимать до 5 и более форм овощей и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине.

По просьбе взрослого дети могут запомнить 5–6 названий овощей.

Совершенствуется пространственная ориентировка.

**Средняя группа**

 Общение ребенка и взрослого выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив.

 У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала за выполненное в уголке природы действие. Возрастает объем памяти. Начинает складываться произвольное запоминание.

Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи.

Двигательная сфера ребёнка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развивается ловкость, координация движений.

**Старшая группа**

Продолжается формирование готовности к дружеским взаимоотношениям между детьми, развивается умение самостоятельно объединяться для совместной игры и труда

Действия детей в трудовой деятельности становятся разнообразными. Дети могут распределять роли. Все действия сопровождаются речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли.

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения растений; систематизируются представления о вегетативном размножении.

Продолжает развиваться образное мышление. Дети способны указать, в какой последовательности выращивается тот или иной овощ.

Продолжается развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации), мелкой и крупной моторики, при работе на огороде и в изготовлении поделок.

**Подготовительная группа**

Продолжает формироваться готовность к совместной деятельности со сверстниками.

Дети начинают осваивать значимость зависимости здоровья от правильного питания, трудовых действий.

Изготовляемые поделки становятся симметричными и пропорциональными.

Появляется интерес самостоятельному выращиванию овощей.

Богаче становится лексика: активно используются пословицы и поговорки при работе на огороде.

Это период, когда закладываются основы морального поведения, формирования у человека эстетического отношения к действиям.

**Планируемые результаты освоения Программы**

**Целевые ориентиры**

**Первая младшая группа**

 - Проявляет интерес к окружающему миру природы, участвует в наблюдении за растениями.

 - Знает названия овощных культур.

 - Стремится к общению со взрослыми; проявляет интерес и активно подражает движениям и действиям взрослого при посеве семян, уходе за рассадой.

 - Проявляет интерес к продуктивной деятельности в изготовлении поделок из семян.

**Вторая младшая группа**

 - Ребёнок любознательный, активный: задает вопросы взрослым, наблюдает за ростом рассады, участвует в экспериментировании над семенами и растениями.

 - Ребёнок стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения в выращивании овощных культур.

 - Ребёнок обладает знаниями о пользе здоровой пищи.

**Средняя группа**

 - Ребёнок владеет доступными навыками самообслуживания после работы в земле, знаком с понятием «здоровье», «болезнь», знает о пользе правильного питания.

- Ребёнок проявляет любознательность, интерес к исследовательской деятельности, экспериментированию.

 - Ребёнок предпринимает попытки самостоятельного обследования предметов с опорой на все органы чувств: различает овощи на вкус, способен на ощупь распознать семена, овощи; соотнести картинки овощей с их семенами.

 - Ребёнок имеющий представления о строении овощной культуры; чем отличаются овощи от фруктов и на чём они растут, знает, что такое корнеплод.

 - У ребёнка развита мелкая моторика — может расположить семена по картинке и по собственному замыслу.

**Старшая группа**

 **-** Ребёнок овладевший средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками - распределяет роли в заданном трудовом поручении; способный договариваться со сверстниками в коллективной работе.

 - Ребёнок овладевший мелкой моторикой в изготовлении поделок.

 - Ребёнок имеет представление о зависимости здоровья от правильного питания.

 - Ребёнок способный к исследовательской деятельности, к экспериментированию.

 - Ребёнок умеющий ухаживать за рассадой на подоконнике и овощной культурой на грядке.

 - Ребёнок знает пословицы и поговорки о здоровье.

**Подготовительная группа**

 - Ребёнок имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

 - Имеет начальные представления об условиях, которые нужно создать для лучшего роста овощной культуры.

Ребёнок знает, какие овощи можно вырастить в Сибири; какие полезные блюда можно из них приготовить.

 - Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы; склонен наблюдать, экспериментировать.

 - Ребёнок знает из чего можно вырастить и как размножить растения.

 - Ребёнок принимает активное участие в трудовой деятельности по уходу и сбору овощей на участке детского сада.

**Содержательный раздел**

**Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательных областей**

В программе представлены все пять образовательных областей - социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие , но приоритетной является- познавательное развитие.

**Содержание психолого-педагогической работы**

**Первая младшая группа**

***Экспериментирование***

Способствовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений со сверстниками, воспитывать эмоциональную отзывчивость.

Упражнять в установлении сходства и различия между замоченными семенами органами зрения и осязания (выделяя их величину, влажность, сухость).

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки хватать, держать, трогать.

***Огород на окне***

Формировать интерес детей к действиям взрослого по посеву семян овощей (предполагаемых программой)

Привлекать детей к выполнению простейших трудовых действий

Формировать привычку мыть руки по мере загрязнения, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем после работы с землёй.

Формировать представления о растениях (учить детей называть цвет, величину листьев, семян).

Давать детям разнообразные поручения, которые дадут им возможность общаться со сверстниками и взрослым.

Развивать художественное восприятие, воспитывать отзывчивость на доступные пониманию детей произведениялитературы.

Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием и использованием знаний об овощах.

***Огород на грядке***

Знакомить с элементарными правилами безопасного поведения в природе ( не рвать и не брать в рот растения и пр.).

Формировать представления, что такое овощи?

Учить различать по внешнему виду и называть овощную культуру.

Давать детям разнообразные поручения, которые дадут им возможность общаться со сверстниками и взрослым.

Учить сортировать и располагать семена гороха и фасоли, развивая мелкую моторику, для изготовления панно.

**Вторая младшая группа**

***Экспериментирование***

Закреплять навыки организованного поведения при проведении экспериментов.

Приучать детей к вежливости (учить благодарить за помощь).

Учить устанавливать причинно-следственные связи. (Что будет если растение не поливать?)

Приучать по окончании экспериментирования расставлять используемый материал по местам в уголке экспериментирования.

Активизировать словарный запас детей используя пальчиковые игры с текстом об овощах.

***Огород на окне***

Знакомить детей с овощными культурами, обратить внимание на их разнообразие.

Беседовать с детьми о пользе овощей.

Воспитывать желание участвовать в посеве семян, уходе за рассадой в уголке природы с помощью взрослого.

Продолжать формировать элементарные представления о том, что растениям нужен свет и вода.

***Огород на грядке***

Формировать у детей уважительное отношение к труду овощевода.

Знакомить детей с орудием труда, используемый на огороде.

Формировать желание участвовать в посильном труде,( шелушении гороха, фасоли.

Приучать соблюдать порядок и чистоту после работы на огороде.

**Средняя группа**

***Экспериментирование***

Привлекать детей к участию в исследовательской деятельности.

Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила ухода за растениями.

Учить устанавливать причинно-следственные связи. (Что будет если растение поместить в тёмное место?).

Поощрять попытки детей самостоятельно обследовать предметы.

***Огород на окне***

Приобщать детей к работе по выращиванию овощей на окне.

Уточнять знания детей, что такое корнеплод?

Учить выделять отдельные части и характерные признаки овощей (цвет, форма, величина), продолжать развивать умение сравнивать и группировать их по этим признакам.

***Огород на грядке***

Обратить внимание детей на различие и разнообразие овощных культур, на различие овощных культур от растений на то, какие и когда созревают овощи.

Привлекать детей к выполнению простейших трудовых действий.

Формировать стремление у детей, помогать воспитателю, приводить в порядок используемое в трудовой деятельности оборудование (очищать, просушивать, относить в отведенное место).

Развивать представления об орудии труда в земледелии.

**Старшая группа**

***Экспериментирование***

Создавать условия для расширения представлений детей об окружающем мире, развивать наблюдательность и любознательность.

Учить устанавливать причинно-следственные связи. (какие семена овощей любят птицы, прилетевшие к кормушке?).

***Огород на окне***

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей.

Учить различать семена по форме, узнавать и называть их.

Совершенствовать тактильные, слуховые, вкусовые ощущения (определи на ощупь, на вкус, по звучанию); внимание («Что изменилось?», «Чего не стало?»).

***Огород на грядке***

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах содержащихся в овощах.

Расширять представления о важности для здоровья движений и трудовых действий на воздухе.

Формировать умение использовать семена в продуктивных видах деятельности.

Закреплять умение пользоваться орудием садовода. Подводить ребёнка к пониманию смыслового значения – экосистема огорода.

Привлекать детей к помощи взрослым и посильному труду в природе: к посеву семян овощей, прополке, рыхлению, поливу грядок, осенью — к уборке овощей на огороде, сбору семян.

**Подготовительная группа**

***Экспериментирование***

Учить устанавливать причинно-следственные связи: какие семена прорастут быстрее? (замоченные); в каком составе почвы лучше растут растения?(глина, чернозём, песок).

Рассказывать о значении солнца и воздуха в жизни овощей.

***Огород на окне***

Учить готовить почву для посева рассады овощей

Обогащать речь детей, заучивая пословицы и поговорки о труде, здоровье.

Развивать умение лепить с натуры и по представлению знакомые овощи, передавая их характерные особенности.

Закреплять умение самостоятельно и ответственно выполнять обязанности дежурного в уголке природы: поливать растения, рыхлить почву.

***Огород на грядке***

Учить ухаживать за овощами на грядках. Рассказать о способах размножения (семенами, луковицами, клубнями, отростками.)

Знакомить детей с особенностью выращивания овощей в климатической зоне Сибири

Прививать детям интерес к труду в природе, привлекать их к посильному участию: осенью — к уборке овощей с огорода, сбору семян, выкапыванию луковиц,

Познакомить детей с рецептами полезных блюд из овощей, выращенных на огороде.

Расширять и обогащать представления о влиянии солнечного света на человека, при работе на свежем воздухе в огороде.

Закреплять умение правильно вести себя в природе.

 **Формы работы с детьми по реализации программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы работы** | **Задачи** |
| **Экспериментирование с овощными культурами** | Развитие любознательности; желание самостоятельно находить решение в проблемной ситуации |
| **Пальчиковые игры об овощах** | Развивать связную речь, зрительное внимание, мышление, координацию речи с движением, мелкую моторику |
| **Беседы** | Расширять и уточнять представление об овощах, их значимость для здоровья; научить детей самостоятельно мыслить наталкивать их на воспоминания, догадки, суждения, умозаключения |
| **Дидактические игры с семенами овощей** | Развивать память, внимание, воображение, мышление, речь, сенсорные способности детей |
| **Заучивание пословиц, поговорок, загадок, стихотворений об овощах и здоровом образе жизни** | Обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи |
| **Лепка овощей** | Способствовать восприятию формы, цвета овощей Развивать общую ручную умелость, мелкую моторику (к тому же синхронизируют работу обеих рук), а также пространственное мышление и воображение |
| **Трудовая деятельность**  | Учить способам общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками, в коллективной работе |
| **Подвижные игры с овощами** | Развивать физические качества |
| **Художественное творчество с использованием материала овощей** | Развивать предпосылки восприятия и понимания произведений искусства; становление эстетического отношения к окружающему миру; развитие мелкой моторики |

**Методы, приёмы и средства работы с детьми с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

**Приёмы наглядного метода:**

* показ иллюстрированного материала.
* рассматривание дидактического наглядного материала.
* наблюдение за растениями в уголке природы, на огороде.
* просмотр презентаций.

**Приёмы словесного метода:**

* беседы с элементами монолога, диалога.
* обсуждение прочитанных сказок.
* заучивание стихов, потешек, пословиц и поговорок.
* рассказывание по заданной теме, по предложенной картине.

**Приёмы практического метода:**

* экспериментирование.
* посев семян, ухаживание за рассадой, высаживание рассады в огород, сбор: овощей, семян.
* изготовление салатов из овощей.
* изготовление поделок, панно.
* репродуктивный ( усвоение действий, которые формируют умения и навыки).
* изготовление дидактических игр из семян.
* Изготовление массажных ковриков.

**Взаимодействие с семьёй**

- Просветительное – информационное направление.

- Участие в приобретении семян, изготовлении массажных ковриков

- Заучивание пословиц и поговорок о здоровье, труде.

**Организационный раздел**

**Организация экспериментальной деятельности**

Нерегламентированное время - вечерние часы.

**Организация огорода на окне**

В весеннее время - утренние и вечерние часы.

**Организация огорода на грядке**

Летнее время – прогулочные часы.

**Необходимые условия для реализации задач:**

* Самостоятельная активная деятельность детей;
* Осуществление индивидуального подхода к ребёнку;
* Совместная деятельность педагога и ребёнка;
* Привлечение родителей в союзники с педагогом и детьми.

**Предметно-развивающая среда**

Уголок экспериментирования, куда входят различные емкости для проведения опытов.

Уголок природы, в котором выращиваем рассаду овощей.

Грядка в огороде детского сада.

Литературный уголок - подборка картинок и литературных произведений об овощах соответственно возрасту. Нужно отметить, что всё это доступно каждому ребёнку.

**Планирование образовательной деятельности**

Перспективное планирование непосредственно – образовательной деятельности включено в объём рабочей программы «Краеведение как средство приобщения дошкольников к ценностям малой Родины, как средство нравственно – патриотического воспитания», входящей в вариативную часть ОП МКДОУ Корректировка планирования входит в компетенции педагога.

**Приложение №2**

**Циклограмма планирования в первой младшей группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Экспериментирование*** | ***Огород на окне*** | ***Огород на грядке*** |
| Какой лук на вкус?Что будет если лук не поливать?Что будет если лук вынести на мороз?Какой овощ на вкус?Какой овощ на вкус, если его посолить или посыпать сахаром?Что внутри овоща?Что будет если семена бобовых замочить? Дидактическая игра: «Где, чей дом?» | Лепка овощей из пластилина.Выращивание лука и чеснока на окне.Рассматривание картинок овощей (закрепляем названия овощей).Дидактическая игра: "Разложи овощи и фрукты в корзины". Беседа о пользе свежих овощей.Пальчиковые игры.Сортировка семян гороха, фасоли, боба по разным контейнерамИзготовление поделки из семян бобовых для мам. | Посадка лука, чеснока, фасоли, гороха, боба на грядке.Рассматривание строения овощной культуры и овощей в огороде.Дидактическая игра: «Найди, о чем расскажу» *(найти овощи на картинке по перечисленным признакам)*.Изготовление салата из моркови. |

**Циклограмма планирования во второй младшей группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Экспериментирование*** | ***Огород на окне*** | ***Огород на грядке*** |
| Какой овощ сочнее?Какой овощ на вкус, если его посолить или посыпать сахаром?Что будет если лук поставить в темное место?Что будет если лук не поливать?Что внутри овоща? Дидактическая игра: «Чей хвост?» | Беседа о пользе свежих овощей.Дидактическая игра:«Где растет?»Выращивание лука на окне.Посев семян огурчика.Сортировка семян гороха, фасоли, боба по разным контейнерамДидактическая игра: «Чего не стало?»Беседы о пользе овощей.Изготовление коллективного панно | Посадка лука, чеснока, фасоли, гороха, боба на грядке.Посев огурцов, свеклы, моркови, редиса, на грядке.Рыхление грядок.Пальчиковые игрыИзготовление салата из огурцов, редиски.Беседа какой овощ на вкус? |

**Циклограмма планирования в средней группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Экспериментирование*** | ***Огород на окне*** | ***Огород на грядке*** |
| Какие семена быстрей прорастут? (замоченные или сухие).Что будет если рассаду поставить в темное место?Что будет если лук не поливать?Что будет если лук сильно поливать?Какой овощ на вкус, если его посолить или посыпать сахаром?Какие овощи тонут?Что внутри овоща? | Выращивание лука на окне.Посев семян томатов.Дидактическая игра «Что лишнее?», «Что изменилось?»Загадывание загадок об овощах.Беседа «Чем отличаются овощи от других культур?»Беседа о пользе свежих овощей.Пальчиковая игра «Мы капусту рубим» с использование свежей капусты. | Высадка рассады томатов на грядку, посев свеклы, моркови, редиса, репы, кабачков.Дидактическая игра: «Опиши, мы отгадаем» *(Описать овощи и найти их по описанию).*Изготовление музыкальной погремушки из семян гороха.Пальчиковые игры.Подвижные игры. |

**Циклограмма планирования в старшей группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Экспериментирование*** | ***Огород на окне*** | ***Огород на грядке*** |
| Что будет если посадить росток томата?Что будет если горошину поместить в прозрачный стакан с водой? (увеличится, вода-это лупа)Что будет если лук посадить в разный состав почвы?«Что будет, если **часть грядки со свеклой не прополоть**?»Что будет если замочить семена гороха, фасоли, боба?Какие овощи тонут?Готовим сок их моркови, томата, свеклы. Какой на цвет, вкус, и отстирается ли сок от одежды? Беседа в каком овоще какой витамин и минерал, для чего они нужны? | Выращивание лука на окне.Посев семян капусты, томата, огурцов, перца, баклажан.Пальчиковые игры. Пальчиковая игра «Мы капусту рубим» с использование свежей капусты.Заучивание стихов, пословиц и поговорок о труде.Беседа о влиянии витамин и минералов содержащихся в овощах на организм человека.Беседа о строении овощных культур.Рассматривание картинок на тему, что такое корнеплод, как называется верхняя часть корнеплода.Загадывание загадок об овощах.Дидактическая игра «Что лишнее?», «Что изменилось?», «Классификация». | Высадка рассады капусты, томата, огурцов, перца, баклажан на грядку.Посадка свеклы, моркови на семена. Посев свеклы, моркови для эксперимента с прополкой.Посадить фасоль, горох, лук, чеснок, патиссоны.Прополка.Сбор семян свёклы, моркови.Шелушение фасоли, гороха.Изготовление дидактической игры «Найди пару» *(мешочки наполнены одинаковыми семенами).*Дидактическая игра «Волшебный мешочек» *(Узнать предмет на ощупь по перечисленным признакам).*Подвижные игры.Викторина:«Огород на тарелке» |

**Циклограмма планирования в подготовительной группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Экспериментирование*** | ***Огород на окне*** | ***Огород на грядке*** |
| В какой земле лучше растет томат, огурец, и перец, в торфяной или песчаной?Какой стороной листа дышит растение?Какая луковица быстрее прорастет, целая или со срезанной верхушкой?Что будет если посеять лук семенами и посадить луковицей?Что будет если посадить росток томата? | Выращивание лука на окне.Посев семян томата, перца, огурца.Беседа о составе почвы для выращивания овощей.Беседа о влиянии витамин и минералов содержащихся в овощах на организм человека.Беседа о вегетативном размножении.Заучивание стихов, пословиц и поговорок о труде и здоровье.Дидактическая игра «Овощ» *(опиши признаки овоща по заданному алгоритму).*Загадывание загадок об овощах.Дидактические игры «Что лишнее?», «Что изменилось?», «Классификация». | Беседа о способах размножения (семенами, луковицами, клубнями, отростками.) Посев лука семенами.Посадка луковичных культур овощей. Изготовление дидактической игры «Найди пару» *(мешочки наполнены разным количеством бобов).*Изготовление гантелей (в бутылки из под йогурта насыпать фасоль).Беседа о влиянии солнечного света на человека при работе на свежем воздухе в огороде.Подвижные игры.Викторина: «Овощи разные нужны, овощи разные важны».  |