

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №232»

Принято:
на заседании педагогического
совета
Протокол № 1 от 26.08.2020г.

Утверждено приказом заведующего
МДОУ «Детский сад № 232»
от 26.08.2020 № 02-11/68

ПРОГРАММА
"ЗДОРОВЬЕ"

2020

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Актуальность программы	3
3. Стратегия организации работы по укреплению здоровья детей	4
4. Анализ работы ДООУ по физкультурно- оздоровительному направлению...	5
5. Концепция деятельности ДООУ по формированию двигательного статуса дошкольников	9
5.1. Цели, задачи, основные принципы	
6. Содержание работы укреплению здоровья детей	10
7. Результативность программы «Здоровья»	21
8. Мониторинг эффективности реализации программы «Здоровья»	22
Литература	24
Приложения	25

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Здоровье», направленная на сохранение и укрепление здоровья, достижения психологического комфорта и эмоционального благополучия участников воспитательно-образовательного процесса в МДОУ «Детский сад № 232», разработана в соответствии с основной образовательной программой учреждения, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Данная модель построена на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с детьми, отражает возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста.

Программа раскрывает эффективные подходы к комплексному решению вопросов сохранения и укрепления здоровья детей, создания оптимально-комфортной среды для воспитанников; определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы.

Уровень программы: здоровьесберегающая программа для дошкольных образовательных учреждений с группами общеразвивающей направленности.

Срок освоения: 5 лет.

Целевые группы, на которые рассчитана программа: все возрастные группы детского сада.

2. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации и, в частности, в Ярославской области, поэтому нет необходимости убеждать кого-либо в актуальности проблемы здоровья детей.

На фоне экологической и социальной напряжённости в стране, на фоне небывалого роста болезней цивилизации, чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. В этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребёнка с семьёй и воспитателем, чем в школьный период, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребёнка, но и на членов его семьи.

Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребёнка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.

В связи с этим мы считаем, что проблема оздоровления детей не компания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Поэтому, перед нами встала необходимость активизации методической работы по данному направлению, в разработке программы "Здоровья", которая бы отражала систему деятельности ДОУ по здоровьесбережению детей, эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в дошкольном учреждении.

3. СТРАТЕГИЯ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Программа разработана в соответствии с нормативно- правовыми документами:

- Закон «Об Образовании в Российской Федерации».
- Конвенция ООН «О правах ребёнка».
- «Семейный кодекс РФ».
- Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43.
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» №124 – ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.)
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования.
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»
- Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы «Организация детского питания».
- Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.
- Инструктивно-методическое письмо МО РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» №65/23-16 от 14 марта 2000 г.
- Устав ДОУ.

Концептуальной основой деятельности детского сада № 232 по здоровьесбережению детей является «Основная образовательная программы дошкольного образования» в соответствии с ФГОС ДО. Работа по физическому воспитанию в ДОУ строится на основе **диагностики**, которую проводит инструктор по физкультуре с участием медицинских и педагогических работников. Результаты заносятся в карту развития ребёнка и используется специалистами при планировании работы с детьми. Результаты работы обсуждаются на медико-педагогических совещаниях и отражаются в тетрадях здоровья, оформленных в каждой группе.

Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания в детском саду осуществляют заведующая ДОУ, медсестра, врач, закреплённый поликлиникой, старший воспитатель. Данные оформляются в специальном журнале с указанием выводов и предложений.

Данные контроля и мониторинга показывают высокий **уровень профессиональной компетенции педагогов**. О значительном потенциале воспитателей свидетельствует квалификационный уровень педагогов: высшая категория - 8 человек, первая категория - 5 человек, вторая категория - 7 человека (данные самоанализа и самооценки уровня профессионального мастерства: 11 человек показывают высокий уровень, 3 человека средний уровень работы по физическому развитию детей).

В ходе мониторинга проведено анкетирование среди родителей "Какое место занимает физкультура в вашей семье" с целью выявления и распространения лучшего опыта, нахождения существующих проблем и их причин. На основе этого выработана модель стратегии и тактики работы педагогов с родителями.

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 разнообразным физкультурным оборудованием, а так же пособиями, изготовленными своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий. Уделяется большое

внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. На участке ДОУ имеется спортивная площадка.

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах созданы уголки движений, которые учитывают возрастные особенности детей, их интересы. Для обеспечения страховки, предотвращения травматизма имеются гимнастические маты. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки, для подлезания- дуги, а в младших группах изготовлены составные цветные модули "Гусеница", "Туннель". Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатели проявляют творчество и изобретательность в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения физкультурных уголков. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, что оно доступно для детей.

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, ковриках. Ведь психическое здоровье детей не менее важно, чем физическое. Для решения этой проблемы в детском саду работает комната психологической разгрузки с фитобаром, где психолог проводит с детьми различные релаксационные, тренинговые занятия, помогая дошкольникам научиться управлять своими эмоциями. Помимо этого, с целью коррекции имеющихся отклонений у детей, обеспечения их психологического комфорта психолог детского сада сотрудничает с образовательным учреждением "Центр помощи детям".

Для проведения профилактических мероприятий в нашем дошкольном учреждении имеется медицинский кабинет со специальным оборудованием.

Таким образом, можно сказать, оздоровительная среда нашего ДОУ является естественной комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами.

Однако, в нашем детском саду работает большое количество кружков и платных услуг. А интенсификация учебно-воспитательного процесса, как известно, является "фактором риска". Поэтому нами продуманы пути снижения умственной нагрузки на детей через организацию динамических пауз и рациональное распределение всех видов деятельности в течение дня.

4. Анализ работы ДОУ по физкультурно-оздоровительному направлению

Физкультурные занятия в зале и на улице, утренняя гимнастика проводятся систематически. Регулярно проводятся спортивные праздники: «Со спортом мы дружны, нам болезни не страшны», «Мы рады Зимушке-Зиме», «Зимние забавы», «Мы со спортом дружим», «Мама, папа я – спортивная семья».

По результатам контроля физкультурных занятий медицинскими работниками моторная плотность составляет 75%.

Развитие физических качеств детей (быстрота, выносливость, ловкость, сила, гибкость) находится стабильно на достаточно высоком уровне:

	высокий	средний	низкий
2017-2018 уч. год	49%	50%	1%
2018-2019 уч. год	62%	47%	1%
2019-2020 уч. год	41%	56%	3%

По данным мониторинга уровня развития физических качеств за 2014-2015 учебный год наблюдается положительная динамика:

	Начало года	Конец года
Низкий уровень	12%	3%
Средний уровень	56%	56%
Высокий уровень	34%	41%

Высокие показатели по таким физическим качествам, как быстрота, выносливость, ловкость и гибкость, чуть ниже показатели по метанию и прыжкам в длину с места.

По сравнению с началом учебного года *показатели физического развития детей улучшились на 20%*.

Уровень усвоения программы по образовательной области «Физическое развитие»:

2019-2020 уч. г.		2018-2019 уч. г.
Начало года	Конец года	
Н-13%	Н-0%	Н-6%
СР-59%	СР-25%	СР-28%
В.ср.-28%	В.ср.-50%	В.ср.-31%
В.- %	В.-25 %	В.-35%

Педагогическим коллективом велась целенаправленная работа по реализации поставленных задач на год. Основными направлениями работы по охране жизни и укреплению здоровья детей являлись:

- Организация эффективного здоровьесберегающего пространства в ДОУ.
- Совершенствование форм физического развития и укрепления здоровья детей в соответствии с ФГОС

В группах проводятся в системе закаливающие процедуры, двигательный режим, утреннюю гимнастику, физ. минутки на занятиях, физкультурные занятия, праздники и досуги, на прогулках организовывали подвижные и спортивные игры, выполняли двигательный режим детей в детском саду.

Показатели здоровья	2017	2018	2019	2020 (январь-май)
Пропуск одним ребенком	16,7	14,2	17,2	7,4
Индекс здоровья	10,5	11,5	10,6	11,1
Количество детей, не болевших в году	27	31	28	28
Списочный состав детей	270	271	271	250
Среднегодовое количество детей	170	172	165	180
Общее количество дней, пропущенных детьми по болезни	4434	3818	4673	1831

Общее количество дней, пропущенных детьми по другим причинам	19059	18294	19165	4856
Количество детей, состоящих на «Д» учете	36	36	46	46

Положительный результат по физическому развитию был достигнут благодаря:

1. использованию условий, созданных в ДООУ для развития двигательных способностей детей;
2. систематическому проведению непосредственной образовательной деятельности в зале и на воздухе с детьми всех возрастных групп;
3. квалифицированной работе инструктора по физической культуре Меланьиной И.Н., работающей в контакте с педагогами и родителями;
4. использование принципов Ю.Ф. Змановского: частая смена упр. при многократной повторяемости, цикличность упр., создание условий для положительных эмоций, тесная взаимосвязь с педагогами и родителями.
5. развитию гибкости способствовали занятия детей в кружках оздоровительной гимнастик, детского фитнеса, ритмической гимнастики. Развитию ловкости, быстроты способствовали оптимизация двигательного режима, систематически и неоднократно проводимые воспитателями в режиме дня подвижные игры, эстафеты, спортивные праздники.
- б. в течение всего года проводился медико–педагогический контроль с анализом непосредственной образовательной деятельности по физической культуре с выявлением позитивных, негативных сторон и последующим их устранением.

Обеспечить воспитание здорового ребёнка можно только при условии сотрудничества медицины и педагогики, чётко организованного медико-педагогического контроля, в который входит:

- медицинское обследование состояния здоровья и физического развития детей, определение на его основе мер по улучшению данной работы;
- медико-педагогические наблюдения за методикой физического воспитания и закаливания детского организма, за физиологической реакцией детей, соответствием нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям;
- санитарно - педагогический надзор за местами, где проводятся физкультурные занятия и закаливающие процедуры, за гигиеническим состоянием оборудования, пособий, одежды и обуви занимающихся детей.

Вся работа по физическому воспитанию детей строится с учётом их физической подготовленности имеющих отклонений в состоянии здоровья.

Особое внимание в режиме дня уделяется проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

Для этого необходимы:

- чёткая организация теплового и воздушного режима в помещении;
- рациональная, не перегревающая одежда детей;
- соблюдение режима прогулок во все времена года;
- гигиенические процедуры (умывание и обливание рук до локтя прохладной водой, полоскание рта кипячёной водой комнатной температуры или с добавлением лекарственных трав и др.);
- хождение босиком по ребристой дорожке;
- воздушные ванны в комплексе с дыхательной гимнастикой

В комплексе закаливающих процедур, оберегающих нервную систему детей от перегрузок, особую роль играет правильно организованный дневной сон. В связи с этим воспитатели учитывают следующие моменты:

- обеспечивают в момент подготовки ко сну спокойную обстановку;
- проветривают спальное помещение перед сном со снижением температуры воздуха на 3-5 градусов;
- для быстрого засыпания детей используют сказу- и музыкотерапию.

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того, чтобы она действительно давала эффект, педагоги меняют последовательность видов деятельности детей на прогулке в зависимости от характера предыдущего занятия и погодных условий.

Функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды способствуют физические упражнения на свежем воздухе в различных формах: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, спортивные игры и развлечения.

Инструктор по физкультуре использует разнообразные варианты проведения физкультурных занятий:

- занятия по традиционной схеме;
- тематические и сюжетные занятия;
- занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;
- занятия-тренировки в основных видах движений;
- ритмическая гимнастика – занятия, состоящие из танцевальных движений;
- занятия-соревнования, где в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей;
- занятия-зачёты, во время которых дети сдают физкультурные нормы по выполнению основных движений на время. скорость, расстояние;
- самостоятельные занятия, когда ребёнку предлагается определённое время, и он самостоятельно тренируется, после чего воспитатель проверяет выполнение задания;
- занятия серии «Здоровье», где детям даются представления о строении собственного тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививает элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи (эти занятия имеют большое значение в воспитании у ребёнка потребности в здоровом образе жизни).

Для предупреждения заболеваемости детей применяем витаминотерапию, полоскание горла настоями трав, противовирусные средства, адаптогены, точечный массаж и т.д.

Вопросы воспитания здорового ребёнка решаем в тесном контакте с семьёй.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в дошкольном учреждении созданы определённые условия.

Материально-техническое обеспечение ДОУ

Материально-техническое оснащение и оборудование, пространственная организация среды ДОУ №232 соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям. Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОУ созданы следующие условия:

- спортивный зал со спортивными комплексами и спортивным инвентарем; (гимнастические стенки, батуты, балансиры, гимнастические мячи, различные тренажеры, бегущая дорожка, гимнастический станок и т.д.);
- спортивная площадка для подвижных и спортивных игр;
- физкультурные уголки (во всех группах);
- медицинский блок (изолятор и процедурный кабинет)

- кварцевые лампы в групповых и специальных помещениях;
- музыкальный зал;
- кабинет психо- физической разгрузки.

5. КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

5.1. Основная цель, которую ставит перед собой коллектив ДООУ - это сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья. Педагогическим коллективом нашего детского сада были разработаны **принципы организации деятельности педагогов**. Это:

- принцип научности - подкрепление всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно- воспитательного процесса;
- принцип активности, сознательности - участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;
- принцип адресованности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья;
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение помощи и поддержки, гарантия положительного результата.

В процессе нашей деятельности мы стремимся **решить следующие задачи**:

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;
- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Наиболее эффективными **формами взаимодействия являются**:

- утренняя гимнастика, ритмика;
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- занятия, прогулки, дальние прогулки;
- совместные досуги с родителями и младшими школьниками;
- спортивные праздники и развлечения;
- кружки "Будь здоров, малыш!", «Детский фитнес»".

Реализация оздоровительной деятельности МДОУ - это четкая интеграция профилактического и организационного направления, педагогического и физически - формирующего воздействия на ребенка специфическими и неспецифическими средствами, целостной организацией педагогического процесса.

Профилактическое направление включает в себя обеспечение благоприятного течения адаптации через систему мероприятий, выполнение сангигиенического режима, проведение обследования по скрининг-программе и выявление патологий, предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики, проведение

социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационное направление ориентировано на организацию здоровьесберегающей среды в ДОУ, определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики, составление индивидуальных планов оздоровления, изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик, систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров, пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

На основе концептуальных положений ООП педагоги реализуют в своей работе следующие программы и технологии:

- Ю.Ф. Змановский «Здоровый дошкольник»
- Глазырина Л.Д. "Физическая культура - дошкольникам",
- Ефименко Н. "Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста",
- Авдеева Н.Н., Стеркина Р.Б. "Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста".

В рамках концепции деятельности ДОУ инструктором по физкультуре разработана своя концептуальная модель деятельности.

6. СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПО УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

На повышения двигательного статуса детей оказывает большое влияние двигательный режим. Вся физкультурно-оздоровительная работа в детском саду строится с учётом структуры усовершенствованного двигательного режима для детей младшего и среднего, старшего дошкольного возраста.

Уменьшение удельного веса движений в режиме дня отрицательно сказывается на формировании всех систем и, несомненно, понижает защитные силы детского организма. Оптимизации двигательного режима отводится, таким образом, ведущая роль в воспитании здорового ребёнка.

Режим двигательной активности детей

Вид занятий и форма двигательной деятельности	Младший дошкольный возраст		Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст		Особенности организации
1. Учебные занятия в режиме дня						
1.1. По физической культуре.	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.	2 раза в неделю в физкультурном зале и 1 раз на улице. В теплое время года занятия проводятся на улице.

2. Физкультурно-оздоровительные занятия						
2.1. Утренняя гимнастика.	5 мин.	5-7 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	10 мин.	Ежедневно в группах, в физкультурном и музыкальном залах. В теплое время года на улице.
2.2. Двигательная разминка между НОД			3-5 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.	Ежедневно.
2.3. Физкульт-минутка.	1.5-2 мин.	1.5-2 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий и состояния детей.
2.4. Подвижные игры и физические упражнения на прогулках.	5-7 мин.	7-10 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	Ежедневно, во время прогулок, организуются воспитателем.
Подвижные игры и физические упражнения в группе	5-7 мин.	7-10 мин.	7-10 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	Ежедневно утром и вечером по 1-2 подвижной игре
2.5. Индивидуальная работа с детьми по освоению ОВД.		5-8 мин.	5-8 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	Ежедневно, во время дневной прогулки.

2.6. Гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, самомассаж, закаливающие мероприятия в сочетании с упражнениями на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	3-5 мин. Игровые упражнения в кроватках, игровой массаж, упражнения для профилактики плоскостопия, контрастное воздушное закаливание	8 -10 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	Ежедневно, после дневного сна (дыхательная гимнастика – со средней группы, самомассаж – с 1 мл. гр.)	
3. Активный отдых						
3.1. Целевые прогулки		10-15мин.	15-20мин.	25-30мин.	25-30мин..	Младшие, средние группы-1 раз в месяц. Старшие, подготов.группы- 1раз в 2 недели.
3.2. Физкультурно-спортивные праздники		15-20 мин	20-30 мин.	30-40мин.	30-40 мин.	2 раза в год на открытом воздухе или в зале.
3.3. Дни здоровья, каникулы.						Дни здоровья- 1 раз в квартал Каникулы-2раза в год (декабрь, март). Отменяются все виды учебных занятий. Двигательный режим насыщается играми, музыкальными развлечениями, спортивными играми и упражнениями, соревнованиями, трудом на природе,

						художественным творчеством и т.д.
3.4. Самостоятельная двигательная деятельность.						Ежедневно (в группе и на прогулке), под руководством воспитателя. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья.

Организационной формой в этом двигательном режиме являются **физкультурные занятия**. При проведении занятий инструктор по физкультуре использует как традиционные, так и нетрадиционные формы занятий: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты, на спортивных тренажерах и др. Кроме этого, инструктор по физкультуре применяет на практике авторские разработки занятий, построенные на основе положений и принципов программы Ю. Ф. Змановского «Здоровый дошкольник». Процесс обучения на занятиях носит дифференцированный, вариативный характер. Используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию. Педагоги включают в свою деятельность цикл занятий "Познай себя".

Параллельно с физическим развитием идёт обучение детей основам культуры здоровья. Валеологический материал органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности. С детьми разучиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, дыхательной системы, формируются навыки самомассажа.

Нами разработана **система оздоровительной работы** по следующим направлениям:

- использование вариативных режимов дня и пребывания ребёнка в ДОУ;
- психологическое сопровождение развития;
- разнообразные виды организации режима двигательной активности ребёнка;
- система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни;
- организация питания;
- оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.

В целях оздоровления организма ребёнка во всех группах проводятся различные виды закаливания. В яслях это воздушные ванны и ходьба по корригирующим дорожкам. В младшей и средней группах добавляется дыхательная гимнастика и точечный массаж. В старших группах - массаж стопы, обширное умывание по методу Уманского, гимнастика «пробуждения», уход за полостью рта.

Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Продолж-ть, мин.
1	2	3	4	5
1. Организация двигательного режима в ДОУ				
1.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Утро, по расписанию	7-10
1.2	Занятия по физической культуре в зале и на улице	Все группы	По расписанию занятий	15-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Все группы	По необходимости	3-5
1.4	Физкультминутка	Все группы	Во время занятий	3-5
1.5	Гимнастика после дневного сна	Все группы	ежедневно	3-5
1.6	Музыкально-ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	15-30
1.7	Физкультурные занятия детей вместе с родителями	Ранний возраст	1 раз в неделю	15
1.8	Самостоятельная двигательная активность детей	Все группы	ежедневно	Не менее 20-45
1.9	Гимнастика для глаз	Все группы	ежедневно на занятиях	
1.10	Пальчиковая гимнастика	Все группы	ежедневно	
1.11	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей	Все группы	Во время прогулок	Не менее трех часов
1.12	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все группы	В свободное от занятий время	30-40
1.13	Физкультурный досуг	Все группы	Один раз в месяц по плану	40-60
1.14	Соревнования, эстафеты	Подготовит. группа	По плану	40-60
1.15	Спортивные праздники	Все, кроме 1 младшей гр.	Два раза в год	60

1.16	Кружковая работа: Детский фитнес Занимательная оздоровительная гимнастика для малышей Танцевально - ритмическая гимнастики	Средние, старшие гр 2 младшие группы Все группы	Один раз в неделю	20-30 15-20 От 15 до 30
1.17	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: Неделя здоровья «Папа, мама, я – спортивная семья» «Веселые старты»	Все группы	Ежеквартально	30
1.18	Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	Ежедневно	12-15
2. Оздоровительная работа с детьми				
2.1	Закаливающие мероприятия: прием детей на улице проветривание помещений воздушные ванны гимнастика после сна обширное умывание босохождение	Все группы Все группы Все группы Все, кроме 1 мл. группы Все, кроме 1 мл. гр	В зависимости от погоды По графику После сна После сна После сна После сна, летом по траве	50 СанПиН 5-10 7-10
2.2	Обеспечение здорового ритма жизни щадящий режим (адаптационный период); гибкий режим	Ранний возраст	По плану	
2.3	Гигиенические и водные процедуры: умывание; мытьё рук; местный душ (в летний период); игра с водой;	Все группы	По режиму дня; в соответствии с гигиеническими требованиями	
2.4	Свето-воздушные ванны: проветривание помещений; сон при открытых фрамугах; прогулки на свежем воздухе; обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы	ежедневно	

2.5	Арома- и фитотерапия: ароматизация помещений; сеансы фитоаэронинизации; фитопитание (чай, отвары)	Все группы	2 раза в год по 2 недели	
2.6	Профилактические мероприятия: Самомассаж стоп Полоскание рта и горла	Ст. и подгот. гр Все дош.гр	На физ. занятиях Ежедневно после обеда.	По плану
2.7	Свето – и цветотерапия: обеспечение светового режима; цветовое и световое сопровождение среды и образовательного процесса	Все группы	ежедневно	
2.8	Музтерапия: музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона занятий; музыкально – театральная деятельность вокальное и хоровое пение	Все группы	Ежедневно по учебному плану	15-30
2.9	Аутотренинг и психогимнастика: игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; коррекция поведения	Все группы	по плану педагога - психолога	15-30
2.10	Просветительская работа: уголки здоровья	Все группы	постоянно	
3. Коррекционная работа				
3.1	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия	Все	На физкультурных занятиях	3-5
3.2	Упражнения на формирование правильной осанки	Все	На физкультурных занятиях	3-5
3.3	Наличие паспорта закрепления мебели в соответствии с ростовыми данными детей и маркировка согласно ГОСТу, своевременная корректировка на основе антропометрии	Все	В течение года	

4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни				
4.1	Формирование навыков личной гигиены: наличие индивидуальных туалетных принадлежностей, демонстрация схем, моделей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий, беседы о необходимости выполнения правил личной гигиены демонстрация информативного и дидактического материала	Все	В соответствии с режимом дня групп	-
4.2	Формирование навыков культуры питания: сервировка стола эстетика подачи блюд этикет приема пищи и т.д.	Все	В соответствии с режимом питания	-
4.3	Формирование у дошкольников общего представления о значении здоровья для человека; Формировать основные первоначальные навыки сохранения своего здоровья Познавательные занятия цикла «Нехворайка» «Познай себя»	Все дошколь-ные гр.	16 занятий в год	15-30 минут

Реализация направления «Физическая культура» в образовательной программе

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры, гармоничное физическое развитие.

Задачи:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями) ;
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Возраст	Задачи	Перечень парциальных программ и технологий Дидактические и методические пособия
3-4 года	<ol style="list-style-type: none"> 1. учить ходить и бегать свободно, не наталкиваясь друг на друга, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног 2. учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях 3. учить отталкиваться 2 ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места 4. учить отталкивать мячи при катании, бросании 5. учить ловить мяч 2 руками одновременно 6. учить хвату за перекладину во время лазанья, учить ползать 7. учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии 	<p>Змановский Ю.Ф. «Здоровый дошкольник»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. – М., АРКТИ, 1999. 2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. – М., Мозаика-Синтез, 2009. 3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. – М., 2008. 4. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2005
4-5 лет	<ol style="list-style-type: none"> 1. учить формировать правильную осанку 2. учить ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног 3. учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы 4. учить отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на 2 ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве 5. учить прыгать в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие 6. учить прыгать через короткую скакалку 7. учить принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди) 8. учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения 9. развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость 10. учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно выполнять правила игры 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. – М., АРКТИ, 1999. 2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. – М., Мозаика-Синтез, 2009. 3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. – М., 2008. 4. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2005.

5-6 лет	<ol style="list-style-type: none"> 1. продолжать формировать правильную осанку, осознанно выполнять движения 2. совершенствовать двигательные умения и навыки, развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость 3. учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий 4. учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп 5. учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении 6. учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч 1 рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе 7. учить ориентироваться в пространстве 8. учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам 9. приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место 10. поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. – М., АРКТИ, 1999. 2. Глазырина Л.Д. Физическая культура в старшей группе детского сада. – М., Владос, 2005. 3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. – М., 2008. 4. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2005. 6. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных учреждений. – М., Мозаика-Синтез, 1999. 7. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М., Просвещение, 2003
6-7 лет	<ol style="list-style-type: none"> 1. формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности 2. воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности 3. совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения 4. закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге 5. учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега 6. добиваться активного движения кисти руки при броске 7. учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе 8. развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость 9. продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. – М., АРКТИ, 1999. 2. Глазырина Л.Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада. – М., Владос, 2005. 3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. – М., 2008. 4. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2005. 6. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для

<p>10. закреплять навыки выполнения спортивных упражнений</p> <p>11. учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы</p> <p>12. обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию</p> <p>13. продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения</p>	<p>дошкольных учреждений. – М., Мозаика-Синтез, 1999.</p> <p>7. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.,</p>
---	---

Программа деятельности ДООУ по расширению двигательного статуса детей предусматривает **взаимодействие с социумом:**

- Горизонтальную преемственность: взаимодействие с другими видами деятельности дошкольников, создание у ребенка целостной картины мира,
- Вертикальную преемственность: расширение их кругозора через организацию взаимодействия с социумом.

Все эти формы взаимодействия с детьми позволяют выработать разумное отношение детей к своему организму, привить необходимые культурно-гигиенические навыки, наилучшим образом приспособить ребёнка к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды.

Формы работы с родителями:

1. Родительские собрания
2. Детско-родительские проекты
3. Консультации.
4. Мастер-классы
5. Информационные стенды
6. Совместные досуги и праздники.
7. Анкетирование
8. Фотогазеты.
9. Распространение семейного педагогического опыта на страницах внутрифирменной газеты.
10. Консультации на сайте.

Взаимосвязь между специалистами

Для сохранения и укрепления здоровья детей в ДООУ поддерживается постоянная связь между воспитателями и специалистами ДООУ, врачом-педиатром и врачами узкой специализации МУЗ КБ № 8. По результатам мониторинга, по назначению педиатров и врачей узкой специализации, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия.

Функциональные обязанности работников ДООУ в рамках реализации программы «Здоровье»

Заведующая ДООУ:

- общее руководство по внедрению программы
- анализ реализации программы - 2 раза в год
- контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей

Воспитатели :

- внедрение здоровьесберегающих технологий

- включение в физкультурные занятия
- проведение упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, упражнений на релаксацию, дыхательных упражнений, закаливающих мероприятий
- сниженная температура воздуха
- облегченная одежда детей
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- пропаганда здорового образа жизни
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий: закаливания, дыхательной гимнастики, самомассажа
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей
- реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану
- определение показателей двигательной подготовленности детей

Заместитель заведующей по АХЧ:

- создание материально-технических условий
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы
- создание условий для предупреждения травматизма в ДОУ
- обеспечение ОБЖ

Повар:

- организация рационального питания детей
- контроль за соблюдением технологий приготовления блюд
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке

Младший обслуживающий персонал:

- соблюдение санитарно-охранительного режима
- помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий

7. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

Мы считаем, что созданная в детском саду система по здоровьесбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. Данные выводы подтверждают показатели состояния здоровья и физического развития детей за 3 предыдущих года

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

Дети показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений у детей.

Ожидаемый результат:

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:

1. улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
2. улучшение показателей развития физических качеств у детей;
3. рост компетентности педагогов по качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;

4. увеличение количества авторских инновационных здоровьесберегающих разработок;
5. активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%.
6. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду.
7. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
8. Создание современной предметно-развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;

8. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

В оценке эффективности проведенных физкультурно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости детей в течение года в сравнении с заболеваемостью за предшествующий год. Кроме того, эффективность оздоровления детей оценивается по следующим показателям:

- положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- нормализация показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия).
- снижение числа дней посещения ДОО, пропущенных одним ребенком за год;
- повышение индекса здоровья;
- показатели развития физических качеств детей;
- положительное психо-эмоциональное состояние детей в детском саду;
- авторские здоровьесберегающие разработки в образовательном пространстве ДОО;
- степень информационной грамотности родителей по соблюдению преемственности в использовании принципов здоровьесбережения детей в семье;

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки	Ответств
1. Состояние здоровья воспитанников	Посещаемость, заболеваемость детей	Карта анализа посещаемости и заболеваемости	Ежемесячно	Ст.мед.сестра
	Группы здоровья детей	Профилакт. осмотр детей:	Октябрь, апрель	Врач

	Физическое развитие детей: Индекс Пинье (показатель пропорциональности физического развития)	Углубленный медосмотр Антропометрия	Октябрь, апрель	Специалисты дет. п-ки №8
2. Эмоциональное благополучие детей в детском саду	Уровень адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ. Отношение детей к детскому саду	Адаптационный лист. Цветовой тест Люшера	Сентябрь-Ноябрь Март- апрель	
3. Развитие основных физических качеств	Уровень развития физических качеств (<i>сила, ловкость, гибкость, выносливость ...</i>)	Физкультурный комплекс нормативов, Т.И.Бабаева и др. Мониторинг в детском саду.- СПб.:2011	Сентябрь, май	Инструктор по физкультуре

Список литературы

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
2. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. - М., 2001.
3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2002.
4. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. - М.: АПКИПРО, 2003.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе воспитателя и ДОУ. -М.: АРКТИ, 2003.
6. Солдатченко С.С., Кащенко Г.Ф. и др. Ароматерапия. Профилактика и лечение заболеваний эфирными маслами. "Таврида", Симферополь, 1999.
7. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.29 – 34.
8. Ткачева В.И. Играем каждый день // Методические рекомендации. - Мн.: НИО, 2001.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1
АЛГОРИТМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

<p style="text-align: center;">Выявление физической подготовленности дошкольников: развития двигательных качеств детей при беге, прыжках в длину с места и разбега, в высоту с разбега; метании мешочка с песком; Развития физических качеств (быстроты, гибкости, скоростно - силовых качеств, выносливости, ловкости, статического равновесия)</p>
<p style="text-align: center;">Постановка познавательных, воспитательных целей и задач.</p>
<p style="text-align: center;">Поиск и отбор новых программ и технологий, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей.</p>
<p style="text-align: center;">Отбор содержания, форм, методов для "проживания" детьми физкультурно - оздоровительной деятельности.</p>
<p style="text-align: center;">Анализ показателей двигательных и физических качеств, приобретенных детьми за учебный год.</p>

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2
МОДЕЛЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ С ПЕДАГОГАМИ

Ребенок					
Цель: способствовать развитию социально - активной, физически развитой, творческой личности через осознание ребенком своих способностей.					
«Программа воспитания и обучения в детском саду» под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой.					
Специалисты					
Музыкальный руководитель		Инструктор по физкультуре		Педагог - психолог	
Развитие координации движений, пластичности		Укрепление здоровья совершенствование двигательного статуса ребенка.		Тренировка подвижности нервных процессов, обогащение эмоциональной сферы	
Программы, технологии.					
"Музыкальные шедевры"- О.П. Радынова	"Ритмическая мозаика" А.И. Буренина	Глазырина Л.Д. "Физическая культура дошкольника".	Ю.Ф.Змановский «Здоровый дошкольник»	Технология Михайловой, Непомнящей "Развивающие игры".	"Азбука общения" Шипицына, "Сказкотерапия"
Формы работы.					
Занятия (сюжетные, тематические, комплексные, интегрированные), Праздники, развлечения, досуги, концерты.					
Результат					
Создание условий для развития индивидуальности ребенка через осознание своих возможностей, способностей, интересов.					

ПРИЛОЖЕНИЕ № 3
СТРУКТУРА ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
МЕТОДИК, ТЕХНОЛОГИЙ В УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС ДЕТСКОГО САДА
№ 232

I Вводный этап. Подготовительный.



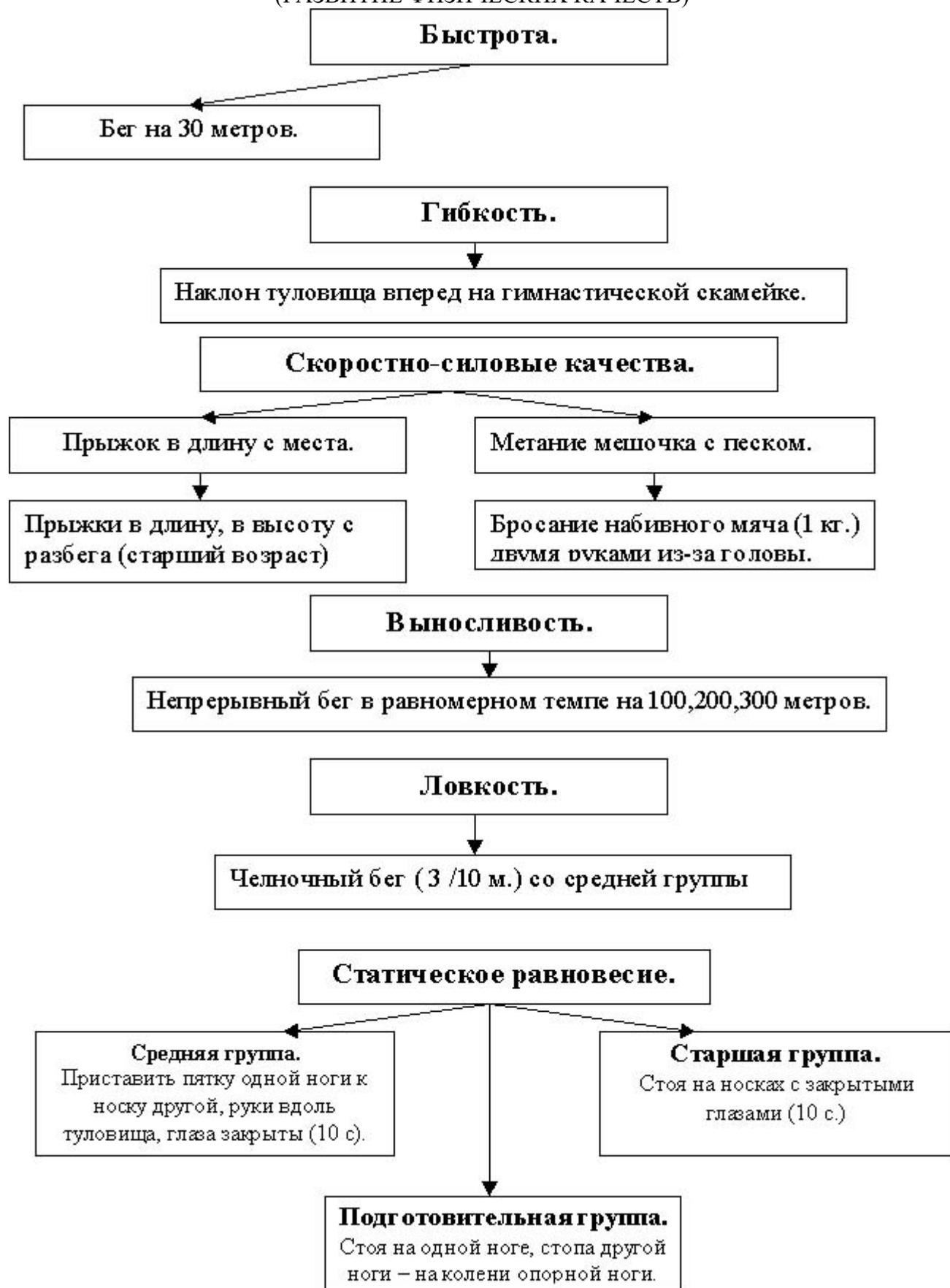
II Основной этап. Практический.



III Заключительный этап. Аналитический.



ПРИЛОЖЕНИЕ № 4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ
(РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ)



ПРИЛОЖЕНИЕ № 5
АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
"КАКОЕ МЕСТО ЗАНИМАЕТ ФИЗКУЛЬТУРА В ВАШЕЙ СЕМЬЕ"

1. Ф.И.О., образование, количество детей в семье.

2. Кто из родителей занимается или занимался спортом? Каким?

3. Есть в доме спортивный снаряд? Какой?

4. Посещает ли ваш ребенок спортивную секцию? Какую?

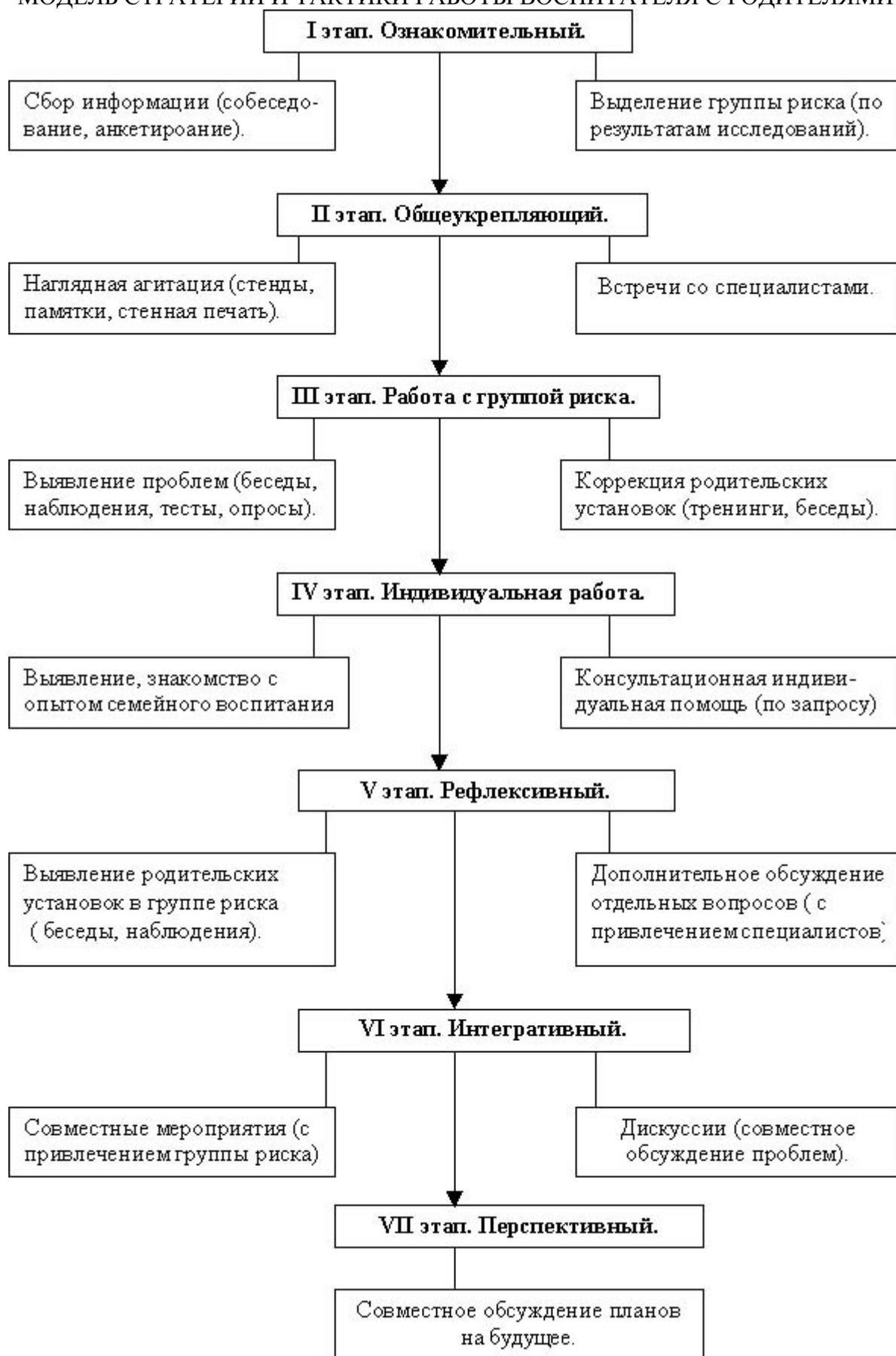
5. Установлен ли для Вашего ребенка режим дня? (Да, нет)
6. Соблюдает ли ребенок этот режим? (Да, нет)
7. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику?
 - Мама (да, нет),
 - папа (да, нет),
 - дети (да, нет),
 - взрослый вместе с ребенком (да, нет).
 - Регулярно или нерегулярно.
8. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги и т.д.)?
9. Знаете ли Вы основные принципы и методы закаливания? Перечислите их.

10. Проводите ли Вы дома с детьми закаливающие мероприятия? (Да, нет)
11. Что мешает вам заниматься закаливанием детей дома?

12. Кто из членов семьи чаще всего гуляет с ребенком?

13. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? (Да, Нет, иногда)
14. Гуляет ли Ваш ребенок один, без взрослых? (Да, нет, иногда).
15. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:
 - Подвижные игры
 - Спортивные игры
 - Настольные игры
 - Сюжетно - ролевые игры
 - Музыкально - ритмическая деятельность
 - Просмотр телепередач
 - Конструирование
 - Чтение книг.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 6
МОДЕЛЬ СТРАТЕГИИ И ТАКТИКИ РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ С РОДИТЕЛЯМИ



ПРИЛОЖЕНИЕ № 7
СИСТЕМА АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ В МДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 232»

Цель: адаптация ребенка к посещению дошкольного учреждения.

Задачи.

1. Создание благоприятного эмоционального фона в процессе ознакомления ребенка с дошкольным учреждением

2. Информирование родителей о закономерностях развития детей раннего возраста и особенностях методики их физического воспитания

3. Формирование у родителей навыков взаимодействия с ребенком в игровой деятельности, направленной на укрепление здоровья ребенка.

4. Содействие адаптации при поступлении ребенка в дошкольное учреждение.

Пути реализации программы.

Консультации для родителей по вопросам физического развития детей раннего возраста, проведению закаливания и массажу.

Взаимодействие с детской поликлиникой для определения рекомендаций по укреплению его здоровья в семье.

Индивидуальные консультации психолога, мед. сестры, инструктора по физкультуре.

Ведение индивидуальных карт развития, адаптационных листов.

Ожидаемый эффект.

Успешная адаптация детей раннего возраста к дошкольному учреждению.

Повышение темпов развития детей раннего возраста.

Повышение доверия родителей к деятельности дошкольного учреждения.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 8
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	Старшая м/с. Заведующая д/с.
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	Старшая м/с. Заведующая д/с.
3	Осуществление преемственности в работе детской поликлиники и ДДУ по подготовке и ведению детей в период адаптации к ДДУ. Проводить мероприятия по ослаблению адаптационного синдрома	При поступлении ребёнка в ДДУ и после пропусков (по болезни, отпуска и пр.)	Старшая м/с. Врач .
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Старшая м/с. Заведующая. Врач .
5	Качественно проводить сезонную неспецифическую иммунокорректирующую профилактику гриппа и ОРЗ по соответствующим схемам с использованием дибазола, адаптогенов растительного происхождения, витаминов.	С сентября по февраль.	Старшая м/с. Врач .
6	Проведение экстренной химио -профилактики с использованием оксолиновой мази.	В период эпидемии гриппа	Старшая м/с.
7	Выделить детей с группами риска (по анемии, по высокому инфекционному индексу, по бронхо-лёгочной патологии, по аллергическим заболеваниям, с дефицитом массы тела), проводить их динамическое наблюдение с выполнением индивидуального плана оздоровительных мероприятий и оценкой динамики процессов улучшения.	Постоянно.	Старшая м/с. Врач .
8	Продолжить выделять группу ЧБД с составлением индивидуальных планов наблюдения для этих детей и оценкой эффективности оздоровления.	Постоянно.	Старшая м/с. Врач .
9	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и ДОУ в реабилитации детей из групп риска, из группы ЧБД, с хронической	Постоянно.	Старшая м/с. Врач .

	патологией, с отклонениями в состоянии здоровья, после острых заболеваний (острая пневмония, кишечная инфекция, ангина).		
10	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья каждого ребёнка с выдачей индивидуальных рекомендаций по коррекции отклонений в состоянии здоровья на медико-педагогических совещаниях .	1 раз в 3 месяца.	Старшая м/с. Врач .
11	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	Старшая м/с. Врач . Заведующая д/с.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 9
СИСТЕМА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ

№	Мероприятия	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
1.	Прием детей на воздухе	С апреля по октябрь	Круглый год при благоприятных условиях погоды		
2.	Утренняя зарядка (обширное умывание)	С мая по сентябрь на улице - оздоровительный бег в сочетании с дыхательной гимнастикой и коррекционными упражнениями в облегченной одежде. С ноября по май в - зале в спортивной форме.			
3.	Воздушно-температурный режим	В группе - +20 В спальне - +18	В группе - +18 В спальне - +16-17	В группе - +18 В спальне - +16-17	В группе - + 18 В спальне - + 16-17
4.	Сквозное проветривание (в отсутствие детей)	Два раза до +14-16	Три раза в день до +14-16		
5.	Одностороннее проветривание	Постоянно открыта фрамуга с подветренной стороны			
6.	Одежда детей в группе	Облегченная: носки (гольфы), шорты, платья или рубашки с коротким рукавом			
7.	Сон	В хорошо проветриваемом помещении без футболок и маек.			
8.	Гимнастика пробуждения, умывание.	Без маек, босиком коррекционные упражнения, дыхательная гимнастика	Без маек, босиком коррекционные упражнения, дыхательная гимнастика, ходьба по мокрым дорожкам		

ПРИЛОЖЕНИЕ № 10.

НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ

№ п/п	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае)	Старшая медсестра Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительн.	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура - в зале - на воздухе	Все группы	3 раза в неделю 2 раза. 1 раз	Инструктор по физкультуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовит.гр.	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп.
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп.
9.	Олимпиады	Все группы,	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Каникулы Зимние Летние	Все группы	1 раз в год 27 декабря- 11 января 1 июня-31 августа	Все педагоги
III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра

2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с род.)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель группы
2.	Фитотерапия а) полоскание горла отварами трав б) фиточай витаминный в) фитоадептогены (женьшень, элеутеракок)	По назначению врача	2 раза в год (ноябрь, май) курсом в 20 дней 1 раз в год курсом в 20 дней 1 раз в год (ноябрь)	Врач, ст. медсестра
3.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ				
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна, на занятии физкультурой в зале	Воспитатели, инструктор по физкультуре
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели