

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
Протокол № 1
от «05» сентября 2012г.



Программа по сохранению и укреплению здоровья дошкольников «Здоровье»

Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад
комбинированного вида №119 «Теремок»

г. Астрахань 2012г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Здоровье» на 2012-2017 гг.
Дата принятия решения о разработке проекта Программы, дата ее утверждения	Педагогический совет № 1 от 05.09. 2012г. Педагогический совет
Основание для разработки Программы	Повышение физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по формированию здорового образа жизни дошкольников.
Исполнители Программы	Заведующая, зам. заведующей по ВМР, ст. воспитатель, педагоги, врач, медицинские сестры.
Цель Программы	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, улучшение медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.
Задачи Программы	1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности. 2. Воспитание в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям большого спорта (баскетбол, футбол, волейбол, ритмика). 3. Развитие основных физических качеств (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях. 4. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.
Важнейшие целевые индикаторы Программы	1. Выполнение режима дня с включением в него здоровьесберегающих технологий. 2. Показатели заболеваемости (снижение количества дней, пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях). 3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению.
Сроки и этапы реализации Программы	Программа рассчитана на 2012-2017гг. 1-й этап- аналитический, июнь-июль 2012г., анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы. 2-й этап- разработка проекта программы – август 2012г. 3-й этап- внедрение программы- сентябрь 2012-май 2017гг 4-й этап – итогово-диагностический – 2017г.

Перечень разделов программы	1. Пояснительная записка 2. Анализ физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. Динамика здоровья и физического развития воспитанников 3. Система и содержание оздоровительной деятельности. Преемственность в работе с семьей и школой. 4. Материально-техническое, программно-методическое и медицинское обеспечение оздоровительной программы 6. Циклограмма реализации программы 7. Ожидаемые результаты реализации программы
Ожидаемые конечные результаты	1. Снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса. 2. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей. 3. Стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи. 4. Совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку.
Управление программой и осуществление контроля за ее реализацией	Методический совет ДОУ

СОДЕРЖАНИЕ:

I часть – пояснительная записка.

- 1.1. Актуальность выбранного подхода к организации оздоровительной деятельности в ДОУ.....
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Основные принципы программы.....
- 1.4. Краткое описание содержания и структуры программы по основным направлениям программы.....

II часть – Динамика здоровья и физического развития воспитанников

(информационно-аналитический блок)

- 2.1. Анализ условий для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы.....
- 2.2. План мероприятий по снижению острой заболеваемости в ДОУ.....
- 2.3. Выводы и предложения по контролю за физическим воспитанием и оздоровлением детей.....
- 2.4. Анализ нервно-психического развития воспитанников детского сада № 119.....

III часть – Система и содержание оздоровительной деятельности в ДОУ

- 1. Валеологическое образование.....
- 1.1. Новые подходы, используемые в физкультурно-оздоровительной работе МДОУ №119 «Теремок»
- 1.2. Система и содержание оздоровительной деятельности специалистов ДОУ.....
- 1.3. Стратегический план улучшения здоровья детей оздоровительных групп МДОУ № 119 «Теремок»
- 2. Комплексная диагностика.....
- 3. Организация полноценного питания.....
- 4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы: программа «Группы здоровья»
 - 4.1 Организация и методика проведения разных видов физкультурно-оздоровительных мероприятий
 - 4.2 Диагностика физического развития
 - 4.3. Система эффективности закаливающих процедур
 - 4.4 Активизация двигательного режима
 - 4.5. Формирование представлений у воспитанников о ЗОЖ.....
- 5. Комплекс психогигиенических мероприятий: программа «Комфорт»
- 6. Консультационно-информационная работа.....
 - 6.1. Организация работы с педагогическим коллективом.....
 - 6.2. Пропаганда ЗОЖ в семье.....

IV часть – Материально-техническая база, программно-методическое обеспечение....

- 4.1. Организация предметно-развивающей среды.....
- 4.2. Нормативно-правовое обеспечение.....
- 4.3. Методическое обеспечение.....
- 4.4. Педагогические технологии в образовательном процессе.....
- 4.5. Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.....

V часть – Циклограмма реализации программы.....

VI часть - Мониторинг воспитательно-образовательной деятельности в ДОУ.....

VII часть - Заключение. Ожидаемые результаты реализации программы.....

Литература

Приложение

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.Актуальность выбранного подхода к организации оздоровительной деятельности ДОУ

В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

Перечисленные документы и меры, принимаемые органами управления образованием, помогли достичь определенных результатов стабилизации, а в ряде дошкольных учреждений – качественного улучшения детского здоровья, но вместе с тем показатели заболеваемости дошкольников продолжают ухудшаться как в целом, так и по основным классам болезней.

Содержание физкультурно-оздоровительной работы, несмотря на значительный период реформирования дошкольного образования, по-прежнему оставляет желать лучшего. Основанием тому служит высокая заболеваемость детей, возрастание количества детей, страдающих ожирением. По данным медицинских прогнозов, 85% этих детей потенциально больные сердечно-сосудистыми заболеваниями. Достаточно много детей нуждаются в психокоррекции, характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. Количество простудных заболеваний приобретает характер стихийного бедствия. В подавляющем большинстве дети дошкольного возраста уже страдают дефицитом движений и незакаленностью.

Особого внимания заслуживает вопрос о влиянии регионального фактора на физическое состояние детей, проживающих в Астраханской области. Природно – климатические условия в сочетании с экологическим неблагополучием предъявляют к организму ребенка высокие требования в процессе учебы, труда и отдыха, поэтому значительное количество детей дошкольного возраста имеет различные функциональные отклонения в состоянии здоровья.

«Актуальной задачей физического воспитания, - говорится в Концепции, - является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях». Поскольку физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то пути его достижения не могут быть сведены к узкоmedicalским и узкопедагогическим мероприятиям. ***Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольном образовательном учреждении.***

Реализация важнейших положений Концепции, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую роль в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования ученые как В.Г. Алямовская, Л.А. Парамонова, Т.И. Алиева, О.М. Дьяченко, С.М. Мартынова, Е.А. Екжанова, М.Н. Кузнецова и многие другие. Перед дошкольными учреждениями теперь

открыты большие позитивные возможности в плане обеспечения условий оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.

Резюмируя вышесказанное, мы можем сделать краткие выводы: Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основная задача дошкольного образовательного учреждения, должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Исходя из вышесказанного, наш педагогический коллектив пришел к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического и психического здоровья, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми. Актуализации внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение. Проанализировав типовую «Программу воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой; «Программу развития и воспитания детей в детском саду «Детство» под редакцией В.И. Логинова, Т.И. Бабаевой, Н.И. Ноткина, где физ. воспитанию не уделяется должного внимания, коллектив педагогов и узких специалистов во главе с руководителем и медицинскими работниками пришли к выводу, что в этих программах не реализуется потребность детей в движении. В течение дня не выполняется физиологически необходимое ребенку количество движений, физкультурные занятия не решают проблемы тренировки сердечно-сосудистой системы, терморегуляционного аппарата, а, следовательно, не дают должностного эффекта в укреплении здоровья. Физкультурные занятия однообразны, т.к. подчиняются определенной жесткой методике их проведения, не развивают интерес к спорту, в ходе их трудно выявить способности и склонности детей, еще труднее их развить.

На основании вышеизложенных выводов мы познакомились и тщательно изучили программу В.Г. Алямовской «Здоровье», опираясь на изученную литературу: «Если – это серьезно», «Как вырастить здорового ребенка», «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста», курс лекций «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении».

Разрабатывая принципиально новую схему физического воспитания, мы изучили работы Ю.Ф. Змановского, которые основаны на медленном оздоровительном беге и физическом здоровье детей; программу Р.Б. Стеркиной «Основы обеспечения безопасности жизни детей дошкольного возраста, которая имеет пять направлений:

- Человек и окружающие его люди.
- Человек и окружающая его природа.
- Человек дома и опасности, которые его подстерегают.
- Человек и здоровье.
- Человек на дорогах.

Разрабатывая и внедряя базовую оздоровительную программу В.Г. Алямовской «Здоровье», мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система физ. воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, не заорганизовывала бы детей, сотрудников, родителей, решила вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и самое главное нравилась детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счет создания развивающей среды и реализации определенных педагогических технологий.

Программа «Здоровье» разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения – это комплексная система воспитания ребенка-дошкольника,

здорового физически и морально, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателям, узким специалистам ДОУ содержания обучения и воспитания. Использование различных методик, позволяет использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов, родителей.

1.2. Цель и задачи программы:

Цель программы «Здоровье»: ориентирована на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, улучшение медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

Задачи базовой оздоровительной программы «Здоровье»:

1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
2. Воспитание в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям большого спорта (баскетбол, футбол, волейбол, ритмика).
3. Развитие основных физических качеств (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
4. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

1.3. Основные принципы реализации программы «Здоровье»:

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
3. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. Принцип личностной ориентации и преемственности – организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого и разновозрастного развития и состояния здоровья.
5. Принцип демократизации, гуманизации и индивидуализации - отказ от насилия, подавления личности, подчинения её педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющему развитие ребёнка.
6. Принцип гарантированной результативности – реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.
7. Принцип природосообразности – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и

психологических особенностей. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

II. ДИНАМИКА ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ (информационно-аналитический блок)

Анализ сведений о здоровье воспитанников показал неуклонный рост процента заболеваемости детей и рост дней, пропущенных по болезни одним ребенком, как раннего, так и дошкольного возраста. С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребенка. В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передает семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов.... Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов».

2.1. Анализ условий для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы

В МДОУ «Детский сад комбинированного вида №119» созданы условия для обеспечения медицинского обслуживания и организации физкультурно-оздоровительной работы:

- имеются медицинский кабинет, процедурный кабинет, физиокабинет, кабинет массажа, изолятор. Перечень имеющегося физиооборудования и показаний к их применению см. в пункте «Физиотерапия». Оборудование медицинского блока: оборудован изолятор, процедурный кабинет с холодильником для вакцин и медпрепаратов, фитобар.
- два медработника – старшая медсестра, медсестра физиокабинета и массажа; также МДОУ сопровождает педиатр МУЗ ГП № 10 ДПО (ул.Тренева,11, корпус 1) инструктор ЛФК и инструктор по физической культуре.
- имеется необходимый медицинский инструментарий (индивидуальные шприцы для вакцинирования, одноразовые шпатели, кварцевая лампа Чижевского и др.), измерительные приборы (весы, ростомер, спирометр, динамометр, термометр, прибор для измерения артериального давления, песочные часы в ассортименте, часы для контроля проведения физиопроцедур). Имеется аптечка для оказания первой медицинской помощи.
- создана предметно-пространственная и коррекционно-развивающая среда: физкультурный зал (спортивный уголок, шведская стенка, оборудование для игр, зарядок, оздоровительной гимнастики: скакалки, кегли, мячи, скамеечки для ходьбы), музыкальный зал (для зарядки под музыку и музыкально-ритмические занятия в рамках музвоспитания), спортивные уголки в группах (корректирующие дорожки, мячи, обручи, султанчики, флажки, кольцабросы, кегли).

Таким образом, мы считаем, что необходимое оборудование в МДОУ имеется.

Обеспечение санэпидрежима в группах и других помещениях ДОУ:

- Заключение санитарно-эпидемиологического благополучия;

Общая оценка санитарно-эпидемиологического состояния ДОУ - удовлетворительное;

2.2. План мероприятий по снижению острой заболеваемости в ДОУ

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	Заведующая д/с. Старшая м/с.
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	Заведующая д/с. Старшая м/с.
3	Осуществление преемственности в работе детской поликлиники и ДОУ по подготовке и ведению детей в период адаптации к ДОУ. Проводить мероприятия по ослаблению адаптационного синдрома	При поступлении ребёнка в ДОУ и после пропусков (по болезни, отпуска и пр.)	Врач ДОУ, Старшая м/с.
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Заведующая, Врач ДОУ, Старшая м/с.
9	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и ДОУ.	Постоянно.	Врач ДОУ. Старшая м/с.
11	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	Заведующая, Врач ДОУ, Старшая м/с.

2.3. Выводы и предложения по контролю за физическим воспитанием и оздоровлением детей.

Анализ работы по физическому воспитанию показал, что в целом в группах созданы условия для физического развития и оздоровления детей: спортивные уголки оснащены необходимыми атрибутами для коррекции осанки, плоскостопия, для физических упражнений (флажки, ленточки, мешочки, мячики, дорожки с пуговками, следами, ребристые палочки – карандаши, массажные коврики, скакалки, кольцобросы, дуги, массажеры и другое).

В МДОУ №119 имеется спортивный зал, который также оснащен необходимыми пособиями, оборудованием для занятий физической культурой.

В ходе обследования двигательных навыков детей было выявлено, что дошкольники правильно выполняют большинство физических упражнений. Воспитанники заинтересованы и активны на занятиях физической культурой, знают различные подвижные игры, организуют их в самостоятельной деятельности. Старшие дошкольники умеют оценить движения сверстников, хорошо справляются с ролью водящего. Воспитатели групп проводят разные виды утренних гимнастик (гимнастика пробуждения, корригирующая гимнастика), во время занятий проводятся физкультминутки, на прогулках – оздоровительный бег, оздоровительные и динамические паузы.

Анализ планирования работы по организации двигательного режима детей показал, что воспитатели планируют в течение дня различные виды оздоровительной работы: утренние гимнастики, физкультурные занятия, динамические, оздоровительные паузы, оздоровительную гимнастику после сна.

Воспитатели стремятся привлекать родителей к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Родители участвуют в физкультурных досугах, праздниках, изготавливают пособия, оборудование для спортивных уголков на группах, на участках. Во всех группах имеется информация для родителей о методах и способах закаливания, о питании детей, о профилактике различных заболеваний, рекомендации по организации здорового образа жизни детей, привлечению родителей к обмену опытом по семейному физическому развитию.

2.4. Анализ нервно-психического развития воспитанников детского сада № 119.

В диагностике нервно-психического развития принимали участие воспитанники детского сада. Диагностика проводилась на основе тестового материала, предлагаемого психологическим практикумом «Тестируем детей» /сост. Т. Г. Макеева – 2-е издание, 2007; Справочник дошкольного психолога/Г. А. Широкова – 6-е издание, 2008; «Диагностика и развитие личностной сферы детей дошкольного возраста» /Н. В. Краснощекова, 2006.

В ходе анализа нервно-психического развития были рассмотрены основные критерии развития психики и физиологии детей.

Было установлено, что в контакт дети вступают избирательно, что говорит о положительных сохранных функциях психики. Эмоционально-волевая сфера детей выражена ярко, дети активны, деятельны, бодры, работают и выполняют предложенные задания с удовольствием и интересом.

Физиологические показатели, такие как слух, состояние зрения, моторика в выборке соответствуют норме. Дети праворукие, манипуляторные функции развиты хорошо, согласованность действия рук соответствует норме.

При выполнении задания, внимание достаточно устойчиво, деятельность сосредоточения и переключения внимания удовлетворительная.

Реакции на внешнее психическое раздражение, одобрение, замечание – адекватные.

Работоспособность детей достаточная, соответствует возрасту, характер деятельности устойчив.

Дети обучаемы. Используют помощь взрослого при переходе от более низкого способа выполнения задания к более высокому. Осуществляют перенос полученного способа действия на аналогичное задание, могут выполнять задание по образцу.

Уровень развития деятельности хорошо развит, игровая деятельность – ведущая. Манипуляция игрушками адекватная, в ходе игры дети используют игровой материал в соответствии с его функциональным назначением.

Запас общих представлений соответствует возрасту, дети визуально ориентированы. Зрительное восприятие в норме.

Пространственное восприятие в норме, дети способны дифференцировать пространственные соотношения. Имеют понятия о времени.

Память и мышление развиты в соответствии с возрастом, количественные представления, такие как линейный счет, выделение нужного количества из множества развиты хорошо.

Элементы абстрактно-логического мышления присутствуют, развиты в соответствии с возрастом.

Диагностика нервно-психического развития детей показала, что основные показатели развития воспитанников в норме и соответствуют возрасту.

III. СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Валеологическое образование воспитанников, персонала, родителей

Валеологами определены основные условия природосообразного, здоровьесберегающего образования:

1. Удовлетворение базовых потребностей ребёнка. В этом случае он наиболее полно развивает свои способности, познаёт собственную уникальность; в процессе самоактуализации у него непроизвольно формируются основные компоненты здоровья.
2. Создание экологически чистого (адаптационного, реабилитационного, образовательного) пространства для каждого ребёнка. Только в этих условиях ДОУ сможет раскрыть индивидуальности каждого воспитанника.
3. Воспитание у детей потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа валеологически обоснованного поведения

1.1. Новые подходы, используемые в физкультурно-оздоровительной работе МДОУ №11 9 «Теремок»

№ п/п	Направление деятельности	Виды деятельности	Обоснование	Частота занятий
1.	Физкультурно-оздоровительное	Утренняя гимнастика на свежем воздухе со средней группы, занятия, оздоровительный бег, ходьба, интегрированные занятия, совместные с родителями.	Программа В.Г. Алямовской «Здоровье» («Группы здоровья»); Дополнительная методическая литература: Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», Л.А. Глазырина «Физкультура дошкольникам»; В.Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика дошкольникам»	Согласно учебного плана; 2 раза в неделю оздоровительный бег, ходьба.
		«Неболейка» «Будь здоров, крепыш!»	Л.В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» методическое пособие Р.Б. Стеркина «Основы обеспечения безопасности жизни детей дошкольного возраста»	Средние, старшие, подготовительные группы.
2.	Психоэмоциональное развитие	Совместные занятия педагога-психолога, музыкальных руководителей и инструкторов по физической культуре; проектная деятельность, тренинги с родителями.	Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста. Книга практического психолога /Алямовская В. Г., 2003. Дополнительная литература: Справочник дошкольного психолога/Г. А. Широкова. – 6-е изд., 2008. Диагностика и развитие личностной сферы детей дошкольного возраста. Тесты. Игры. Упражнения. / Н. В. Краснощекова. 2006. Психологический практикум «Тестируем детей» / сост.	Согласно учебного плана

			Т. Г. Макеева – 2-е изд., 2007. Психологический практикум «Практикум для детского психолога» / Г. А. Широкова, Е. Г. Жадько. – 6-е изд., 2008. Психологический практикум по детской психокоррекции / О. Н. Истратова. – 2-е изд., 2008. «Преодоление страхов у детей» / Т. А. Арефьева, Н. И. Галкина – М.: Институт психотерапии, 2005.	
3.	Коррекционное	Коррекция плоскостопия и осанки	Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина «Лечебная физкультура и массаж» методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста	3 раза в неделю, группа детей по направлению педиатра

1.2. Система и содержание оздоровительной деятельности специалистов ДОУ

Педагогические специалисты	Задачи работы	Формы работы, направления деятельности	Периодичность
Инструктор по физической культуре	1.Оздоровительные задачи: - сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; 2.Образовательные задачи: - формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии его индивидуальным особенностям; - создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности; 3.Воспитательные задачи: - воспитание потребности в здоровом образе жизни, выработка привычки к соблюдению режима дня, потребности в физических упражнениях и играх; - воспитание физических качеств,	1.Проведение диагностики. 2.Проведение физкультурных занятий. 3.Проведение утренней гимнастики. 4.Индивид. работа с детьми, имеющими отставание в физическом развитии 5.Проведение спортивных праздников и развлечений. 6.Консультации для педагогов и родителей.	В соответствии с требованиями программы и возрастными особенностями детей.

	необходимых для полноценного развития личности.		
Воспитатель	1. Воспитание здорового ребенка через организацию и проведение всей системы физкультурно-оздоровительных мероприятий. 2. Привлечение родителей к организации сотрудничества по вопросам оздоровления и закаливания детского организма.	1. Соблюдение скорректированного режима дня 2. Проведение бодрящей, общеразвивающей, дыхательной и других гимнастик (пальчиковая, для глаз) 3. Проведение оздоровительного закаливания. 4. Работа с родителями. 5. Взаимодействие с инструкторами по физической культуре, старшей медсестрой, педагогом-психологом.	
Учитель-логопед	1. Изучение уровня речевого, познавательного, социально-личностного, физического развития и индивидуально-типологических особенностей детей, нуждающихся в логопедической поддержке, определение основных направлений и содержания работы с каждым из них. 2. Систематическое проведение необходимой профилактической и коррекционно-речевой работы с детьми в соответствии с их индивидуальными программами. 3. Формирование у педагогического коллектива ДОУ и родителей информационной готовности к логопедической работе, оказание им помощи в организации полноценной речевой среды. 4. Координация усилий педагогов и родителей, контроль качества проведения речевой работы с детьми.	1. Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми. 2. Проведение диагностики. 3. Консультативная помощь воспитателям и родителям.	
Педагог-психолог	1. Сохранение психологического здоровья детей.	Психодиагностическая работа 1. с <u>детьми</u> по следующим направлениям: - диагностические	

	2.Диагностическое обследование эмоциональной и познавательной сферы для выявления нарушений и консультации 3. Консультационная работа с родителями и педагогами. 4.Психологическое сопровождение детей в период адаптации. 5.Психологическое сопровождение детей подготовительной группы, подготовка к школе, мониторинг развития.	наблюдения в период адаптации ребенка к условиям ДОУ; диагностика психического развития детей; углубленная диагностика детей группы «риска»; диагностика психологической готовности детей к школе; по запросу родителей, педагогов, администрации. 2. <u>с родителями</u>: диагностика особенностей семейного воспитания, родительских установок (анкетирование, беседы); 3. <u>с педагогами</u>: диагностика индивидуальных особенностей личности и их профессиональной направленности; социометрические исследования коллектива; диагностика по индивидуальным запросам. Психопрофилактическая работа 1. <u>С детьми</u>: контроль соблюдения в группах оптимального психологического микроклимата, предупреждение психологической перегрузки у детей (индивидуальная игровая терапия: подвижные, познавательные игры, игры с водой, сюжетно – ролевые; психогимнастика; элементы арттерапии (работа с красками, тестом) 2.<u>С родителями</u>: психологическое просвещение через выступления на родительских собраниях, наглядные материалы, индивидуальные памятки и буклеты. Психокоррекционная работа 1.<u>с детьми</u>: индивидуальные и групповые коррекционно-развивающие занятия с детьми группы «риска»; психологические тренинги для будущих первоклассников «Введение в школьную жизнь» (Петровский) 2.<u>с родителями</u>: психологическая подготовка родителей будущих первоклассников (тренинги, консультации); индивидуальные занятия с целью обучения навыкам эффективного общения с ребенком. 3. <u>с педагогами</u>: тренинги общения, индивидуальная работа по преодолению личностных проблем. Консультативная работа <u>С детьми</u>: психологическая поддержка детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.	
--	--	---	--

		<u>С родителями</u>: групповое консультирование по вопросам и проблемам воспитания и развития детей в разных возрастных группах; индивидуальное консультирование по запросам. <u>С педагогами</u>: групповое консультирование по вопросам и проблемам воспитания и развития детей в разных возрастных группах; индивидуальное консультирование по запросам по проблемам взаимоотношений в коллективе, личностного роста, взаимоотношений с родителями воспитанников.	
Старшая медсестра	1.Осуществление первичной профилактики	1.1.Контроль санитарно – гигиенических условий в учреждении	Постоянно
	2.Контроль организации питания	2.1. контроль состояния калорийности питания и анализ качества питания 2.2.контроль выполнения натуральных норм 2.3.контроль санитарно – гигиенического состояния пищеблока 2.4.составление меню 2.5.бракераж готовой продукции	Ежедневно
	3.Контроль физического воспитания	3.1.распределение воспитанников на медицинские группы для занятий физкультурой 3.2.анализ эффективности физического воспитания с оценкой физической подготовленности детей 3.3.осуществление контроля организации физического воспитания, закалывающих мероприятий	2 раза в год 2 раза в год Ежемесячно
	4.Гигиеническое воспитание в детском коллективе	4.1.рекомендации по организации и проведению гигиенического воспитания, формированию навыков здорового образа жизни 4.2.организация мероприятий по профилактике близорукости, нарушения осанки, плоскостопия 4.3.контроль гигиенического воспитания	По необходимости Постоянно
	5.Иммунопрофилактика	5.1.планирование и анализ вакцинации 5.2. осмотр детей перед прививкой	В соответствии с национальным

		5.3.контроль состояния здоровья после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку	календарем прививок
	6.Мероприятия по обеспечению благоприятной адаптации детей к ДОУ	6.1.рекомендации по адаптации детей и ее коррекции (совместно с педагогом)	Постоянно
	7.Организация витаминотерапии	7.1.витаминотерапия: Включение фруктов, соков и отвара шиповника в повседневное меню.	ежедневно осень, зима
	8.Анализ состояния здоровья Диспансеризация	8.1.Анализ состояния здоровья воспитанников, разработка медико – педагогических мероприятий. 8.2.проведение профилактических медицинских осмотров 9.2.рекомендации педагогическому персоналу по коррекции отклонений в состоянии здоровья. Контроль их выполнения	в течение год Ежемесячно Один раз в год В течение года

1.3. Стратегический план улучшения здоровья детей МДОУ № 119 «Теремок»

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Срок выполнения
Оптимизация режима				
1.	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	Воспитатели Педагог – психолог Старшие медсестры	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	ежедневно	Заместитель заведующей по ВМР Специалисты ДОУ	В течение года
Организация двигательного режима				
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	Инструктор по физической культуре, контроль медперсонала	В течение года
2.	Физкультурные занятия Музыкально – ритмические занятия	3 раза в неделю и одно на музыкальном материале	Инструктор по физической культуре	В течение года
3.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели, контроль медперсонала	В течение года
4.	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	Воспитатели, контроль мед работников	В течение года
5.	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	ежедневно	воспитатели	В течение года
6.	Физкультурные праздники и досуги	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре воспитатели	В течение года
7.	Неделя здоровья	2 раза в год	Зам. зав по ВМР Педагоги ДОУ	В течение года
8.	Спартакиады	3-4 раза в год	Инструктор по физической культуре	В течение года

9.	Гимнастика для глаз	ежедневно	Воспитатели	В течение года
10.	Пальчиковая гимнастика	3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года
11.	Физкультминутки	ежедневно	Воспитатели Специалисты ДОУ	В течение года
Охрана психического здоровья				
1.	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, уголков уединения	Ежедневно несколько раз в день: утро, после прогулки, перед ужином	Воспитатели, Специалисты ДОУ	В течение года
2.	Создание благоприятных психологических условий пребывания ребенка в ДОУ (взаимоотношения между взрослыми и детьми, создание развивающей среды)	ежедневно	Воспитатели, психолог, Специалисты ДОУ	В течение года
Медико-профилактическое направление				
1.	Дыхательная гимнастика в игровой форме (в проветренном помещении)	3 раза в день: во время утренней зарядки, на прогулке (в летний период), после сна	Воспитатели, контроль медработника	В течение года
3.	Массаж, самомассаж, точечный массаж	На утренней гимнастике и после пробуждения, в течение дня	Воспитатели Инструктор по ф/к, контроль мед сестры и педагога-психолога	В течение года
4.	Витаминация с включением фруктов, соков и отвара шиповника	Ежедневно	Мед работники	В течение года
5.	Профилактика гриппа (гриппол, вакцинация)	Периодичность выполнения	Мед работники МУЗ ГПБ №10	Сентябрь-ноябрь
7.	Ароматизация помещений (чеснок) Профилактика ОРВИ лук, чеснок.	по плану профилактических мероприятий	Ст. медсестры воспитатели	2 раза в год Октябрь – апрель
8.	Физиопроцедуры	По назначению врача	Медсестра физиотерапии	В течение года
Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				

1.	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года), проветривание помещений согласно требованиям СанПиН	ежедневно	воспитатели	В течение года
2.	Прогулки на воздухе	ежедневно	воспитатели	В течение года
3.	Хожение босиком по траве, земле, асфальту	ежедневно	воспитатели	Июнь-август
4.	Хожение босиком по «дорожке здоровья»	Ежедневно после дневного сна	воспитатели	В течение года
5.	Занятие босиком в физкультурном зале	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
6.	Гимнастика после сна босиком	ежедневно	воспитатели	В течение года
7.	Умывание лица, мытье рук по локоть после сна прохладной водой	ежедневно	Воспитатели, мл.воспитатели	В течение года
8.	Контрастное обливание ног или босохождение по мокрой дорожке	После сна	Воспитатели, мл.воспитатели	В течение года
9.	Водный душ	После прогулки в летний период	Воспитатели, мл.воспитатели	Июнь-август
10.	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	воспитатели	В летний оздоровительный период
Профилактическая работа с детьми (коррекция плоскостопия, нарушение осанки)				
1.	Корригирующая гимнастика по профилактики плоскостопия и осанки	3 раза в неделю	Инструктор по ЛФК	В течение года

2. Комплексная диагностика

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами ДООУ и детской поликлиники

- Поэтапное обследование детей по скрининг программе.
- Доврачебное обследование (антропометрическая оценка физического развития детей до 3-х лет, дошкольные группы - 2 раза в год; анкетирование, измерение артериального давления в 6-7 лет).
- Осмотр детей медперсоналом (врач-педиатр, старшие медицинские сестры), определение группы здоровья.
- Врачебное обследование через профилактические осмотры детей с 2 до 4 лет бригадой врачей - специалистов детской поликлиники №5.
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений и т.д. в беседах с родителями и педагогами

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДООУ с целью динамического наблюдения за их развитием:

- Диагностика по усвоению общеобразовательной программы
- Диагностика физических качеств.

3. Организация полноценного питания

Организация питания в МДОУ №119 «Теремок» направлена на оздоровление и оптимизацию физического развития воспитанников. С целью восполнения энергозатрат, которые ребенок теряет при интеллектуальных и физических нагрузках во время пребывания в детском саду, проводится следующая работа:

1. Разработаны технологические нормативы рецептур блюд и кулинарных изделий для ДООУ.
2. Определены принципы рационального и здорового питания:

Оздоровительный, который предусматривает:

- Максимальное разнообразие рациона.
- Соответствие энергетической ценности рационов энергозатратам детей;
- Обогащение меню натуральными соками, фруктами, свежей зеленью и овощами.
- Строгое соблюдение времени и интервалов между кормлением.
- Завтрак и ужин продолжается 15–20 минут, полдник 10–15 минут, обед 20–25 минут, за 30 минут до еды обязательно должен быть отдых.
- Количество приемов пищи в день равно 4.
- Правильное количественное и качественное распределение пищи на отдельные приемы.

Эстетико-психологический:

- Сервировка стола в соответствии с возрастом ребенка, эстетично оформлена, что вызывает положительные эмоции при приеме пищи. Питание детей приближено к домашним условиям – это использование технологии семейного стола, суть которой заключается в том, что за каждым столом образуется маленькое сообщество сопотребителей.

4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

Программа «Группы здоровья» под редакцией В.Г Алямовской

Задачи программы:

- укрепление здоровья;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей, способностей;

- приобщение к традициям большого спорта.

Содержание программы раскрывается не в соответствии с возрастными группами, а по направлениям – разделам:

4.1 Организация и методика проведения разных видов физкультурно-оздоровительных мероприятий:

- Утренняя гимнастика – танцевально-ритмическая, на тренажерах, на полосе препятствий, на воздухе, смешанного типа, в виде подвижной игры, спортивной тренировки, оздоровительного бега;
- Физкультурное занятие – обычного типа, сюжетно-игровое, танцевальное, на спортивных тренажерах, занятие-прогулка, занятие-зачет, тренировка, занятие-соревнование, занятие серии «Забочусь о своем здоровье», праздники и развлечения;
- Гимнастика после сна – игровая, на тренажерах, в виде оздоровительного бега, лечебно-восстановительная, музыкально-ритмическая.

Уделяется особое внимание проведению утренней гимнастики и физкультурных занятий на воздухе, что позволяет создать оптимальный двигательный режим. Гибкость в планировании утренней гимнастики заключается в том, что на месяц составляются 3-4 комплекса, которые используются педагогом в соответствии с погодными условиями.

Использование оздоравливающих технологий на занятиях:

- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика
- Психогимнастика по методике Чистяковой
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Специальные коррекционные упражнения, рекомендуемые для использования в ДОУ
- Хожение по дорожкам «здоровья»

Комплекс психофизических мероприятий:

- психодиагностика
- психогимнастика
- элементы арттерапии
- элементы музыкотерапии
- элементы сказкотерапии
- индивидуальные и подгрупповые занятия у педагога-психолога, направленные на коррекцию познавательной и эмоциональной сферы
- обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ

Физическое развитие детей

Цель физического развития: формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Задачи физического развития		
Оздоровительные: • охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма; • всестороннее физическое совершенствование функций организма; • повышение работоспособности и закаливание	Образовательные: • формирование двигательных умений и навыков; • развитие физических качеств; • овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья	Воспитательные: • формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями; • разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

Средства физического развития		
Физические упражнения	Эколого-природные факторы	Психогигиенические факторы
Методы физического развития		
Наглядные: • наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); • наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); • тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)	Словесные: • объяснения, пояснения, указания; • подача команд, распоряжений, сигналов; • вопросы к детям; • образный сюжетный рассказ, беседа; • словесная инструкция	Практические: • повторение упражнений без изменения и с изменениями; • проведение упражнений в игровой форме; • проведение упражнений в соревновательной форме

4.2 Диагностика физического развития.

Обязательные показатели физического развития детей:

1. Антропометрия: длина и масса тела, обхват грудной клетки (вдох, выдох, экскурсия), динамометрия, спирометрия.
2. Форма грудной клетки – Деформация («куриная», «воронкообразная»).
 1. Форма ног – нормальные, Х-образные, О-образные.
 2. Стопа – нормальная, уплощённая, полая.
3. Осанка – нормальная, лордоз, кифоз, сколиоз.

Физическое развитие изучается по общепринятой методике, по показателям антропометрии, динамометрии и физиометрии, с последующим расчётом индексов (А.В. Ставицкая, Д.Н. Арон, Г.Н.Олонцева).

Используют следующие индексы:

Ростовой индекс= рост, см/вес+окр. Гр.клетки.

Весоростовой индекс= вес,г силовой индекс=сила кисти рост, см сильной рук вес, кг.

Жизненный индекс= ЖГЛ, мл индекс пропорций – рост, см вес, кг – окр. гр.,см.

Длину тела (рост) измеряют при помощи деревянного ростометра или складного металлического антропометра. При измерении ребёнок стоит спиной к вертикальной стойке, касаясь её пятками, ягодицами и межлопаточной областью. Голова ребёнка – в положении, при котором нижний край глазницы и верхний край козелка уха располагаются в одной горизонтальной плоскости. Планку опускают до соприкосновения с головойребёнка (без надавливания). Ребёнок не должен прислоняться затылком к вертикальной стойке ростометра. Измерение длины тела антропометром проводится спереди.

Массу тела (вес) определяют при помощи медицинских весов.

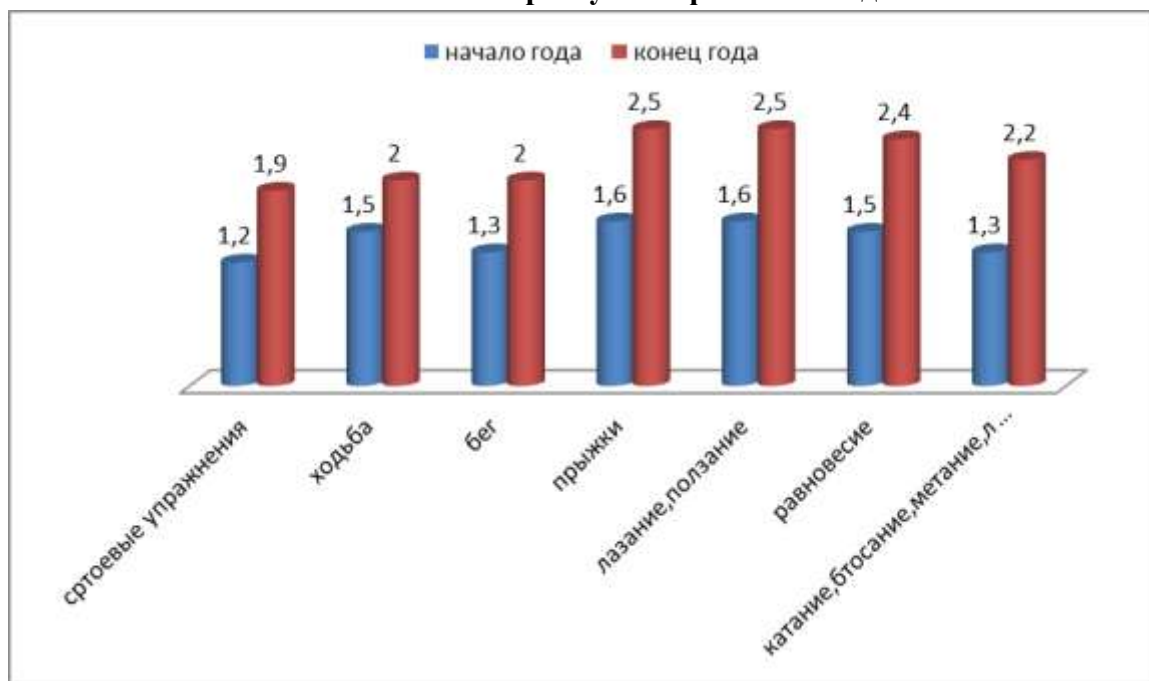
Обхват груди (окружность грудной клетки) определяется при помощи полотняной прорезиненной ленты. Лента натягивается строго горизонтально (на уровне околососковых кружков спереди, по углам лопаток сзади), мягкие ткани следует слегка прижать.

Результаты диагностики позволяют нам выделить следующие *отклонения в физическом развитии детей:*

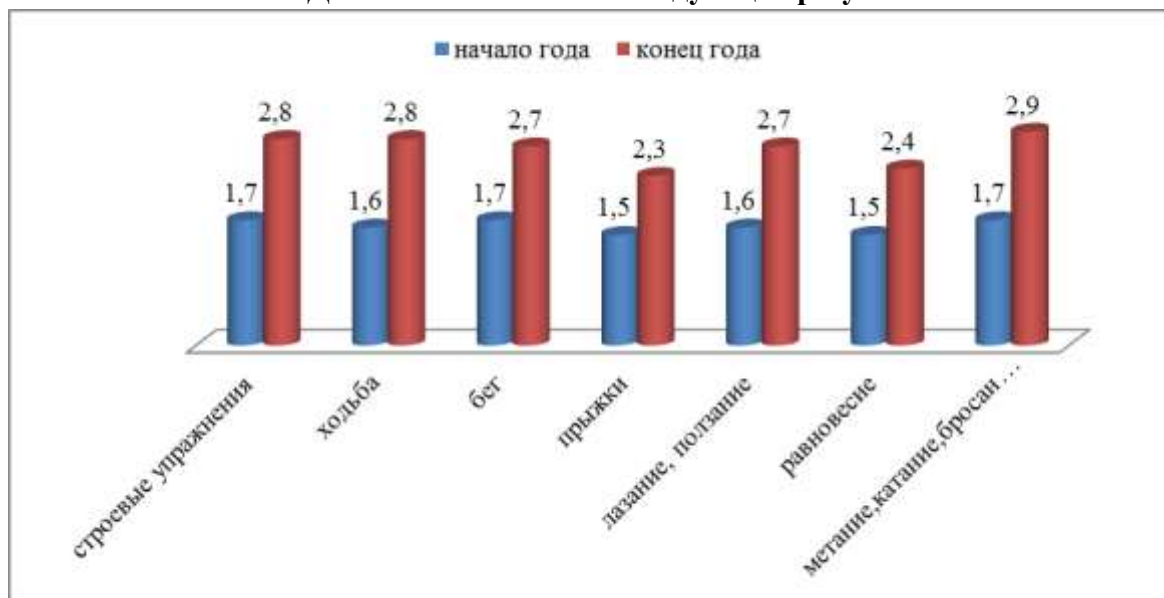
- Дефицит массы тела (такие дети подлежат наблюдению педиатром для установления причин возникновения дефицита);

- Избыток массы тела (детей необходимо направить на консультацию к эндокринологу, т.к. дети этой группы страдают ожирением);
- Низкий рост (детей необходимо направить на консультацию к эндокринологу, т.к. необходимо установить имеет ли место общая задержка физического развития или низкий рост обусловлен генетическими факторами).

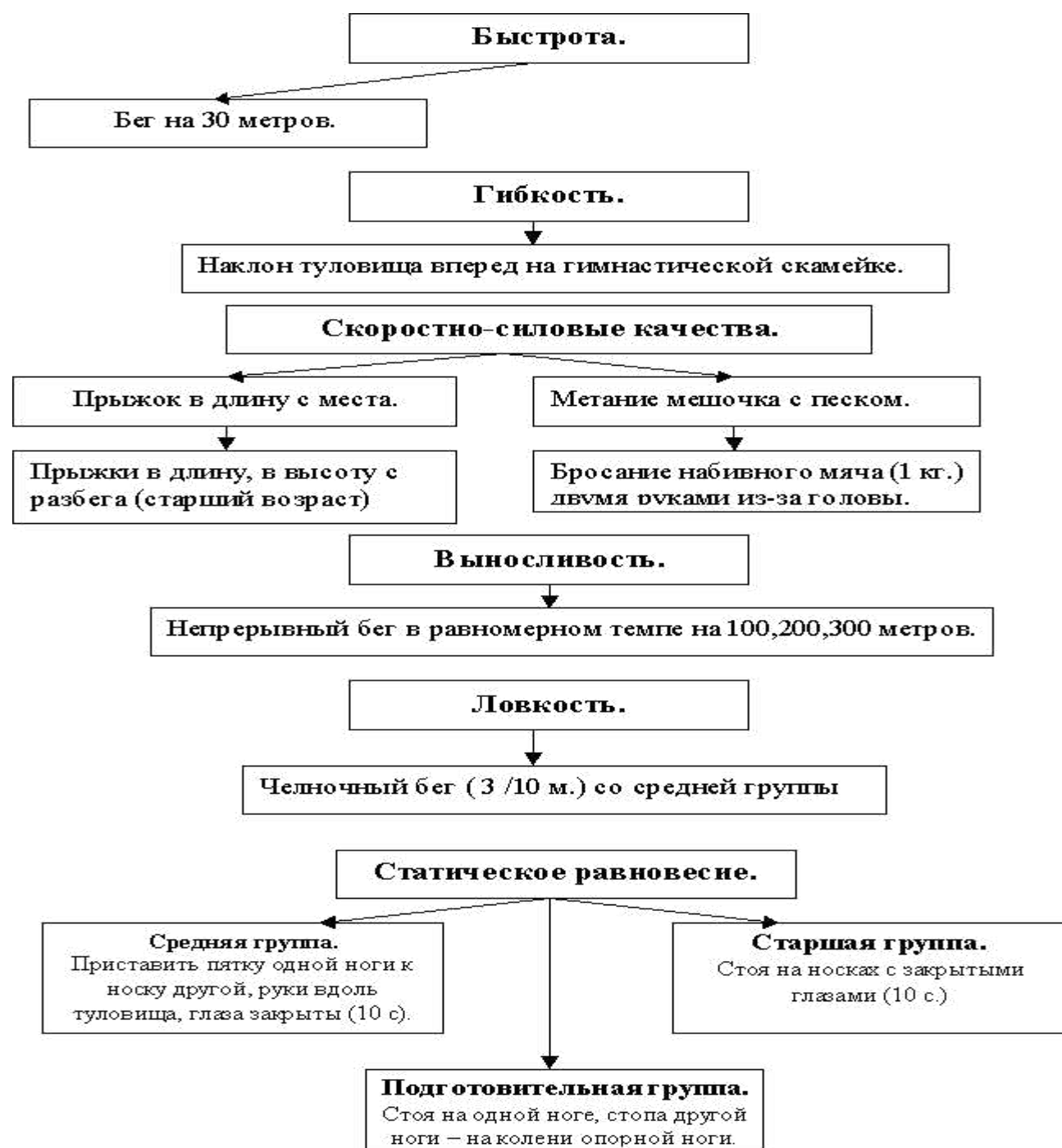
С 3-летними детьми проводилась диагностика физических качеств согласно их возрасту и их физическим данным.



Дети 4-5-лет показали следующие результаты



Структура и содержание диагностического направления (развитие физических качеств)



**Система оздоровительной работы
МДОУ №119 «Теремок»**

№ п/п	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	- Базовый режим дня по возрастным группам (холодный, теплый, летний период года); - Щадящий режим дня (в дни карантинов и повышенной заболеваемости) - - Коррекция учебной нагрузки
2.	Физические упражнения	- утренняя гимнастика; - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамические игры; - профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, йога, улучшение осанки, плоскостопия, зрения); - спортивные игры; - оздоровительный бег, ходьба - пешие прогулки (турпоход)
3.	Гигиенические и водные процедуры	- умывание; - мытье рук; - игры с водой; - обеспечение чистоты среды
4.	Световоздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное); - сон при открытых фрамугах; - прогулки на свежем воздухе (в том числе «комнатные»); - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха
5.	Активный отдых	- развлечения, праздники, забавы, игры; - дни здоровья; - каникулы
6.	Фитотерапия	- фитопитание (чай, отвары)
7.	Диетотерапия	- рациональное питание;
8.	Свето-цветотерапия	- обеспечение светового режима; - цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса
9.	Музыкотерапия	- муз сопровождение режимных моментов; - муз оформление фона занятий; - муз театральная деятельность
10.	Аутотренинг и психогимнастика	- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - игры тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний; - коррекция поведения
11.	Спецзакаливание	- босоножье, игровой массаж; - обширное умывание; - дыхательная гимнастика
12.	Физиотерапия	- тубус-кварц; электрофорез, магнит, УВЧ, СМТ, ультра звук на лор органы, Д Арсенваль, ЭВТ, ингаляции, УФО общее;
13.	Пропаганда ЗОЖ	- курс лекций и бесед; - кружок «Будь здоров, крепыш!»(Р.Б. Стеркина «Безопасность»); - кружок «Неболейка» (Л.В. Гаврючина)

4.3 Система эффективности закаливающих процедур:

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и являются необходимым условием оптимального развития ребенка.

Основные факторы закаливания:

1. Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
2. Закаливающие процедуры различаются по виду, интенсивности.
3. Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах.
4. Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.
5. Постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

- Воздушное закаливание (физкультурные занятия в зале босиком)
- Соблюдение температурного режима в течение дня.
- Водное закаливание (мытьё прохладной водой рук по локоть после дневного сна)
- Утренняя гимнастика (средние, старшие группы на свежем воздухе, младшие в спортивном зале – босиком)
- Сон без маек.
- Правильная организация прогулки, ее длительность.
- Дозированный оздоровительный бег на воздухе (течение года).
- Соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние детей.
- Гимнастика после сна (облегченная одежда, босиком)
- Ходжение по «дорожкам здоровья», «солевым дорожкам» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия)
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

4.4 Активизация двигательного режима детей:

- активизация двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- создание необходимой развивающей среды;
- проведение подвижных игр, пеших переходов во время прогулок;
- строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- проведение утренней гимнастики, физминуток, игр с движениями в свободной деятельности;

	Виды занятий	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительная работа		
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в спортивном зале. Длительность 7, 9 мин.
1.2.	Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 мин.
1.3.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами. Игры подобранными с учетом индивидуальных особенностей детей. Длительность 25-30 мин.
1.4.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин.
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 12-15 мин.

1.7.	Прогулки-походы на берег реки Волги	1 раза в месяц, вовремя, отведенное для физкультурного занятия. Длительность 60-120 мин.
1.8.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.
1.9.	Корригирующая гимнастика	2 раза в неделю или курсами ежедневно в течение 10 дней подряд с последующим перерывом. Длительность 12-20 мин. Проводится по рекомендации врача.

2. Учебные занятия

2.1.	Физическая культура	В соответствии с ООП ДО
------	---------------------	-------------------------

3. Самостоятельные занятия

3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от возрастных особенностей детей.
-----	---	---

4. Праздники и развлечения

4.1	Неделя здоровья	2 раза в год
4.2	Физкультурно – спортивные праздники на воздухе и на воде	2 -3 раза в год, внутри детского сада и городские. Длительность 25-40 минут
4.3	Игры – соревнования между детьми разных возрастных групп	1 раз в квартал на воздухе или в зале. Длительность 30 минут

5. Совместная физкультурно – оздоровительная работа ДОУ и семьи

5.1	Совместные физкультурные занятия родителей и детей	1 -2 раза в год
5.2	Участие родителей в физкультурно – оздоровительных праздниках и развлечениях	В течение года

4.5 Формирование представлений у воспитанников о здоровом образе жизни

Основная мысль - ЗОЖ не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребенка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим **направлениям**:

- Привитие стойких гигиенических навыков
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде, опасных ситуациях в быту, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях;
- Формирование привычки ежедневных физических упражнений;
- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, представлений о том, что полезно и что вредно организму;
- Выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения; понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

Факторы воздействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ:

- Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду
- Рациональное питание
- Полноценный сон
- Соблюдение оптимального температурного воздушного режима
- Психологически комфортная обстановка пребывания ребенка в ДОУ
- Социально-бытовые условия пребывания ребенка в семье, ее традиции

Работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, личностно-ориентированного общения взрослого и ребенка;
- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом);
- Обучение приемам дыхательной и коррекционной гимнастики, пальчиковой и гимнастике для глаз, самомассажу; занятиям на тренажерах, способах страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни;
- Проведение тематических занятий на группах;
- Проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю;
- Проведение недели здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.

5. Комплекс психогигиенических мероприятий:

Программа «Комфорт».

Это программа конкретных действий, направленных на обеспечение психологического благополучия детей во время их пребывания в детском саду.

Модель психологического сопровождения ребенка в ДОУ

1. Сбор информации о ребенке (индивидуальные карты НПР. 2. Наблюдение за периодом адаптации: - анкета "Готовность ребенка к детскому саду" (заполняется родителями при поступлении ребенка в детский сад); - листы адаптации (заполняют педагоги) 3. Диагностика нервно-психического развития ребенка. 4. Индивидуальная работа: - гиперактивность, - тревожность, - страхи, - отработка коммуникативных навыков у детей, - развитие эмпатии, - развитие познавательных процессов.	1. Наглядная информация: - «Адаптация ребенка к детскому саду»; - «Показатели развития»; - «Кризис 3-х лет» и др. - «Рекомендации для родителей вновь поступающих детей»; - «Адаптация ребенка к детскому саду»; - "Чем занять ребенка дома" и др. 2. Занятия для родителей с элементами тренинга, с целью оказания помощи родителям в выборе эффективных путей общения с ребенком. Темы занятий: - «Как помочь малышу адаптироваться к детскому саду». - «Хорошо и плохо, или кризис 3-х лет». - «Эмоциональное развитие ребенка раннего возраста» и др. 3. Индивидуальные консультации по запросам.	1. Групповые консультации - "Возрастные особенности ребенка с 3 до 5 лет"; Индивидуальные консультации по запросам 2. Семинар-практикум "Психолого-педагогическое сопровождение ребенка раннего возраста», цель - повышение уровня профессиональных знаний по обеспечению развития ребенка раннего возраста. Темы занятий - "Окружающая среда - основа развития ребенка раннего возраста". - "Психологический портрет ребенка раннего возраста". - "Развитие познавательных процессов ребенка раннего возраста" - "Кризис 3-х лет" 3. Консилиумы: - анализ НПР детей; - адаптации ребенка к детскому саду; - проблемы в поведении и развитии ребенка. 4. Дополнительные занятия с педагогами по улучшению их эмоционального и физического самочувствия	1. Консилиумы (психолог, медики, методист), в ходе которых обсуждается - анализ адаптации группы в целом; - анализ нервно-психического развития детей и определяется группа развития, медик оценивает состояние здоровья ребенка; - проблемные ситуации возникающие в период адаптации, в ходе воспитательно-образовательного процесса. 2. Совместная подготовка праздников (музыкальный работник, психолог, воспитатели): 3. Диспетчерская работа - Консультации у "смежных" специалистов: логопед, невропатолог.
--	--	--	---

6. Консультативно-информационная работа

6.1. Организация работы с педагогическим коллективом – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей.

Цель: Создание системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление психического и физического здоровья каждого ребенка.

Задачи:

- Внедрение новых технологических методов коррекции в психическом и физическом развитии, а также системы их социального сопровождения выпуска в школу
- Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ и технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев оценки состояния здоровья
- Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья
- Пропаганда здорового образа жизни
- Внедрение сбалансированного питания (десятидневное меню)
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов
- Максимальное обеспечение двигательной активности в детском саду, использование физминуток, релаксации, элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.
- Просветительская работа с родителями по направлениям программы «Здоровье»

Формы:

- Анкетирование
- Индивидуальные беседы
- Консультации по запросу
- Педсоветы, круглый стол, семинары - практикумы
- Праздники и досуги
- Тренинги для педагогов по сохранению собственного психологического здоровья

Организация мероприятий с педагогическим коллективом по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ:

1. Обеспечение гибкого режима дня в детском саду

2. Проведение профилактических медицинских мероприятий

- профилактическая работа с родителями и педагогами по снижению заболеваемости;
- вакцинация в соответствии с национальным календарем прививок;
- контроль за санитарным состоянием учреждения;
- контроль за питанием;
- проведение с детьми занятий по теме «Я и мое здоровье»

3. Организация и проведение мероприятий по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в детском саду:

- создание развивающей среды в группах;
- создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;
- спортивные и музыкальные праздники и развлечения;
- создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольном учреждении в целом;
- рациональное использование музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;

- использование на физкультурных занятиях и в других благоприятных режимных моментах элементов психогимнастики;
- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребенок);
- применение психолого-педагогических приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей (индивидуальные беседы и педагога-психолога с ребенком и родителями, проведение подвижных, сюжетно-ролевых и режиссерских игр и др.)

4. Обеспечение безопасного пребывания ребенка в ДОУ;

- проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;
- проведение с детьми практических занятий по теме «Опасные ситуации»

6.2. Работа с родителями, и пропаганда ЗОЖ в семье

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребенка является работа с родителями, которая заключается в привлечении родительского внимания к здоровому образу жизни в воспитании детей и привитие общечеловеческой культуры. Приобщение родителей к спортивно-оздоровительным мероприятиям, проводимым в МДОУ.

Задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- Изучение и распространение положительного семейного воспитания.
- Ознакомление родителей с основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, семинары – практикумы, консультации.
- Включение родителей в совместную работу по оздоровлению детей.

В работе с родителями использовать следующие **формы работы:**

- Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций;
- Анкетирование
- Выпуск информационных листов
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам
- Дни открытых дверей
- Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших
- Показ занятий для родителей
- Совместные занятия для детей и родителей
- Круглые столы с привлечением специалистов детского сада
- Организация совместных дел (постройка горки, расчистка участка от снега и др.)

С целью **улучшения профилактической работы** с родителями по вопросам закаливания и оздоровления ребенка старшая медсестра проводит с родителями **цикл бесед, лекций** по темам:

- Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
- Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
- Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
- Плавание – крепость здоровья.
- Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
- О питании дошкольников.
- Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
- Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя. Курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
- Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Пропаганда ЗОЖ:

- Родительские практикумы по закаливанию (инстр. по физкультуре)
- Информационный стенд (старший воспитатель)
- Родительские собрания (все специалисты)
- Консультации о ЗОЖ в семье (врач-педиатр, ст.медсестры, ст.восп., соц.педагог)
- Спортивные праздники «Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты» и др.
- Консультации, памятки, информация о безопасном поведении в быту (психолог, воспитатели)
- Совместные походы на берег реки Волги (инструктор по физической культуре)

- Организация досуга в семье (музыкальные руководители)
- Консультации о психологическом здоровье (педагог-психолог)
- Антиалкогольная пропаганда (старший воспитатель)
- Празднование Дня именинника на группах (воспитатели)
- Наглядные виды работ: выставки детских рисунков, литературы, дидактических пособий, фотовыставки.

План работы с родителями.

	Мероприятия	Ответственные, Форма проведения мероприятия	Срок проведения
1.	Консультативная помощь родителям		
	• «Коррекция плоскостопия и осанки у детей дошкольного возраста» • «Влияние точечного массажа на здоровье ребенка» • «Что такое здоровый образ жизни» • «Речь на кончиках пальцев» • «Адаптация – это серьезно» • «Что нужно сделать, чтобы снять усталость и укрепить мышцы спины» • «Страховка ребенка на спортивных снарядах и тренажерах» • «Как воспитать здорового малыша» • «Закаливание детского организма» • «Правила поведения на воде» • «Воспитание интереса к спорту у детей дошкольного возраста» • «Самомассаж и точечный массаж» • «Психологические минутки в жизни ребенка» • «Игровой массаж, как средство подготовки руки к письму»	Специалисты ДОУ: Инструктор по физической культуре. Педагог-психолог, старшая медсестра	В течение года по плану или по запросу родителей и педагогов
2.	Спортивно-музыкальные праздники и развлечения		
	«День здоровья»	Инструктор по ф/к, По плану	Сентябрь
	«День матери»	Музыкальные руководители, концерт	Ноябрь
	«Крепость мужества»	Спортивно-музыкальный праздник	Февраль
	«Всемирный день здоровья»	Детская спартакиада	Апрель
	«Здравствуй, лето»	Спортивно-музыкальный праздник	Июнь
	«Праздник Нептуна»	Спортивный праздник на воде	Июль

IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является **организация двигательной развивающей среды** в дошкольном учреждении. Анализ созданных условий показал, что в нашем детском саду имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а также для их расслабления и отдыха.

Оборудован физкультурный зал, где представлено разнообразное физкультурное оборудование, а также пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий. Несколько гимнастических скамеек, спортивные маты для обеспечения страховки и предотвращения травматизма, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, нестандартное оборудование для «игровых дорожек», оборудование для вестибулярного аппарата («диски здоровья»), мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки, для подлезания - дуги и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий. Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе (оздоровительный бег, ходьба, пешие прогулки-походы).

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в оздоровительных группах созданы спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов, учитывая возрастные особенности детей, их интересы. В оздоровительных группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего действия.

Основные компоненты здорового начала - покой и движение - должны правильно сочетаться в режиме дошкольного учреждения. Поэтому важным, на наш взгляд, было создание в группах уголков уединения. Здесь дети могут "позвонить" маме по телефону, посмотреть фотографии, просто полежать на мягких красивых подушках-креслах. Ведь психическое здоровье детей не менее важно, чем физическое. Для решения этой проблемы в детском саду работает комната психологической разгрузки, где психолог проводит с детьми различные релаксационные, тренинговые занятия, помогая дошкольникам научиться управлять своими эмоциями.

Для проведения профилактических мероприятий в нашем дошкольном учреждении имеется кабинет логопеда (логопункт) для индивидуальной коррекционной работы; медицинский кабинет, кабинет массажа и физиотерапии со специальным оборудованием: кварцевые лампы (БОД – 9, УГН – 1, ОРК – 21), бактерицидные лампы, тепловлажный ингалятор «Дельфин» F 1000, «Амаг» - магнит, УВЧ – 30, «Искра -1 Д'Арвансаль», «Амплипульс – 5» БР СМТ, «ЛОР – 3» ультразвук для ЛОР органов, «Поток – 1» для гальванизации и электрофореза.

Для реализации задач, намеченных программой «Здоровье» в дошкольном учреждении работают узкие специалисты: психолог, учитель-логопед, инструктор по физическому воспитанию, инструктор ЛФК, воспитатель-приоритет по изодетальности;

В перспективе:

- оборудование спортивной площадки для занятий на воздухе, оснащенной необходимым инвентарём и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, «полосой препятствий» для развития выносливости, гимнастической стенкой и бревном;
- оборудование физкультурного зала современным инвентарем и спортивными тренажерами, мягкими модулями, аппаратами для зонирования воздуха (кондиционерами).
- оборудование сенсорной комнаты

4.1. Организация предметно – развивающей среды ДОУ

№	Помещения	Условия	Мероприятия
1.	Спортивный зал	Спортивное оборудование для проведения занятия с детьми	• Утренняя гимнастика • Физкультурные занятия • Спортивные развлечения, соревнования • Индивидуальная работа по усвоению физических навыков и умений • Занятия по коррекции плоскостопия и нарушению осанки
2.	Музыкальный зал	Пианино, музыкальный центр, телевизор, видеомэгафнофон, бесшнуровые микротофоны, музыкальные инструменты, игрушки.	• Музыкальные занятия • Индивидуальная работа по закреплению танцевальных движений • Спектакли • Развлечения, праздники
3.	Кабинет ИЗО студии	Методические пособия, материал к ИЗО деятельности, доска	• Занятия по ИЗО деятельности • Занятия кружка «Мастерилки»
4.	Кабинет педагога – психолога, учителя - логопеда	Методические пособия, игры, игрушки стимульный материал доска	• Групповые занятия по коррекции • Индивидуальные занятия • Консилиумы с родителями

4. 2. Нормативно-правовое обеспечение программы по организации оздоровительной деятельности

Важным компонентом является изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность ДОУ по здоровьесбережению.

Для выработки концептуальной модели деятельности по здоровьесбережению нами изучено стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей, ряд нормативно-правовых документов:

1. Конституция Российской Федерации, ст.43,72
2. Семейный кодекс Российской Федерации.
3. Закон Российской Федерации «Об образовании»
4. Указ Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в

- Российской Федерации», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
5. «Конвенция о правах ребёнка»
 6. «Концепция дошкольного воспитания»
 7. Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений, утв. приказом Минздрава России от 04.04.2003 № 139
 8. Письмо Минобрнауки России от 22.04.2009 № 03-768 "О медицинском обслуживании детей в дошкольных образовательных учреждениях"
 9. Письмо Минобразования РФ от 14.03.00 №65/23 -16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».
 10. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (СанПиН 2.4.1.2660-10)
 11. Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении, утвержденное постановлением Правительства РФ от 12.09.2008г. № 666
 12. Устав образовательного учреждения.

Учтены **локальные акты**, регулирующие деятельность ДОУ по вопросам физического воспитания, такие как: образовательная программа; программа здоровья ДОУ; инструктажи; правила внутреннего распорядка; должностные инструкции специалистов; приказ об утверждении графика работы специалистов; договор со специалистами;

1. Положение о кабинете медицинской помощи детям в дошкольных учреждениях.
2. Положение о физиотерапевтическом кабинете в дошкольном учреждении.

4.3. Методическое обеспечение (программы, технологии, методические рекомендации по организации оздоровительной деятельности)

Организационно-педагогическое и психолого-педагогическое обеспечение		
1.	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим здоровьем детей	Заведующая ДОУ, зам.зав по ВМР, старший воспитатель
2.	Разработка и организация здоровьесберегающих методик в педагогическом процессе	зам.зав по ВМР, старший воспитатель, инстр. по физ.воспитанию
3.	Внедрение методических рекомендаций В.Г. Алямовской: «Ясли – это серьезно»; • «Как вырастить здорового ребенка»; • «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста»; • курс лекций «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении» Ю.Ф.Змановского «Оздоровительный бег»	зам.зав по ВМР, старший воспитатель, инстр. По физ.воспитанию, воспитатели оздоровительных групп
4.	На основе концептуальных положений «Программы воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой и основной оздоровительной программы под редакцией В.Г. Алямовской	зам.зав по ВМР, старший воспитатель, инстр. По физ.воспитанию,

	«Здоровье», педагоги занимаются поиском, изучением и внедрением следующих программ и технологий: - В.Г. Алямовская «Группы здоровья» - В.Г. Алямовская «Комфорт» Дополнительная литература: - Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» - В.Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика дошкольникам» - Л.В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» методическое пособие - Авдеева Н.Н., Стеркина Р.Б. "Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста", - М.Ф. Фомичева «Воспитание у детей правильного произношения» пособие для воспитателей детского сада; - Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина «Лечебная физкультура и массаж» методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста - Элементы точечного массажа (по А.А. Уманской) - Пальчиковая и артикуляционная гимнастика - Психогимнастика по методике Чистяковой «Дорожки здоровья» - Звуковая гимнастика Лобанова - Звуковая и вибрационная гимнастика Востокова - Лечебные игры Галанова - Игровой массаж А.Уманской и К. Динейки - Антистрессовый и интеллектуальный массажи Фрица Ауглина - Психофизическое раскрепощение и оздоровление в структурах учебного процесса В.Ф. Базарного - Методика Уманского по закаливанию детей	воспитатели оздоровительных групп
5.	Определение содержания и структуры, разработка уровней и методик диагностики физической подготовленности детей по возрастным группам	зам.зав по ВМР, старший воспитатель, инстр. по физ.воспитанию
6.	Упорядочение времени специально организованных занятий и активного отдыха детей (сокращение времени и количества занятий, проведение «Дней здоровья», гибкий график занятий)	зам.зав по ВМР, старший воспитатель
7.	Создание здорового психологического микроклимата коллектива взрослых и детей	психолог, воспитатели
8.	Введение специальных занятий (ОБЖ, занятия по ЗОЖ)	воспитатели,
9.	Проведение здоровьесбережения через все виды деятельности детей-дошкольников (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	зам.зав по ВМР, старший воспитатель
10.	Продолжение работы по совершенствованию здоровьесберегающей предметно-развивающей среды в ДОУ, введение новых эффективных моделей.	зам.зав по ВМР, старший воспитатель, воспитатели

11.	Организация работы с родителями по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей в ДООУ и в семье (проведение консультаций, лекций, стендовые сообщения)	зам.зав по ВМР, старший воспитатель, инстр. по физ.воспитанию, психолог
12.	Организация тесного и продуктивного контакта с медицинскими и социальными институтами района и города (МУЗ ГПБ № 10, школа искусств №2)	Заведующая ДООУ, зам.зав по ВМР, старший воспитатель
13.	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	Заведующая ДООУ

4.4. Педагогические технологии в образовательном процессе

Личностно ориентированные технологии воспитания и обучения –	• Игровые, проблемные ситуации • Индивидуальные беседы • Коммуникативные игры
Здоровьесберегающие технологии	• Закаливание • Дыхательная гимнастика • Гимнастика для глаз • Пальчиковая гимнастика • Ортопедическая гимнастика (профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки) • Корригирующая гимнастика • Музтерапия • Динамические паузы • Подвижные и спортивные игры
Технологии обеспечения социально психологического благополучия ребенка –	• Релаксация • Психогимнастика

4.4. Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров

Вопросы повышения педагогической культуры родителей необходимо рассматривать в тесной связи с повышением квалификации воспитателей, медицинских работников, поскольку уровень их профессионального мастерства определяет отношение семьи к детскому саду, педагогам, узким специалистам и их требованиям.

Повышение квалификации - это учебный процесс, предполагающий сохранение приобретенной квалификации, а также приведение ее в связи с изменяющейся обстановкой, доведение до уровня, который соответствует деятельности учреждения.

Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров в физкультурно-оздоровительной деятельности ставит перед собой следующие задачи:

внедрение в практику инновационных медицинских и педагогических технологий;
совершенствование планирования;
совершенствование видов и форм диагностики и контроля;
обобщение и распространение передового педагогического опыта педагогов;
совершенствование информационного обеспечения.

Педагогические работники МДОУ повышают уровень квалификации на базе ОГОУ ДПО «АИПКиП», а медицинские специалисты – ОГБОУ СПО «Астраханский базовый медицинский колледж»

V. ЦИКЛОГРАММА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1-й этап – аналитический, июнь-июль 2012г.

- анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за 2010-2012гг.
- анализ материально-технической базы и кадрового обеспечения.
- выдвижение гипотез, определение целей, задач работы.

2-й этап – разработка проекта программы – август 2012г.

- изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ
- изучение современных оздоровительных технологий
- разработка диагностических карт

3-й этап - внедрение программы – сентябрь 2012- май 2017гг

- отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей,
- методическое и организационное сопровождение,
- развитие педагогического творчества,
- сотрудничества с родителями и общественными организациями,
- группового взаимодействия.

4-й этап – итогово - диагностический –2017г.

- проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям программ.

VI. МОНИТОРИНГ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ **В ДОУ.**

Вид работы	Содержание работы	Срок	Ответственный
Диагностика профессиональных умений и качеств педагога	Изучение педагогического коллектива, деловых и личностных качеств педагогов	По мере необходимости	Заведующий ДОУ, Зам. Зав. по ВМР, ст. воспитатель, психолог
Анкетирование педагогов	Содержание определяется по мере необходимости (пример: выявление запросов, выявление профессиональной подготовленности, выявление уровня эмоционального выгорания и др.)		
Анкетирование родителей	Оценка результатов деятельности ДОУ Выявление запросов по различным темам	По мере необходимости	Заведующий ДОУ и психолог
Мониторинг состояния здоровья	Посещение детьми ДОУ, анализ причин пропуска, заболеваемости	Ежемесячно, ежеквартально,	Заведующий ДОУ, старшая м/с, педиатр поликлиники
Мониторинг по разделам образовательной программы.	Соответствие зун детей возрастной норме	2 раза в год	Зам. Зав. По ВМР, психолог, воспитатели

Мониторинг показателей физического развития детей

Для осуществления мониторинга физического воспитания и отслеживания влияния его технологий на здоровье детей необходимо иметь представление о динамике физического развития, развития физических качеств и физической подготовленности, качества развития двигательных навыков, заболеваемости.

Оценка физического развития детей

Физическое развитие детей — важный показатель состояния здоровья, который характеризуется совокупностью морфологических и функциональных параметров, обусловленных наследственными факторами и условиями окружающей среды.

При оценке физического развития детей учитываются:

- длина и масса тела, окружность грудной клетки, а у детей до 3 лет и окружность головы;
- функциональные показатели: жизненная емкость легких, коэффициент выносливости, мышечная сила кистей рук и др.;
- развитие мускулатуры, мышечный тонус, состояние осанки и опорно-двигательного аппарата.

На физическом развитии детей особенно заметно отражается влияние внешней среды: неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, недостаток воздуха, недосыпание, неудовлетворительное питание, особенности климата, неправильный режим дня, ограничения двигательной активности. В связи с этим уровень физического развития принято считать ярким показателем их здоровья, условий жизни и воспитания. На темпы физического развития оказывают влияние наследственные факторы, тип

конституции, индивидуальные особенности центральной нервной системы, интенсивность обмена веществ и др.

Физическое развитие детей закономерно меняется в течение жизни. Показатели массы и длины тела нарастают неравномерно не только в разные возрастные периоды, но и в разные сезоны. Более интенсивное нарастание массы тела у детей наблюдается в конце лета и осенью, в меньшей степени — весной и в начале лета. Это объясняется улучшением обмена веществ из-за увеличения времени пребывания детей на свежем воздухе, большей двигательной активностью, разнообразным питанием с включением достаточного количества свежих овощей и фруктов. Темпы увеличения длины тела более выражены весной и в начале лета, когда усиленная ультрафиолетовая радиация повышает фосфорно-кальциевый обмен и способствует интенсивному росту костей.

Индивидуальная оценка физического развития проводится путем сопоставления антропометрических показателей ребенка с региональными стандартами. Это позволяет выявлять отклонения в физическом развитии и принимать необходимые меры к их оздоровлению. Использование нормативов дает возможность провести групповую оценку физического развития коллектива детей в дошкольном учреждении и проследить динамику показателей, а также провести сравнительные исследования детей, посещающих и не посещающих дошкольные учреждения. Кроме того, метод групповой оценки позволяет определить степень эффективности различных физкультурно-оздоровительных технологий.

Вследствие наблюдаемой у детей акселерации стандарты физического развития периодически пересматриваются.

VII. ЗАКЛЮЧЕНИЕ. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Мы считаем, что созданная в МДОУ № 119 «Теремок» система работы по основной оздоровительной программе «Здоровье» позволит нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей, в формировании у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это даст положительный эффект в нашей работе: у большинства детей уже наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

В результате внедрения и реализации основной оздоровительной программы «Здоровье», дети из оздоровительных групп должны показать высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости и достаточный уровень развития основных движений.

Ожидаемые конечные результаты

1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
2. Воспитание в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям большого спорта (баскетбол, футбол, волейбол, ритмика).
3. Развитие основных физических качеств (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.

4. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

ЛИТЕРАТУРА:

1. В.Г. Алямовская «Ясли – это серьезно» 2000г.;
2. В.Г. Алямовская «Как вырастить здорового ребенка»;
3. В.Г. Алямовская «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста»
4. В.Г. Алямовская Курс лекций «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении»
5. «Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста» 2002г.
6. Е.А. Чекунова, Т.П. Колодяжная «Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада» 2010г.
7. Л.П. Банникова «Программа оздоровления детей в ДОУ» 2007г.
8. Л.В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» 2008г.
9. М.А. Павлова, М.В. Лысогорская «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения» 2009г.
10. Е.Ю. Александрова «Оздоровительная работа в ДОУ» 2007г.
11. В. Т. Кудрявцев, Б. Б. Егоров. «Развивающая педагогика оздоровления» – М.: Линка Пресс, 2000.
12. В.И. Орел, С.Н. Агаджанова «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях» - С-Петербург «Детство-пресс» 2006г.

ПРИЛОЖЕНИЯ

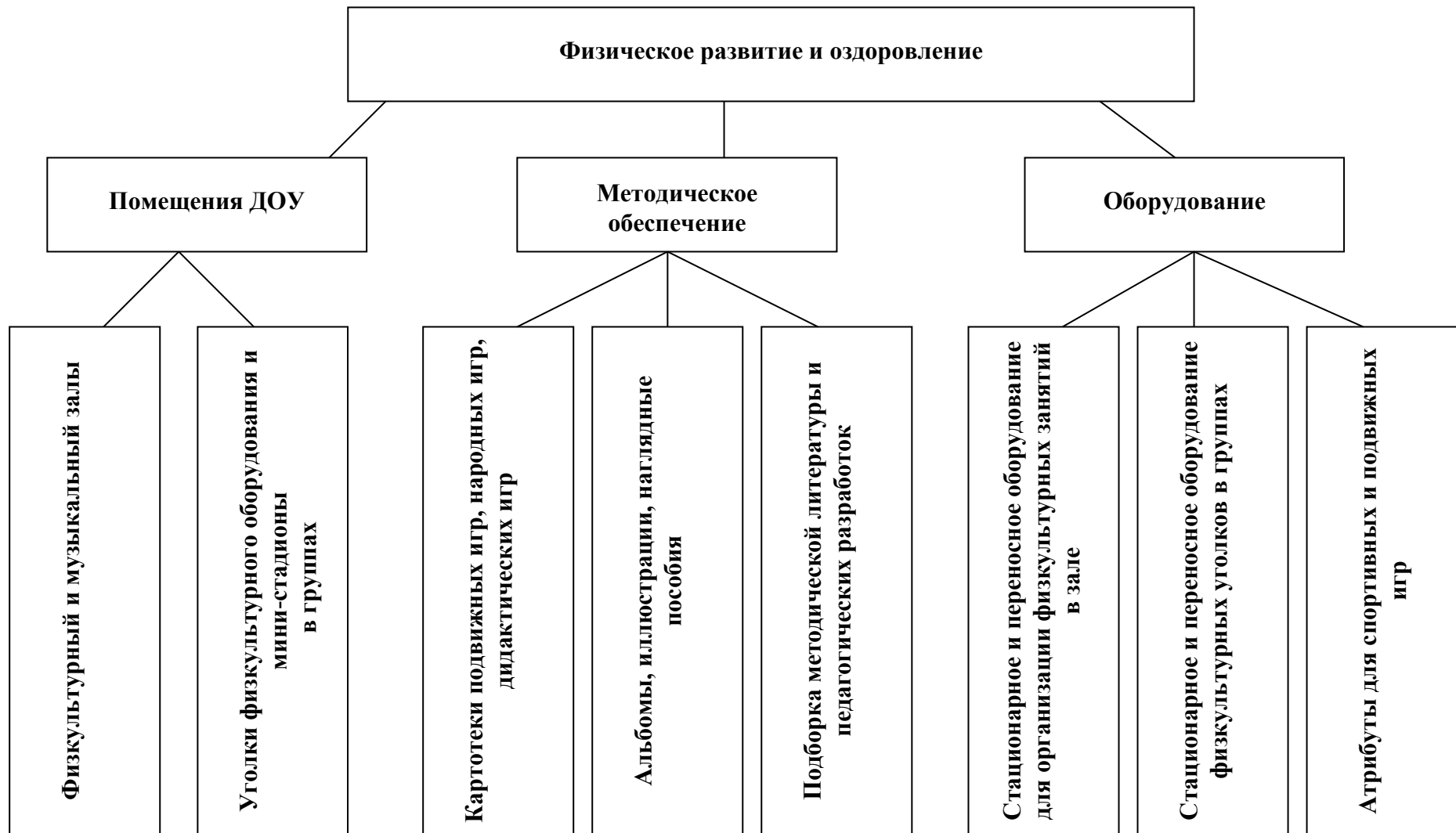
Система мероприятий по реализации программы «Здоровье»



Модель организации воспитательно-образовательного процесса в МДОУ №119 «Теремок» по программе «Здоровье»



**Модель предметно-развивающей среды МДОУ «Детский сад комбинированного вида №119 «Теремок»
по программе «Здоровье»**



Взаимодействие специалистов МДОУ «Детский сад комбинированного вида 119 «Теремок» по программе «Здоровье»

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗ.
КУЛЬТУРЕ

МУЗЫКАЛЬНЫЙ
РУКОВОДИТЕЛЬ

СТАРШАЯ
МЕДСЕСТРА

ПЕДАГОГ-
ПСИХОЛОГ

МДОУ «Детский сад комбинированного вида 119 «Теремок»

в орг

Взаим
в орг

Взаим
в организации воспитательно-образовательной работы

Работа с детьми:

- ✓ Внедрение новых форм работы с детьми по привитию у них потребности в ЗОЖ и развитию двигательных навыков и умений. Использование разных форм проведения занятий.
- ✓ Проведение спортивных праздников и развлечений.
- ✓ Секционная работа.
- ✓ Коррекционная работа
- ✓ Диагностика развития двигательных умений и физических качеств.
- ✓ Педагогический контроль за организацией двигательного режима в группах (занятия, утренние гимнастики, подвижные игры, оздоровительные паузы и т.д.)

Работа с детьми:

- ✓ Освоение образно-игровых движений с младшими дошкольниками, способствующих развитию элементарных двигательных навыков.
- ✓ Обучение посредством пения правильному носовому дыханию, необходимым условием полноценного физического развития.
- ✓ Развитие правильной осанки через танцевальные движения и правильную позу при пении
- ✓ Создание положительного эмоционального настроя посредством организации праздников и развлечений

Работа с детьми:

- ✓ Проведение уроков здоровья
- ✓ Контроль за проведением оздоровительных мероприятий: утренней гимнастики, гигиенической гимнастики, закаливания, прогулки.
- ✓ Контроль и помощь воспитателям в рациональном построении режима дня и двигательного режима.
- ✓ Контроль за соблюдением режима питания, нормами потребления продуктов, гигиеной питания, индивидуальным подходом к детям во время приема пищи.

Работа с детьми:

- ✓ Обучение детей приемам мышечного расслабления.
- ✓ Диагностика эмоционально-волевой сферы и развития психических процессов.
- ✓ Работа с часто болеющими детьми с целью предотвращения появления различных психологических проблем, связанных с частым и долгим отсутствием в ДОУ (замкнутость, застенчивость, комплекс неполноценности и т.д.)
- ✓ Контроль за взаимодействием воспитателя с инструктором по физической подготовке; за взаимодействием воспитателя и инструктора с детьми.

формы: проведения занятий.

1 ^ Проведение спортивных праздников и развлечений.

/ Секционная работа.

1 «' Использование разных форм: проведения занятий.

1 ^ Проведение спортивных праздников и развлечений.

/ Секционная работа.

способ: Использование разных форм: проведения занятий.

1 ^ Проведение спортивных праздников и развлечений.

Обучение посредством пения / Секционная работа.

способ: Использование разных форм: проведения занятий.

1 ^ Проведение спортивных праздников и развлечений.

Обучение посредством пения

способ: Использование разных форм: проведения занятий.

1 ^ Проведение спортивных праздников и развлечений.

Обучение посредством пения

Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

Создание условий для двигательной активности детей	Система двигательной деятельности + система психологической	Система закаливания	Организация рационального питания	Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья
• Гибкий режим • Занятия по подгруппам • Создание условий (оборудование спортзала, спортивных уголков в группах, спортивный инвентарь) • Индивидуальный режим пробуждения после дневного сна • Подготовка специалистов по двигательной деятельности	• Утренняя гимнастика • Прием детей на улице в теплое время года • Физкультурные занятия • Музыкальные занятия • Двигательная активность на прогулке • Физкультура на улице • Подвижные игры • Динамические паузы на занятиях • Гимнастика после дневного сна • Физкультурные досуги, забавы, игры • Спортивно-ритмическая гимнастика • Игры, хороводы, игровые упражнения • Оценка эмоционального состояния детей с после дующей коррекцией плана работы • Психогимнастика	• Утренний прием на воздухе в теплое время года • Облегченная форма одежды • Ходьба босиком в спальне до и после сна • Одностороннее проветривание во время сна (+17, +19) • Воздушные ванны • Обширное умывание • Полоскание рта • Кислородные коктейли	• Организация второго завтрака (соки, фрукты) • Введение овощей и фруктов в обед и полдник • Строгое выполнение натуральных норм питания • Соблюдение питьевого режима • Гигиена приема пищи • Индивидуальный подход к детям во время приема пищи • Правильность расстановки мебели	• Диагностика уровня физического развития • Диспансеризация детей с привлечением врачей детской поликлиники • Диагностика физической подготовленности к обучению в школе • Обследование психоэмоционального состояния детей психологом

Виды, задачи и необходимые условия для двигательной деятельности ребенка

Виды двигательной активности	Физиологическая и воспитательная задачи	Необходимые условия	Ответственный
Движение во время бодрствования	Удовлетворение органической потребности в движении. Воспитание свободы движений, ловкости, смелости, гибкости	Наличие в групповых помещениях, на участках детского сада места для движения. Одежда, не стесняющая движения. Игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движениям	Старший воспитатель, воспитатели
Подвижные игры	Воспитание умений двигаться в соответствии с заданными условиями, воспитывать волевое (произвольное) внимание через овладение умением выполнять правила игры	Знание правил игры	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Движения под музыку	Воспитание чувства ритма, умения выполнять движения под музыку	Музыкальное сопровождение	Музыкальный руководитель
Утренняя гимнастика или гимнастика после сна	Сделать более физиологичным и психологически комфортным переход от сна к бодрствованию. Воспитывать потребность перехода от сна к бодрствованию через движения	Знание воспитателем комплексов гимнастики после сна, наличие в спальне места для проведения гимнастики	Воспитатели

Обеспечение реализации основных направлений программы

Техническое и кадровое обеспечение	
Наименование мероприятия	Ответственные
Приобретение необходимого оборудования: медицинского (фитоаэронизатор, люстра Чижевского); спортивного (малые тренажеры, мячи, сухой бассейн)	Заведующая ДОУ
Осуществление ремонта физкультурного зала и санитарной комнаты.	Заведующая ДОУ, зам. зав. по АХЧ
Оборудование помещений: физкультурного зала; групповых комнат оздоровительных групп (мини-стадион, коктейль-бар, зона уединения: кресло 2 шт.); сенсорной комнаты. Оборудование спортивной площадки: беговая дорожка, яма с песком для прыжков в длину, полоса препятствий, гимнастическая стенка, бревно.	Заведующая ДОУ, зам. зав. по АХЧ, специалисты, воспитатели
Пополнение среды нестандартными пособиями: мягкими модулями, «нестандартными» ковриками (тренажеры Заикина); массажерами, зрительно-телесными тренажерами (В.Ф. Базарного).	Воспитатели
Обеспечение условий по организации опережающей квалификационной подготовки персонала дошкольного учреждения, с целью повышения квалификации и личностных качеств педагогов и специалистов для эффективной реализации оздоровительной программы «Здоровье».	Заведующая ДОУ, зам.зав по ВМР, старший воспитатель, воспитатели и узкие специалисты
Введение дополнительных услуг: хореографии, кубики Зайцева, забавный английский.	Зам.зав. по ВМР, старший воспитатель, специалисты

