

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 28»*

«Здоровые дети – здоровая нация»

на 2021-2023 гг

Физкультурно-оздоровительная программа



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

*«Здоровье – это драгоценность ,и,
при том, единственная, ради
которой стоит не жалеть времени,
сил, трудов и великих благ»*

Мишель де Монтень

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учебных учреждений. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Многолетние исследования и анализ состояния здоровья дошкольников позволяют говорить о его ухудшении. Количество здоровых детей не превышает 15-20 %, увеличивается число функциональных отклонений практически у каждого ребёнка. Отмечается рост хронических заболеваний, которые диагностируются уже в 3-5-летнем возрасте.

Высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и другие неблагоприятные факторы требуют выработки определённой комплексной системы в работе по оздоровлению детей начиная с дошкольного детства. Исследования отечественных и зарубежных учёных доказали, что период дошкольного детства – критический период в жизни ребёнка. Именно в этом возрасте формируется нервная система, физическое и психическое здоровье.

Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Януш Корчак делился своими наблюдениями: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своём здоровье...Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься».

Хорошее здоровье ребёнка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий, вся повседневная работа по охране и укреплению здоровья детей, реализация принципов оздоравливающей педагогики станут приоритетными в дошкольных учреждениях. Причём участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в детском саду, так и в семье.

В нашем дошкольном учреждении охрана здоровья ребёнка опирается на его развитие. Педагогическим коллективом накоплен богатый опыт работы по физическому развитию и оздоровлению дошкольников. Но жизнь не стоит на месте, модернизируется система дошкольного образования. Поэтому возникает необходимость оптимизировать уже сложившуюся систему физкультурно-оздоровительной работы ДОУ. Программа «Здоровые дети – здоровая нация» стала одним из главных элементов управления оптимизацией оздоровительной деятельности нашего дошкольного учреждения. Программа представляет собой систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребёнка. Она базируется на основных принципах комплексной программы развития и воспитания дошкольников

«Детство» (авт. Т.И.Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева), реализуемой в детском саду.

Цель и задачи программы

Цель программы: Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направление физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

Задачи программы:

- Обеспечить качественную работу дошкольного учреждения по укреплению и сохранению здоровья детей.
- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Привлекать родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.

Прогнозируемый результат

- Снижение заболеваемости и укрепление здоровья воспитанников.
- Развитие у детей потребности в здоровом образе жизни.
- Создание атмосферы благоприятного социально-психологического микроклимата для каждого ребёнка.
- Формирование совместных традиций семьи и детского сада по физическому воспитанию ребёнка.

Концептуальные положения

- В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования, работоспособности человека. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы.
- Ребёнок нуждается в организованной среде с заботливым, компетентным руководством взрослых. Тёплое, приятное отношение воспитателей, оптимальный психологический климат – залог полноценного развития детей.
- Ребёнок неповторим, уникален в своей индивидуальности. Он должен быть свободен, самостоятелен, активен в познании себя и своего мира.
- Дошкольное детство – это период способный обеспечить формирование важных сторон духовного и нравственного воспитания ребёнка (эмоциональная и социальная сфера, поведенческие навыки здорового образа жизни).
- Дошкольный период призван пробудить детское творчество, обеспечить формирование важнейших сторон психической жизни – эмоциональной сферы, образного мышления, художественных способностей.

- Здоровый, жизнерадостный, пылкий, активный ребёнок – результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

Структура программы

Раздел I. ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ

Раздел II. ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ

2.1. Программное обеспечение

2.2. Здоровьесберегающие технологии

2.3. Содержание программы:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми
2. Обеспечение безопасной жизнедеятельности дошкольников
3. Психологическое сопровождение развития детей
4. Логопедическая коррекция развития детей с нарушениями речи
5. Укрепление здоровья дошкольников средствами музыки

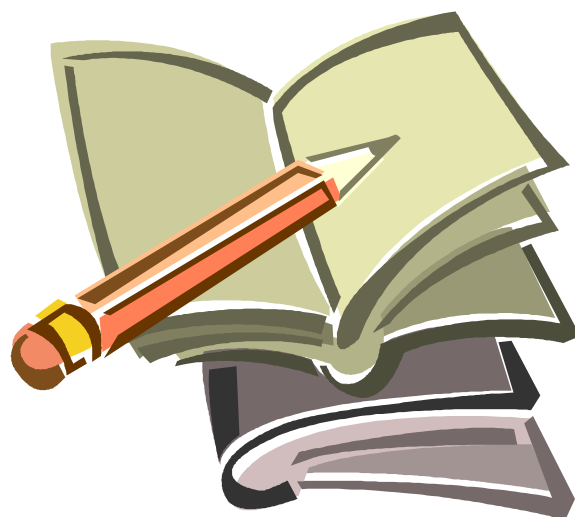
Раздел III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении
2. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности
3. Сотрудничество детского сада и семьи в деле формирования здоровья ребёнка
4. Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с социальными институтами города по вопросам здоровьесбережения
5. Развитие материально-технической базы ДООУ по оздоровлению детей
6. Санитарно-гигиенические условия. Организация работы согласно требований СанПин 2.4.1.3049-13

Раздел IV. ОСНОВНЫЕ ПАРАМЕТРЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

1. Изучение физических, психологических и индивидуальных особенностей ребёнка (диагностические методики)
2. Основные параметры знаний и умений воспитанников по разделу «Растим детей здоровыми, крепкими и жизнерадостными»
3. Медико-педагогический контроль за физкультурно-оздоровительной работой в дошкольном учреждении.
4. Мониторинг здоровья детей

**Раздел I.
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ**



Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 28»
С сентября 2022 года в детском саду функционируют 11 возрастных групп: из них общеразвивающего вида: 8; компенсирующего вида: 2, комбинированная -1

Корпус А:

- 1 группа – первая младшая (от 2 до 3 лет);
- 1 группа – вторая младшая (от 3 до 4 лет);
- 1 группа – средняя (от 4 до 5 лет)
- 1 группа – компенсирующей направленности, дети с диагнозом ЗПР (от 3 до 7)
- 1 группа – компенсирующей направленности, дети с логопедическими диагнозами (от 4 до 7 лет)
- 1 группа – старшая - подготовительная (от 5 до 7 лет)

Корпус Б:

- 1 группа – первая младшая (от 2 до 3 лет);
- 1 группа – вторая младшая (от 3 до 4 лет);
- 1 группа – средняя (от 4 до 5 лет);
- 1 группа – средняя - старшая (от 4 до 6 лет) комбинированная
- 1 группа – старшая – подготовительная (от 5,5 до 7 лет).

Учреждение обеспечивает выполнение стандарта по всем направлениям развития ребёнка. Однако приоритетным направлением деятельности учреждения является сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

В течение 5 лет в ДООУ реализовывалась интегрированная оздоровительно-развивающая программа «Здоровые дети – здоровая нация» (2021-2022 г.г.), отражающая систему деятельности ДООУ по здоровьесбережению детей, эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в дошкольном учреждении. По истечении этого времени необходимо подвести итоги её реализации, определить основные направления, по которым будут внесены коррективы.

Результатом целенаправленной работы МДОУ «Детский сад № 28» по выполнению оздоровительной программы является:

- положительная динамика состояния здоровья детей за последние 2 года:

Показатели	2021год, 245 детей	2022год, 240 детей
Индекс здоровья	18,5	19,2
Изменение состояния детей по группам здоровья (% от общего числа детей ДООУ)	I группа – 65 II группа – 169 III группа – 18	I группа – 69 II группа – 160 III группа – 11
Общая заболеваемость	540	336

Пропуск дней по болезни детей от 3 до 7 лет	10	9
---	----	---

- воспитанники детского сада стабильно 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.

**Состояние физической подготовленности воспитанников
в МДОУ «Детский сад № 28»
за последние два года (% от общего числа детей каждой возрастной группы)**

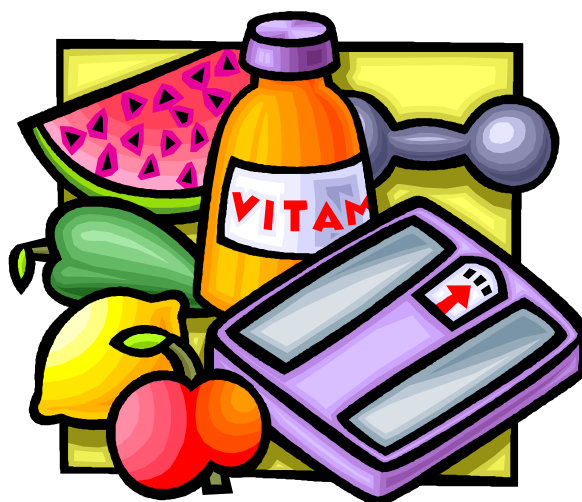
Параметры диагностики	Учебный год	Младшая группа			Средняя группа			Старшая группа			Подготовит. группа		
		ВУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	НУ
Бег	2017/2018	86	14	-	100	-	-	92	8	-	100	-	-
	2018/2019	86	14	-	100	-	-	100	-	-	100	-	-
Прыжки в высоту	2017/2018	-	-	-	-	-	-	100	-	-	100	-	-
	2018/2019	-	-	-	-	-	-	96	4	-	87	13	-
Прыжки с разбега в длину	2017/2018	-	-	-	-	-	-	88	12	-	88	12	-
	2018/2019	-	-	-	-	-	-	96	4	-	87	13	-
Прыжки с места в длину	2017/2018	100	-	-	100	-	-	100	-	-	100	-	-
	2018/2019	100	-	-	100	-	-	100	-	-	100	-	-
Метание правой рукой	2017/2018	57	43	-	42	58	-	44	56	-	50	50	-
	2018/2019	59	41	-	55	45	-	61	39	-	56	44	-
Метание левой рукой	2017/2018	62	38	-	79	21	-	64	36	-	46	54	-
	2018/2019	68	32	-	70	30	-	78	22	-	56	44	-

Таким образом, целостная система образования, оздоровления, психолого-педагогического сопровождения, основанная на классических образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному физическому развитию детей. В целом, эффективность здоровьесберегающей деятельности в детском саду прослеживается в возросшем уровне компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения, а также в целом в активизации оздоровительной деятельности в детском саду. Это в конечном итоге положительно повлияло на развитие двигательной активности ребенка, развитие физических качеств и, в целом благоприятно сказалось на состоянии здоровья детей, что выразилось в снижении простудных заболеваний.

Опрос родителей показал, что главным для них является физическое и психическое здоровье ребёнка. Большинство семей настроено на активное сотрудничество с детским садом в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

Анкетирование педагогов выявило желание продолжать комплексную работу, позволяющую улучшать здоровье воспитанников. Материально-техническое обеспечение детского сада позволяет успешно решать вопросы оздоровления. ДОУ имеет медицинский кабинет, спортивная площадка, спортивные центры во всех возрастных группах, оборудованные соответствующим физкультурно-игровыми пособиями.

Раздел II. ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ



2.1. Программное обеспечение

Программы, обеспечивающие целостность здоровьесберегающего процесса
МДОУ «Детский сад № 28»:

№	Название программы
1.	«Детство: программа развития и воспитания детей в детском саду» Т.И.Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой
1.	«Физическая культура дошкольникам» Степаненкова Э.Я.
2.	«Программа оздоровительно-развивающей работы с дошкольниками» В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова

2.2. Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии, используемые в педагогическом процессе
МДОУ «Детский сад № 28»:

№	Название технологии	Программно-методическое обеспечение
1.1.	Методика	Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания.
1.2.		- Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка»
1.3.	Корректирующая гимнастика (нарушения осанки, плоскостопие)	- В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления»
1.4.	Дыхательная гимнастика	
1.5	Планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия.	Ф.Горбатенко, Т.А.Кардаильская, Г.П.Попова.Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.
2.1.	Уроки здоровья и безопасности	Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни» Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» Дмитриенко Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста Кареева Т.Г. «Формирование здорового образа жизни» . К.Люцис «Азбука здоровья»
2.2.	Самомассаж, точечный массаж	В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления»

2.3	«Комплексы оздоровительной гимнастики»	Пезулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей от 3 – 7 лет
2.4	«Комплексы лечебной гимнастики»	Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3 – 7 лет
3.1.	Технологии музыкального воздействия	Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания дошкольников»
3.2.	Технологии коррекции поведения	С.В.Крюкова, Н.П.Слободяник «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»
3.3.	Психогимнастика	М.И.Чистякова «Психогимнастика»
3.4.	Технологии воздействия цветом	Н.М.Погосова «Цветовой игротренинг»

2.3. Содержание программы:

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми

Основные направления физкультурно-оздоровительной и лечебно-профилактической работы

1. Организация сбалансированного питания детей.
2. Обеспечение плотной двигательной активности детей в течение дня:
 - Утренняя и бодрящая гимнастики.
 - Физкультурное занятие.
 - Спортивные игры.
 - Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.
 - Праздники здоровья/ дни здоровья
 - Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке.
3. Проведение закаливающих мероприятий:
 - Воздушное закаливание.
 - Водное закаливание (обширное умывание).
 - Босохождение.
4. Повышение неспецифической резистентности организма:
 - Ароматерапия («Сеансы здоровья»).
 - Фитотерапия (травяные чаи).
 - Чесночные ингаляции в период гриппа.
 - Оздоровительный массаж.
 - Оксолиновая мазь в период гриппа.
 - Точечный массаж.
5. Нормализация соотношения процессов возбуждения и торможения нервно-психической деятельности:
 - Формирование правильного режима дня.
6. Профилактика и коррекция нарушений осанки, плоскостопия, зрения:

- Упражнения и игры профилактического и коррекционного характера, рекомендованные для ДОУ (как часть комплекса общеразвивающих упражнений, индивидуальная работа).
7. Физкультурно-оздоровительная работа с часто болеющими детьми:
- Индивидуальные занятия,
 - Дыхательная гимнастика (постоянно)
 - Лечебно-профилактические мероприятия (в соответствии с рекомендациями врача-педиатра)

Модель организации двигательного режима

<i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия:</i>		
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно: в холодный период года – в зале в теплый период года на свежем воздухе
2.	Физминутка	Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин)
3.	Подвижные игры	Ежедневно на прогулке (20-30 мин)
4.	Оздоровительный бег	Ежедневно в конце прогулки: средний и старший возраст (3-7 мин.)
5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки (12-15 мин)
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно в сочетании с воздушными ваннами (5 мин)
<i>Учебные занятия</i>		
1.	По физической культуре	3 раза в неделю
2.	Уроки здоровья и безопасности	Начиная со средней группы 1 раз в месяц
<i>Самостоятельная деятельность детей</i>		
1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в помещении и на прогулке
<i>Физкультурно-массовые мероприятия</i>		
1.	День здоровья	Один раз в квартал, начиная с младшей группы
2.	Физкультурный досуг	Один раз в месяц, начиная с младшей группы (20-40 мин)
3.	Спортивно-семейный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	Один раз в год с родителями и воспитанниками старшей группы
4.	Игры-соревнования «Весёлые старты», «Весёлая лыжня»	Один-два раза в год между старшей и подготовительной к школе группами
<i>Дополнительные занятия</i>		
1.	Индивидуальные занятия с детьми часто болеющими и имеющими нарушения	Два раза в неделю

Вариативность физкультурно-оздоровительных мероприятий

Утренняя гимнастика

- Традиционная форма
- Игровая, сюжетная
- Оздоровительный бег, ходьба в сочетании с ОРУ
- В форме двух-трёх подвижных игр

Физкультурное занятие

- Традиционная форма
- Игровое, сюжетное
- Круговая тренировка
- Самостоятельное
- Интегрированное
- Тренирующее
- Занятие-зачёт (диагностика)

Физминутка

- Игровая, сюжетная под стихотворный текст
- Пальчиковая гимнастика
- «Сеанс здоровья»
- Психогимнастика
- Мимический этюд

Гимнастика после сна

- Комплекс профилактической (корректирующей гимнастики)
- Разминка в постели: потягивание, самомассаж
- Игровой, сюжетный комплекс
- Игра малой подвижности или хороводная игра

Прогулка

- Тематическая, сюжетная
- Оздоровительная
- Экскурсия, поход

Утренняя гимнастика в детском саду рассматривается как важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального и мышечного тонуса. Содержание утренней гимнастики выбирается в соответствии с возрастом детей, с учётом имеющихся у них двигательных навыков, условий, где она проводится. Обычно комплекс общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики берётся с физкультурных занятий и повторяется 1-2 недели. Однако, допустимы и другие виды двигательной активности.

Утренняя гимнастика на улице – прекрасная оздоровительная процедура. Необходимо учитывать следующие особенности проведения утренней гимнастики на открытом воздухе:

- Для всех возрастных групп утренняя гимнастика на воздухе проводится в весенне-летний период (тёплое время года).

Физкультурные занятия являются основной формой развития двигательных навыков и умения детей.

В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

Младший возраст	Доставить как можно больше удовольствия, научить правильно использовать оборудование, ориентироваться во всём пространстве зала или спортивной площадки.
Средний возраст	Развивать физические качества, прежде всего выносливость и силу, обучать элементарной страховке при выполнении спортивных упражнений, что является основой физической подготовки в целом.
Старший возраст	Уделять большее внимание физической подготовке воспитанников, создавать условия для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и воспитания самостоятельности.

Формы проведения занятий воспитатель (инструктор по физической культуре) выбирает по своему усмотрению в зависимости от возраста детей, выдвинутых задач, места проведения, условий, личного опыта и профессиональных умений. В младшей группе использует преимущественно занятия игрового, сюжетного характера. С детьми старшего возраста чаще проводит занятия учебно-тренирующего, контрольно-зачётного характера.

Виды физкультурных занятий

- Традиционная форма занятия

Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
- Разные виды ходьбы, упражнения строевые, на ориентировку в пространстве, разминочный бег, упражнения на восстановление дыхания - Общеразвивающие упражнения	- Основные виды движений - Подвижные игры	Успокаивающая ходьба (малоподвижная игра), дыхательные упражнения

- **Сюжетное занятие** – любые физические упражнения, знакомые детям, органично сочетаемые сюжетом.

- **Игровое занятие** – построено на основе подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов.

Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
<ul style="list-style-type: none"> - Разные виды ходьбы, упражнения строевые, на ориентировку в пространстве, разминочный бег, упражнения на восстановление дыхания - Общеразвивающие упражнения 	2-3 игры с разными видами движений (последняя большей подвижности)	Малоподвижная игра, дыхательные упражнения

- **Тренирующее занятие** – с одним видом физических упражнений (велосипед, лыжи).
- **Интегрированное занятие** – с элементами развития речи, математики, конструирования и т.д., но с включением дополнительной задачи, которая решается через движение.
- **Круговая тренировка** – основу такого занятия составляет серийное (слитное или с интервалом) повторение нескольких видов физических упражнений, подобранных и объединённых в комплекс в соответствии с определённой схемой.
- **Самостоятельное занятие** – дети приучаются к организаторским действиям, т.к. им поочерёдно поручают провести разминку, бег, организовать игру.
- **Занятие-зачёт** – проводятся 2 раза в год (сентябрь, май) для получения информации об овладении детьми основных движений – диагностика физических качеств.

Схема «Сеанса здоровья»



Прогулка является одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни детского сада. В течение дня прогулка организуется дважды: утром и вечером. Это благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми и организации их самостоятельной двигательной активности. При планировании прогулки учитывается, какие занятия предшествовали прогулке:

- если они носили подвижный характер (физкультурное, музыкальное), то прогулку лучше начать с наблюдения,
- если на занятиях дети были ограничены в движениях, то прогулку лучше начать с подвижных и спортивных игр.

Структура примерного планирования прогулки



Виды двигательной активности дошкольников на прогулке:

- Общая подвижная игра для всех детей.
- 2-3 подвижные игры с подгруппами детей.
- Индивидуальная работа с детьми над основными видами движений (в соответствии с ОВД, включенными в физкультурное занятие)
- Спортивные игры (зимой – хоккей, весной, летом и осенью – футбол, бадминтон, городки, баскетбол).

- Спортивные упражнения (зимой – катание на санках, лыжах, весной, летом и осенью – катание на велосипедах, самокатах, игры с мячом).
- Оздоровительный бег в конце первой прогулки (средний, старший возраст).

Закаливание является эффективной формой укрепления здоровья детей.

Систематическое закаливание способствует формированию у детского организма умения безболезненно переносить изменения окружающей среды. Закаливание приводит к усилению обмена веществ, повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, оказывает благотворное влияние на общее психосоматическое состояние и поведение ребёнка.

При закаливании следует неукоснительно придерживаться определённых правил, первое из которых – **постепенность**. Необходимо также учитывать **состояние здоровья** и **индивидуальные особенности ребёнка**. **Нельзя проводить закаливающие процедуры, которые не нравятся ребёнку**. Они должны приносить ему радость.


Система закаливания с учётом времени года


	Младший возраст 3-4 года	Средний возраст 5-6 лет	Старший возраст 6-7 лет
ЗИМА			
ВЕСНА			
ЛЕТО			
ОСЕНЬ			

Условные обозначения:


Утренний приём на воздухе –


Утренняя гимнастика на свежем воздухе –

Прогулка: воздушные ванны – 

солнечные ванны – 

Босохождение – 

Сон в проветриваемом помещении – 

Полоскание рта – 

Ароматерапия – 

Примечание: Ограничение (1-2 недели) в проведении закаливающих процедур – ребёнок после болезни, учитывая рекомендации врача-педиатра.

Параллельно с закаливанием в ДОО проводятся лечебно-профилактические процедуры, разработан помесячный план.

Примерный план лечебно-профилактических процедур

Месяц	Мероприятия
Сентябрь	<ul style="list-style-type: none">- Антропометрия.- Маркировка мебели.
Октябрь	<ul style="list-style-type: none">- Точечный массаж.
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none">- Поливитамины (по 1 драже в день).- Ароматерапия (лимонное масло через аромалампу).
Декабрь	<ul style="list-style-type: none">- Оксолиновая мазь (в течение двух недель).- Отвар шиповника.- Чесночные ингаляции.
Январь	<ul style="list-style-type: none">- Поливитамины («Ревит» по 1 драже в день).- Точечный массаж.- Травяные чаи (по назначению врача).
Февраль	<ul style="list-style-type: none">- Полоскание горла настоями трав (по назначению врача).- Ароматерапия (хвойный экстракт через увлажнитель воздуха)
Март	<ul style="list-style-type: none">- Поливитамины («Ревит» по 1 драже в день).- Точечный массаж.- Травяные чаи (по назначению врача).
Апрель	<ul style="list-style-type: none">- Отвар шиповника.
Май	<ul style="list-style-type: none">- Ароматерапия (лимонное, ромашковое масла через аромалампу).- Точечный массаж.- Отвар шиповника.

2. Обеспечение безопасной жизнедеятельности дошкольников

Вопросы воспитания у детей навыков безопасного поведения являются для дошкольного учреждения актуальными и требующими особого внимания.

Уроки здоровья и безопасности проводятся в дополнение к обычным физкультурным занятиям, один раз в месяц, начиная с младшей группы

Методические рекомендации по проведению Уроков здоровья и безопасности:

- Методика работы с детьми строится в направлении *лично-ориентированного взаимодействия с ребёнком*, делается акцент на *самостоятельное экспериментирование и поисковую деятельность*.
- Содержащийся в занятии познавательный материал должен *соответствовать возрасту ребёнка*.
- Познавательный материал необходимо сочетать с практическими заданиями (*оздоровительные минутки – упражнения для глаз, самомассаж тела, упражнения для глаз, осанки, дыхательные упражнения, психогимнастические этюды*).
- Возможен *интегрированный подход к проведению* Урока здоровья и безопасности (познавательная деятельность детей может сочетаться с изобразительной, музыкальной деятельностью, речевым и физическим развитием).
- Содержание занятия желательнее наполнять *сказочными и игровыми персонажами, проблемными ситуациями*, связанными с ними.
- Наглядный материал по теме Урока здоровья и безопасности должен быть *ярким, привлекательным, интересным ребёнку*.
- *Использование художественного слова* внесёт в Урок здоровья и безопасности дополнительный эмоциональный настрой
- *С уважением относиться к любому ответу ребёнка*, недопустима отрицательная реакция.
- В конце Урока здоровья и безопасности *должны чётко звучать основные правила*, закрепляющие тему занятия.
- В конечном итоге Урок здоровья и безопасности *должен приносить детям чувство удовлетворения и радости, желание прийти снова на занятие*.

Основные направления работы

по формированию основ безопасной жизнедеятельности дошкольников



3. Психологическое сопровождение развития детей

Основной целью психологического сопровождения в ДОУ является создание условий для сохранения и укрепления психического здоровья детей, через реализацию комплексной системы психолого-педагогических мероприятий.

Для достижения поставленной цели педагог-психолог использует любые психологические технологии, которые могут предотвратить или скорректировать отклонения в психическом развитии дошкольников, а также ряд методов, оптимизирующих развитие и становление личности ребенка.

Приоритетные задачи психологической работы

1. Осуществление профилактической деятельности в работе с детьми, основанной на ранней диагностике и коррекции интеллектуальных, эмоциональных и поведенческих отклонений у дошкольников.
2. Создание и развитие модели взаимодействия специалистов ДОУ, родителей и близких ребенка, обеспечивающей эффективное воздействие на формирующуюся личность дошкольника.

Достижение этих задач возможно с помощью:

- Создания ситуации безусловного принятия каждого ребенка, осознание педагогами и родителями его уникальности.

- Использование методов психологического сопровождения: развивающих игр и упражнений; элементов психогимнастики; арт-терапевтических и сказкотерапевтических методов; психодиагностического инструментария.

Задачи социально-психологического сопровождения решаются педагогом-психологом во взаимодействии с различными субъектами воспитательно-образовательного процесса (детьми, родителями, педагогами).

Педагог-психолог ДОУ осуществляет свою деятельность по следующим направлениям:

- 1) Психодиагностика.
- 2) Психологическое консультирование.
- 3) Психологическое просвещение.
- 4) Коррекционно-развивающая работа.

Психологическая коррекция – активное психологическое воздействие на процесс формирования личности дошкольника, ее познавательной, эмоционально-волевой и поведенческой сфер, с целью их гармонизации.

Коррекционно-развивающая деятельность

Структура групповых и индивидуальных коррекционно-развивающих занятий состоит из следующих блоков:

- Приветствие.
- Тема занятия.
- Основная (рабочая) часть.
- Подведение итогов занятия.
- Прощание.

Методы, используемые в коррекционно-развивающей работе

- Игры;
- Психогимнастические упражнения;
- Проективные техники;
- Беседа;
- Элементы сказкотерапии;
- Элементы арт-терапии.

Возрастная направленность индивидуальных коррекционно-развивающих

Цель коррекционно-развивающей деятельности	Решаемые задачи	Используемые приемы
СТАРШИЙ и СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ		
Развитие эмоционально-волевой сферы личности ребенка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать понимание чувств, эмоций других людей. 2. Развивать умение понимать и выражать свои чувства. 3. Развивать умение фиксировать свое внимание на проявлениях различных эмоций. 4. Развивать умение воспроизводить спектр различных эмоций с фиксацией 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональные этюды; - беседы о чувствах, которые возникают в различных ситуациях; - работа с пиктограммами чувств; - упражнение «Покажи эмоцию»; - упражнение «Отгадай

	<p>внимания на собственных мышечных ощущениях.</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Развивать умение словесно описывать эмоциональные проявления. 6. Развивать умение различать и сравнивать эмоциональные ощущения и чувства. 7. Развивать умение произвольно подчинять свое поведение правилам. 8. Развивать навыки самоконтроля. 9. Развивать умение фиксировать свое внимание на различных мышечных ощущениях. 	<p>эмоцию;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнение «Эмоциональные звуки»; - прочтение стихов с различными эмоциональными состояниями; - упражнение «Передай чувство прикосновением»; - чтение рассказов и сказок с обсуждением чувств героев; - упражнение «Противоположные эмоции»; - упражнение «Мое настроение»; - упражнение «Чувства животных»; - упражнение «Передай настроение позой»; - игры на подражание «Зеркало», «Обезьянки»; - медитативные упражнения; - игра «Запрещенное движение»;
Развитие познавательной сферы личности ребенка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать мыслительные операции (сравнение, обобщение, классификация). 2. Развивать логическое мышление, умение устанавливать причинно-следственные связи. 3. Развивать внимание и его свойства (концентрацию, объем, переключение). 4. Развивать слуховую и зрительную память. 5. Развивать пространственное восприятие. 	<ul style="list-style-type: none"> - отгадывание загадок; - составление описательных рассказов; - сочинение сказок; - упражнение «Самый внимательный»; - упражнение «Волшебные превращения»; - упражнение «Положи и скажи»; - упражнение «Спрятанные предметы»; - упражнение «Что умеют предметы»; - упражнение «Если бы...»; - упражнение «Повтори по памяти»; - упражнение «Узнай по описанию»; - упражнение «Чем похожи, чем различаются».
Развитие социальных навыков и социального поведения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать умение сопереживать. 2. Развивать у ребенка умение понимать чувства, эмоции, действия других людей. 3. Развивать умение выделять и узнавать типичные формы адаптивного и неадаптивного поведения. 4. Формировать приемлемые для ребенка 	<ul style="list-style-type: none"> - беседы с ребенком о различных проблемных ситуациях, которые происходили в его жизни, обсуждение, как быть в таких ситуациях, чего не следует делать; - проигрывание

	<p>стандарты и стереотипы поведения и способы разрешения конфликтов.</p> <p>5. Развивать навыки самостоятельного выбора и построения детьми подходящих форм действий и реакций в разных ситуациях.</p>	<p>проблемных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседы с ребенком о чувствах, возникающих в различных жизненных ситуациях; - чтение рассказов и сказок, обсуждение событий и переживаний героев; - арт-терапевтические техники
МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ		
<p>Развитие эмоционально-волевой сферы личности ребенка</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать умение сопереживать другим людям. 2. Развивать умение дифференцировать положительные и отрицательные эмоции. 3. Развивать умение фиксировать свое внимание на проявлениях различных эмоций. 4. Развивать умение воспроизводить спектр различных эмоций по образцу. 5. Развивать умение различать и сравнивать основные эмоциональные ощущения и чувства. 6. Развивать умение произвольно подчинять свое поведение правилам. 	<ul style="list-style-type: none"> - эмоциональные этюды; - беседы о чувствах, которые возникают в различных ситуациях; - работа с пиктограммами чувств; - упражнение «Покажи эмоцию»; - упражнение «Отгадай эмоцию»; - упражнение «Эмоциональные звуки»; - упражнение «Передай чувство прикосновением»; - чтение сказок с обсуждением чувств героев; - упражнение «Мое настроение»; - упражнение «Чувства животных»; - игры на подражание «Зеркало», «Обезьянки»; - медитативные упражнения; - игра «Запрещенное движение»
<p>Развитие познавательной сферы личности ребенка</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать мыслительные операции (сравнение, обобщение). 2. Развивать логическое мышление, умение устанавливать причинно-следственные связи. 3. Развивать внимание и его свойства (концентрацию, объем, переключение). 4. Развивать слуховую и зрительную память. 5. Развивать пространственное восприятие. 	<ul style="list-style-type: none"> - составление рассказов; - рассказывание сказок; - упражнение «Самый внимательный»; - упражнение «Волшебные превращения»; - упражнение «Положи и скажи»; - упражнение «Нелепицы»; - упражнение «Спрятанные предметы»; - упражнение «Что умеют предметы»; - упражнение «Повтори по памяти»; - упражнение «Узнай по описанию»; - упражнение «Чем похожи,

		чем различаются»; - упражнение «Сделай так»
Развитие социальных навыков и социального поведения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать умение сопереживать. 2. Развивать у ребенка умение понимать чувства, эмоции, действия других людей. 3. Формировать приемлемые для ребенка стандарты и стереотипы поведения и способы разрешения конфликтов. 	<ul style="list-style-type: none"> - беседы с ребенком о различных ситуациях, которые происходили в его жизни, обсуждение, как быть в таких ситуациях, чего не следует делать; - проигрывание ситуаций; - беседы с ребенком о чувствах, возникающих в различных жизненных ситуациях; - чтение рассказов и сказок, обсуждение событий и переживаний героев; - арт-терапевтические техники;

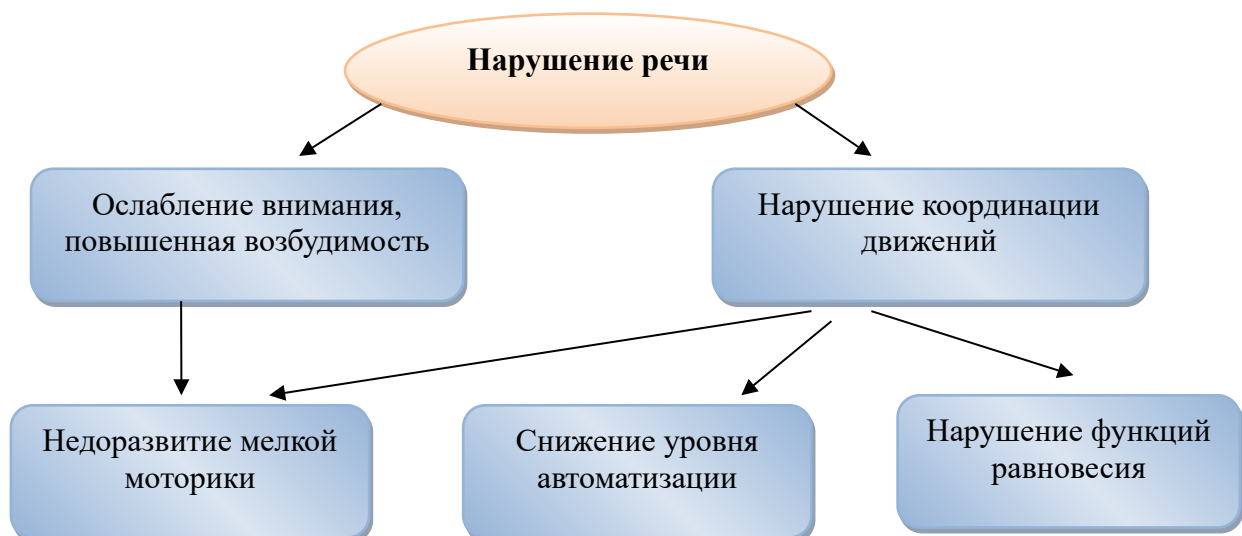
4. Логопедическая коррекция развития детей с нарушениями речи

Наличие речевых нарушений у детей дошкольного возраста усложняет и видоизменяет процесс работы над основными задачами по физическому воспитанию. Планируя и осуществляя основную работу по физическому воспитанию, в соответствии с комплексной программой «Детство», целесообразно дополнять и обогащать этот процесс введением логопедических коррекционных технологий.

Задачи коррекционно-логопедической службы

- Выявление детей с речевыми нарушениями в ДОУ и оказание им своевременной коррекционной логопедической помощи.
- Профилактика нарушений устной речи у детей младшего возраста.
- Оказание консультативной помощи родителям детей с проблемами в развитии речи.
- Пропаганда логопедических знаний среди работников ДОУ.

Влияние нарушений речи на физическое развитие дошкольников:





Решить речевые проблемы детей можно только при грамотной работе воспитателя и под руководством логопеда.

Основные задачи воспитателя в области развития речи состоят в следующем:

- Расширение и активизация речевого запаса детей на основе расширения представлений об окружающем.
- Развитие способности использовать имеющиеся навыки связной речи в различных ситуациях общения.
- Автоматизация в свободной самостоятельной речи детей навыков правильного произношения звуков, грамматического оформления речи в соответствии с программой логопедических занятий.



5. Укрепление здоровья дошкольников средствами музыки

Широко известен целительный потенциал музыки. Различные формы звукового воздействия использовались людьми с давних пор.

Влияние музыки на здоровье детей



Самоутверждение ребёнка

Оздоровительно-профилактическая направленность музыкального сопровождения режимных моментов в ДОУ

Утренний приём детей – в течение получаса играть классические и современные произведения с соответствующим мажорным, солнечным звучанием. С этой целью можно использовать грампластинки, компакт-диски, аудиозаписи, скомпоновав из них специальные утренние программы. Цель: создание оптимальных условий ежедневного приёма детей в детский сад.

Методика музыкально-рефлекторного пробуждения детей после сна. Использование тихой, нежной, лёгкой музыки при пробуждении детей после дневного сна. Десятиминутная композиция должна быть относительно постоянной, чтобы у детей выработался рефлекс – пробуждение.

Хорошая музыка обладает глубоким эмоциональным воздействием. Выбор музыки широк – от классической до естественных звуков природы (пение птиц, шум ветра, прибоя...). Комбинация музыки с дыханием и движением приводит к взаимному обогащению методических приёмов. Перевозбуждённым детям рекомендуется выполнять несколько упражнений на расслабление и спокойное дыхание. Детям, уставшим от занятий без активных движений, предлагается попрыгать, поскакать.

Примеры музыкального сопровождения

Для упражнений на релаксацию	Для активной двигательной деятельности
Ф.Шуберт «Аве Мария»	И.Штраус «Радетский марш»
Э.Григ «Утро»	И.Брамс «Венгерский танец»
Н.Римский-Корсаков «Океан – море синее»	Л.Делиб «Пиццикато»
П.Чайковский «Осенняя песня»	И.Штраус «Трик-так»

Прослушав достаточно большое количество музыкальных произведений, можно создать *«Копилку чувств» (Е.И.Юдина)*. Для этого достаточно описать, какие чувства и настроения побудила у слушателя музыка

«Копилка чувств»

Настроение	Композитор	Название произведения
Грусть	П.Чайковский	«Болезнь куклы»
Радость	С. Рахманинов	«Полька»
Мечтательность	П. Чайковский	«Песня жаворонка»

Героические чувства	Ф. Шуман	«Смелый наездник»
Шутливое настроение	Д. Кабалевский	«Клоун»
Тревога	Э.Григ	«В пещере горного короля»
Торжество и ликование	Ж. Бизе	«Марш тореадора»
Страх	М. Мусоргский	«Ночь на Лысой горе»

Пение.

Многие дети неправильно дышат, им не хватает воздуха на фразу. Использование дыхательных упражнений помогает нормализовать дыхание, тем самым улучшая обменные процессы. Дыхание укрепляется и во время пения. При этом необходимо следить за тем, чтобы дети брали дыхание перед началом пения и между музыкальными фразами, а не в середине слова. Некоторые дети дышат прерывисто не потому, что у них короткое дыхание, а оттого, что не умеют управлять им.

Во время пения детям даётся установка на то, что дышать нужно спокойно, не поднимая плеч и не делая шумных вдохов перед каждой фразой песни. Сохранять воздух в лёгких желательно до окончания фразы, экономно его расходуя. Научиться этому можно при помощи простых упражнений на дыхание:

«Не разбуди игрушку». Дети двигаются спокойным шагом под музыку в четырёхдольном размере. На 1-2-ю доли – 2 коротких шага и вдох носом, на 3-4-ю доли – остановка и долгий выдох.

«Кто дольше» – сохранение дыхания и правильное его расходование:

- чей паровоз дольше гудит;
- чья дудочка дольше поёт.

Большое значение имеет работа над распеваниями. Для достижения лёгкого, чистого звука распеваются заднеязычные слоги «га», «ка», «ку», «го», «гу» (укрепляются задние мышцы).

Звучащие звуки «г», «к» упражняют мягкое нёбо, которое в перепении должно хорошо подниматься и способствуют освобождению и укреплению глотки («Гуси, вы гуси»).

Дальнейший этап обучения характеризуется использованием контрастных упражнений. Примеряются переднеязычные слоги «зи», «за», контрастные заднеязычным.

Песенки-распевки, способствующие развитию правильного дыхания

Возраст детей	Название, автор песенки	Направлена на
3-4 года	<ul style="list-style-type: none"> - «В огороде зайчика» муз. В.Карасёвой - «Дождик» русская народная попевка - «Кошка» муз. А.Александрова 	<ul style="list-style-type: none"> - выработку напевности звучания, выделение ударных слогов в словах «зайчика», «маленький». - обучение ребёнка правильному дыханию перед фразами, выполняя логические ударения в словах «пуще», «гущи», «ложку», «хлебай понемножку». - развитие умения протяжно петь, с напевной интонацией, сохраняя дыхание.
4-5 лет	<ul style="list-style-type: none"> - «Паровоз» муз. В.Карасёвой - «Колыбельная» муз. Е.Тиличевой 	<ul style="list-style-type: none"> - развитие правильного глубокого выдоха в конце фраз во время протягивания гласных на конце слов «ду-ду», «иду». - развитие напевности, умение брать дыхание по показу взрослого (после

		каждой музыкальной фразы).
	- «Андрей-воробей» русская народная песня	- умение точно передавать ритмический рисунок попевки, построенной на одном звуке, сохраняя дыхание.
5-6 лет	- «Качели» муз. Е.Тиличевой	- умение различать и воспроизводить высокие и низкие звуки, сохраняя правильность дыхания.
	- «Труба» муз. Е.Тиличевой	- умение чисто интонировать музыкальную фразу – пение трубы, сохраняя правильность дыхания.
	- «Дятел» муз. Н.Леви	- умение передавать весёлый характер музыки, сохраняя правильность дыхания, делая ударение на слово «тук».

Музыкально-ритмические движения

Доказано, что движения под музыку для ослабленных и часто болеющих детей имеют особое значение, потому что тренируют мозг, подвижность нервных процессов. Это один из самых привлекательных видов деятельности, ребёнок имеет возможность выразить эмоции в приемлемой форме, реализовать свою энергию.

Обучение детей движениям под музыку строится в ДОУ по парциальной программе **А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»**, целью которой является развитие ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности

Использование музыкально-ритмических движений в педагогическом процессе

Формы педагогического процесса в ДОУ	Содержание работы по ритмопластике
<i>Музыкальное занятие</i>	Ритмические композиции могут использоваться в разных вариантах: как вводная часть занятия либо в качестве заключительной части (уже знакомые детям), в основной части возможно разучивание нового движения, композиции.
<i>Физкультурное занятие</i>	Ритмические композиции могут включаться фрагментарно или в комплексе (комплекс общеразвивающих упражнений), а также игры.
<i>Занятия, требующие высокой умственной активности и малой подвижности.</i>	В качестве физминуток можно использовать игровые и танцевальные композиции («Кот Леопольд», «Кукляндия», «Танцуйте сидя»)
<i>Утренняя гимнастика</i>	По типу детской аэробики рекомендуется подбирать композиции с достаточно интенсивными (соответственно возрастным и индивидуальным особенностям детей) движениями. Дети с упражнениями должны быть знакомы.
<i>Бодрая гимнастика</i>	Подбираются упражнения игрового характера с творческими заданиями, спокойные по темпу («Кошка с девочкой», «Разноцветная игра»). Наиболее оптимальное их использование – в сочетании с закаливающими процедурами.
<i>Праздники, развлечения</i> <i>вечера</i>	Используются наиболее яркие и понравившиеся детям музыкально-ритмические композиции (уже самостоятельно, без показа педагога). С целью более эффектного, эмоционального и

	выразительного исполнения детям предлагаются атрибутика, элементы костюмов.
<i>Самостоятельная деятельность детей</i>	Используются музыкально-ритмические композиции хорошо знакомые и любимые детьми (на музыку В.Шаинского, любимых детских песенок)

Возрастные особенности развития музыкально-ритмических движений.

Возраст детей	Возрастная характеристика	Приоритетные задачи
3-4 года	Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности в пропорциях строения тела, особенности протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей ещё недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объём и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.	Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку. Развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки. Обогащение слушательского и двигательного опыта.
4-5 лет	В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.	Развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.
5-7 лет	В этом возрасте ребёнок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, лёгкости, изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – их области хореографии, гимнастики. Это даёт возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар.	Развитие способности к выразительному, одухотворённому исполнению движений, умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки

**Раздел III.
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**



1. Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении

Проводимая физкультурно-оздоровительная работа не имела бы действенного результата без осуществления взаимосвязи в деятельности всех сотрудников дошкольного учреждения.

В ДОУ продумана система медицинского и педагогического взаимодействия, составлены рекомендации по распределению оздоровительной работы между всеми сотрудниками детского сада:

Педагогический совет ДОУ:

утверждает выбор новых здоровьесберегающих программ, методик, технологий;
определяет перспективные направления физкультурно-оздоровительной работы ДОУ;
организует работу по охране жизни и здоровья детей и сотрудников

Методическая служба:

определяет стратегию перспективы развития, создание программ физкультурно - оздоровительного развития ДОУ;
организует, совершенствует содержание, формы и методы воспитательного процесса;
создаёт условия для эффективности методического обеспечения;
разрабатывает методические рекомендации по физкультурно-оздоровительной работе с детьми;
осуществляет комплексное диагностирование уровня физического развития детей;
контролирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в ДОУ;
анализирует, обобщает и распространяет передовой педагогический опыт физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Медицинская служба:

проводит профилактику, диагностику, реабилитацию нарушений в физическом развитии детей;
внедряет нетрадиционные методы лечения - фитотерапия, ароматерапия, дыхательная гимнастика;
проводит общеукрепляющую терапию – массаж, иммунопрофилактику;
осуществляет контроль за лечебно-профилактической работой;
осуществляет организацию рационального питания детей

Административно-хозяйственная часть:

- отвечает за оснащение материально-технической базы

Перспективы развития кадров

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Повышение квалификации педагогических кадров и персонала в вопросах здоровьесбережения на курсах повышения квалификации, проблемных семинарах	Ежегодно	Заведующий
2.	Организация работы творческих групп по проблемам здоровьесбережения	Ежегодно	Старший воспитатель
3.	Выявление и распространение положительного педагогического опыта по вопросам сохранения и укрепления здоровья всех участников воспитательно-образовательного процесса в ДОУ	Постоянно	Заведующий, старший воспитатель
4.	Проведение семинаров, консультаций здоровьесберегающей направленности с приглашением специалистов	Ежегодно	Старшая медсестра, старший воспитатель

2. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности

Перспективы развития научно-методических условий здоровьесберегающей деятельности

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Организация методических мероприятий (тематический педсовет, консультация, семинар и т.д.) по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре
2.	Разработка методических рекомендаций по вопросам формирования компетентности здоровьесбережения у дошкольников (конспекты занятий, уроков здоровья и безопасности, сценарии спортивных праздников, развлечений, походов и экскурсий, наглядный материал и т.д.)	Ежегодно	Старший воспитатель, педагоги
3.	Оснащение воспитателей методическими пособиями и рекомендациями по внедрению здоровьесберегающих технологий в ДОУ (приобретение методической литературы, организация подписки на периодические издания)	Ежегодно	Старший воспитатель,
4.	Организация работы по образовательным проектам спортивной тематики	Ежегодно	Старший воспитатель, инструктор по

3. Сотрудничество детского сада и семьи в деле формирования здоровья ребёнка

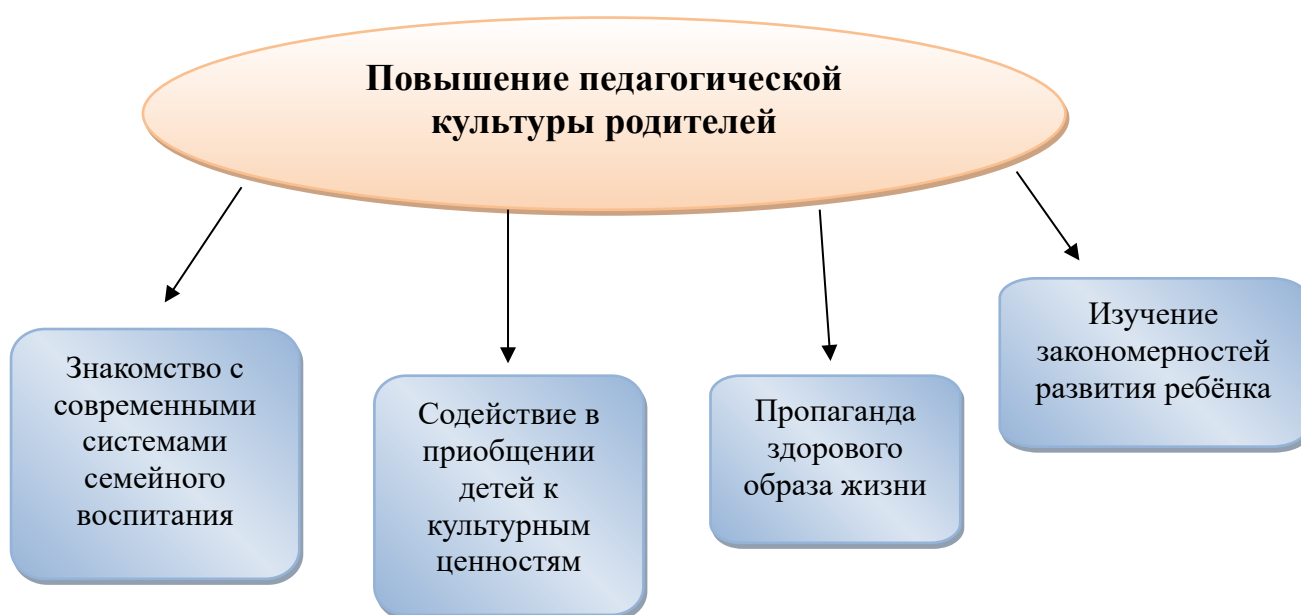
Вся физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ проводится в тесном единстве с семьёй.

Основной целью ДОУ при взаимодействии с семьями является вовлечение родителей в образовательный процесс, в физическое и эмоциональное воспитание детей. Включая родителей в единый, совместный процесс физического воспитания ребёнка, пользуемся единой программой воспитания и развития ребёнка в дошкольном учреждении и в семье, представленной в методическом пособии «Дошкольное учреждение и семья – единое пространство развития», Т.Н. Дороновой, Е.В. Соловьёвой, А.И. Жичкиной, С.И. Мусиенко.

Задачи физического воспитания ребёнка и их реализация в семье и в детском саду по Т.Н. Дороновой, Е.В. Соловьёвой

Программные задачи	Реализация задач в семье	Реализация задач в детском саду
1. Обеспечить условия комфортной адаптации ребёнка к детскому саду	Служить эмоциональной опорой для ребёнка. Оказывать педагогам помощь в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду. Дать ему возможность постепенно привыкать к новым условиям. Максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов о ребёнке. Продумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыш возьмёт с собой в группу детского сада.	Предварительно узнать как можно больше об особенностях ребёнка. Оказать ему эмоциональную поддержку. Способствовать постепенному привыканию к ДОУ.
2. Разработать индивидуальную программу формирования здоровья.	Обеспечить полную информацию о состоянии здоровья ребёнка.	Координировать работу медицинской и психологической служб ДОУ с педагогами.
3. Создать условия для физического и психологического комфорта в ДОУ.	Соблюдать дома режим сна и питания, диету, принятые в детском саду.	Соблюдать рациональный режим сна, питания, диету. Выработать ритуалы проведения режимных моментов.
4. Воспитывать привычку к чистоте, формировать гигиенические	В домашних условиях поддерживать привычки, вырабатываемые в детском саду.	Учить детей: Умываться, летом мыть ноги перед сном, следить за состоянием рук, мыть руки после

навыки.	Хвалить ребёнка за проявления самостоятельности, правильное выполнение гигиенических процедур.	прогулки, пользоваться унитазом и туалетной бумагой, чистить зубы и полоскать рот после еды, правильно применять предметы индивидуального пользования - расчёску, полотенце, носовой платок.
5. Осуществлять профилактику нарушения зрения.	Создавать условия для правильного освещения тех мест, где ребёнок рисует, просматривает книги. Приучать дошкольника контролировать позу за столом.	Включать в комплекс гимнастики после пробуждения (или перед дневным сном) упражнения на расслабление глаз.
6. Осуществлять профилактику нарушения осанки, плоскостопия.	Выполнять упражнения по рекомендации врача. Правильно подбирать обувь для ребёнка.	Проводить диагностику состояния стопы, осанки детей. Вводить ЛФК по показаниям. Снабжать родителей комплексами упражнений для их ребёнка. Следить за обувью, позой детей за столом.
7. Поддерживать потребность в спонтанной двигательной активности, создавать условия для «мышечной радости».	Соблюдать режим прогулок. Давать возможность ребёнку во время прогулок много свободно двигаться. Ввести семейную традицию занятий спортом, приобщать ребёнка к ходьбе на лыжах, коньках, спортивным играм, плаванию.	Создавать условия для спонтанной двигательной активности в группах и на территории детского сада. Проводить физкультурные занятия, двигательные пятиминутки после интенсивной интеллектуальной нагрузки в течение дня.



Эффективными формами работы с семьёй по физическому воспитанию детей являются:

- Совместные физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, туристические походы;
- Дни открытых дверей, где родители имеют возможность присутствовать на утренней гимнастике, физкультурном занятии;
- Домашние задания, которые позволяют решить сразу несколько задач: повысить двигательную активность детей, подтянуть отстающего в движении ребёнка, дать родителям конкретное содержание для общения, столь необходимое и взрослому и ребёнку. Домашние задания должны быть строго индивидуальны, небольшие по объёму, конкретны по содержанию;
- Демонстрации передового опыта семейного воспитания: интервью, выставки, встречи с родителями, конференции.

Больше узнать о ребёнке, его физическом развитии в семье, а также наметить наиболее важные и эффективные формы педагогической пропаганды, помогает **анкетирование родителей**. Анализ анкетных данных позволяет наметить тематику родительских собраний.

Примерные вопросы анкеты для родителей:

1. Установлен ли для Вашего ребёнка дома режим дня? Соблюдает ли он его?
2. Занимаетесь ли с ребёнком утренней гимнастикой, спортивными играми?
3. Соблюдает ли Ваш ребёнок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после посещения туалета, умывается, чистит зубы и т.д.)?
4. Какие виды закаливания Вы используете дома?
5. Какое физкультурное оборудование и спортивный инвентарь есть у Вас дома?
6. Как Вы считаете, почему Ваш ребёнок болеет? Что, по вашему мнению, будет способствовать укреплению его здоровья?
7. Какие вопросы физического воспитания и оздоровления детского организма Вас интересуют? По какой проблеме физического воспитания ребёнка Вы бы хотели получить консультацию?

4. Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с социальными институтами города по вопросам здоровьесбережения

Детская поликлиника

- проведение комплекса профилактических, противоэпидемических и санитарно-гигиенических мероприятий, направленных на снижение заболеваемости;
- проведение профилактических медицинских осмотров детей;
- оказание лечебно-профилактической помощи;
- информирование педагогического коллектива о состоянии здоровья детей и оздоровительных мероприятиях по снижению заболеваемости;
- составление рекомендаций, назначений по оздоровлению и медико-педагогической коррекции детей после медосмотров, контроль за их выполнением

Средняя общеобразовательная школа № 35

- проведение совместных спортивных мероприятий;
- экскурсии в спортивный зал.
- диагностика физических качеств выпускника ДОО

Детско-юношеская библиотека

- информационная поддержка физкультурно-оздоровительной работы ДОУ через организацию индивидуального, группового информирования педагогов (обзоры, Дни информации, лектории);
- помощь в организации работы ДОУ по формированию здорового образа жизни детей посредством библиотечных форм работы (выставки, конкурсы, беседы, праздники)

Информационно-методический центр

- совершенствование профессиональной компетентности педагогов в вопросах здоровьесберегающей деятельности;
- создание условий для активизации творческого потенциала педагогов средствами методической работы

5. Развитие материал

Перспективы развития здоровьесберегающей среды

№ п/п	Критерии медико-социальных условий пребывания детей в ДОУ	Перспективы развития	Ответственные
1. В ДОУ созданы условия для развития детей раннего возраста			
1.1.	Имеются игры и оборудование для развития ходьбы и других видов движений детей	Обновить и пополнить игровой материал, способствующий активизации движений малышей	Заведующий Воспитатели
2. В ДОУ созданы условия для охраны и укрепления здоровья детей			
2.1.	В ДОУ имеется медицинский кабинет, изолятор, оборудованные необходимым медицинским оборудованием	Приобрести гидромассажные ванночки для ног (профилактика плоскостопия); прибор для проведения ингаляций, аппарат для кислородных коктейлей, новый ростомер	Заведующий Старшая медсестра
3. В ДОУ имеются специальные помещения для коррекционной работы с детьми			
3.1.	Имеется кабинет логопеда	Обновить наглядно-дидактические пособия	Заведующий Учитель-логопед
4. В ДОУ созданы условия для физического развития детей			
4.1.	Имеется спортивные центры в каждой группе	Обновить и пополнить спортивный инвентарь, коррекционные	Заведующий, инструктор по физической

		дорожки для профилактики плоскостопия, приобрести разнообразные тренажеры	культуре, воспитатели
4.2.	На участке созданы условия для физического развития: оборудована спортивная площадка, на групповых участках имеется разнообразное спортивно-игровое оборудование	Обновить уже имеющееся спортивно-игровое оборудование; Оформить «Тропу здоровья» В зимнее время на территории автодрома оформлять лыжню, заливать каток.	Заведующий, Старший воспитатель, Инструктор по физической культуре

6. Санитарно-гигиенические условия. Организация работы согласно требований СанПиН 2.4.1.3049 - 13

Обеспечение санитарно-гигиенических условий

№	Создание условий	Ответственные
1.	Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию.	Заведующий зам. по АХР
2.	Рациональное построение режима дня	Заведующий Старший воспитатель Педагоги
3.	Организация образовательного процесса согласно требований к максимальной учебной нагрузке детей.	Заведующий Старший воспитатель Педагоги
4.	Выполнение основных требований к организации физического воспитания	Заведующий Старший воспитатель Старшая медсестра Педагоги
5.	Обеспечение безопасных условий пребывания в ДОУ	Заведующий зам. по АХР Старший воспитатель Старшая медсестра Педагоги
6.	Санитарно-просветительская работа (с сотрудниками и родителями),	Старший воспитатель Старшая медсестра Педагоги

Раздел IV. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ



Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей

- Регулярное медицинское обследование, проводимое специалистами детской поликлиники, старшей медсестрой ДООУ. Результаты исследований исходного состояния здоровья и уровня развития детей позволяют определить основные направления индивидуального оздоровительного маршрута ребенка.

- Работа по физическому воспитанию в ДООУ строится на основе диагностики, которую проводит инструктор по физкультуре с участием старшего воспитателя. Результаты заносятся в карту развития ребёнка и используются воспитателями при планировании работы с детьми. Результаты работы обсуждаются на медико-педагогических совещаниях.

- Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания в детском саду осуществляют заведующая ДООУ, медсестра, старший воспитатель. Данные оформляются в специальные протоколы с указанием выводов и предложений.

- Диагностика психического развития проводится с целью определения индивидуальных особенностей ребёнка. Её проводит педагог-психолог ДООУ. Полученные данные позволяют смоделировать индивидуальную стратегию психологического сопровождения каждого воспитанника нашего дошкольного учреждения.

Оценка эффективности программы оздоровления проводится на основе показателей:

- общей заболеваемости;
- острой заболеваемости;
- заболеваемости детей в случаях и днях на одного ребенка;
- процента часто болеющих детей;
- индекса здоровья;
- процента детей, имеющих морфофункциональные отклонения;
- процента детей с хроническими заболеваниями;
- распределения детей по группам здоровья.

1. Изучение физических, психических и индивидуальных особенностей ребёнка (диагностические методики)

Диагностическая работа является важным условием успешного физического воспитания дошкольников. Она проводится с детьми инструктором по физическому воспитанию, воспитателем и старшей медицинской сестрой ДООУ. Диагностика используется

для оценки исходного уровня развития дошкольников с тем, чтобы определить для каждого из них «ближайшую зону здоровья», формирования систем, функций организма и двигательных навыков.

Физическая подготовленность дошкольников в ДОО оценивается количественными и качественными результатами выполнения следующих двигательных упражнений:

- бег по прямой на 30 м (для оценки быстроты)
- прыжок в длину с места с приземлением на обе ноги одновременно (этот тест позволяет исследовать скоростно-силовые мышцы ног);
- прыжки с разбега в длину и высоту (для детей старшей и подготовительной к школе групп);
- метание вдаль мешочков с песком весом 150—200 г правой и левой рукой.

Физическая подготовленность изучается в начале и конце года. Данные обследования заносятся в тетрадь. Результаты обследований сравниваются со стандартными и качественными показателями для детей данного возраста.

Возрастно-половые показатели двигательных качеств детей дошкольного возраста

Диагностическая карта физических качеств детей _____ группы

за 20 –20 уч.год

Инструктор по физическому воспитанию

(фамилия, имя, отчество)

№	Фамилия, имя ребёнка	Прыжки с места		Прыжки с разбега		Прыжки в высоту		Метание правой		Метание левой		Бег		Средний показатель	
		X	V	X	V	X	V	X	V	X	V	X	V	X	V
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
6.															

**Таблица общих показателей физических качеств детей _____ группы ДОО
за 20 –20 уч.год**

Уровень	Начало года (сентябрь), количество детей, %	Конец года (май), количество детей, %
Низкий		

Средний		
Высокий		

При оценке физической подготовленности воспитанников необходимо соблюдать определённые правила:

- Проведение медико-педагогического контроля за физкультурным занятием (1 раз в квартал на младшем, среднем и старшем возрастах).
- Обследование проводит один и тот же педагог – инструктор по физической культуре, который в совершенстве владеет методикой тестирования. Степень готовности педагога проверяется старшим воспитателем до начала диагностики.
- Обследование рекомендуется проводить в первой половине дня, в этом случае не нарушается режим дня дошкольного учреждения.
- Накануне и в день тестирования режим дня детей не должен быть перегружен физически и эмоционально.
- Большинство из проводимых контрольных упражнений (бег, прыжки, метание) проводится на свежем воздухе. При неблагоприятной погоде некоторые измерения можно провести в зале, температура воздуха в котором не должна превышать +18*.
- Одежда детей должна соответствовать месту проведения занятия, должна быть удобной и облегчённой.
- Важно, чтобы у детей было хорошее настроение, самочувствие, желание заниматься физическими упражнениями.
- Обследование следует проводить не ранее 30 мин после принятия пищи.
- Дети приглашаются небольшими подгруппами в зависимости от возраста и методики обследования.
- Перед тестированием следует провести стандартную разминку всех систем организма в соответствии со спецификой тестов.
- Форма проведения тестирования физических качеств детей должна предусматривать их стремление показать наилучший результат: дети могут сделать 2-3 попытки.
- Наилучшие результаты обследования заносятся в специальный журнал, который содержит:
 - Именной список испытуемых (по группам)
 - Дату обследования (на начало и конец учебного года)
 - Описание двигательных заданий
- Уровень двигательных качеств оценивается в цифровых показателях, а степень сформированности двигательных навыков в уровнях (высокий, средний, низкий).

Требования безопасности к проведению диагностики физических качеств дошкольников:

- В ДОУ можно использовать тесты, официально утверждённые органами образования и здравоохранения, недопустим автоматический перенос школьных методик в ДОУ.
- Тестирование физической подготовленности детей проводится по достижении ими 3 лет 6 месяцев.
- К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача-педиатра).

- Тестирование не проводится в течение месяца с детьми, перенёвшими острое заболевание, обострение хронического заболевания. Вся необходимую информацию о состоянии здоровья детей старшая медсестра предоставляет инструктору по физической культуре в начале учебного года, дополнительную – перед диагностикой.

- Особое внимание уделяется детям с повышенной возбудимостью и двигательной расторможенностью. Такие дети находятся на постоянном контроле со стороны воспитателя, старшей медсестры, инструктора по физической культуре.

- Участок или физкультурный зал, где проводится тестирование детей, должны быть подготовлены (не иметь посторонних предметов; быть хорошо проветриваемы; оборудование должно быть прочно закреплено, не иметь острых углов и т.п.).

- Обязательна страховка детей при выполнении двигательных заданий, особенно это важно для беговых упражнений, прыжков, упражнений на выносливость.

Психологическая диагностика – изучение воспитанников ДОО, педагогов и специалистов учреждения, определение индивидуальных особенностей и склонностей личности ребенка и взрослого, её потенциальных возможностей в воспитательно-образовательном процессе и трудовой деятельности, а также выявление причин и механизмов нарушений в развитии, социальной адаптации.

Диагностика психического развития проводится с целью узнать, соответствует ли познавательное, эмоциональное, социальное развитие ребенка тому среднему уровню, который условно принят для данной возрастной группы, а также для определения индивидуальных особенностей личности ребенка.

Полученные данные позволяют в дальнейшем смоделировать индивидуальную стратегию социально-психологического сопровождения каждого ребенка. Психологическая диагностика проводится педагогом-психологом как в индивидуальной, так и в групповой формах.

В работе педагога-психолога используются следующие виды диагностики:

- *Скрининговая диагностика* – проводится с группой детей и направлена на выделение детей, обладающих той или иной группой характеристик.
- *Углубленная психологическая диагностика* – проводится с детьми, нуждающимися в коррекционно-развивающей работе, по запросу родителей, педагогов и специалистов. Проводится, как правило, индивидуально.
- *Динамическое обследование* – с помощью которого прослеживается динамика развития, эффективность образовательно-воспитательного процесса, коррекционно-развивающих мероприятий.
- *Итоговая диагностика* – оценка состояния ребенка (группы детей) по окончании цикла коррекционно-развивающей работы.

При проведении любого вида диагностики педагог-психолог ДОО соблюдает следующие принципы:

- Комплексность и разносторонность в изучении ребенка, стремление к максимальному учету в оценке развития всех его значимых характеристик.
- Изучение детей в деятельности и отношениях.
- Диагностирование не как самоцель, а как средство, определяющее направление коррекционно-развивающей работы.
- Оценка развития ребенка с учетом данных его истории жизни, конкретных условий и объективных обстоятельств.

Для объективности результатов диагностики педагог-психолог принимает во внимание:

- Физическое и эмоциональное развитие и состояние ребенка;
- Психофизиологические особенности его возраста;
- Особенности работоспособности (утомляемость, истощаемость, переключаемость, темп работы и т.п.).

Психологический инструментарий

Возраст детей	Направленность методики (диагностируемые показатели)	Используемые психодиагностические методы и методики
Старший дошкольный возраст	ДИАГНОСТИКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ	
	Концентрация произвольность внимания,	Методика «Корректурная проба»
	Объем внимания и зрительной памяти	Методика «Исчезнувшие картинки»
	Объем слуховой памяти; динамика запоминания	Методика «10 слов»
	Мыслительная операция обобщение	- Методика «Классификация предметов» Методика «Исключение лишнего» Методика «Назови одним словом»
	Мыслительная операция сравнение	- Методика «Найди пару» Методика «Сходства и различия»
	Логическое мышление	Методика «Последовательные картинки»
	Пространственно восприятие	Методика «Предлоги» Методика «Разрезные картинки»
	ДАГНОСТИКА ГОТОВНОСТИ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ	
	Интеллектуальные способности	Методика экспресс-диагностики интеллектуальных способностей – «МЭДИС»
	Мыслительная операция сравнение	- Методика «Найди пару» Методика «Сходства и различия»
	Мыслительная операция обобщение	- Методика «Классификация предметов» Методика «Исключение лишнего» Методика «Назови одним словом»
	Логическое мышление	Методика «Последовательные картинки» Тест Равена
	Концентрация внимания,	Методика «Корректурная проба»

	произвольность	
	Объем внимания и зрительной памяти	Методика «10 картинок»
	Объем слуховой памяти; динамика запоминания	Методика «10 слов»
	Дифференциация звуков	Методика «Звуковые прятки»
	Мотивация	Методика «Мотивы обучения» Методика «Мотивационная анкета»
ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ		
	Поведенческие характеристики, особенности характера, эмоционально-волевой сферы	Методика «ДДЧ» («Дом. Дерево. Человек») Методика «Рисунок человека» Методика «Проективное интервью «Волшебный мир»» Методика «Несуществующее животное» Методика «Проективные картинки» Тест Люшера Цветовой тест отношений Методика «Кактус» Метод наблюдения Метод экспертных оценок
ДИАГНОСТИКА ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ		
	Стиль воспитания, система отношений в семье	Методика «Рисунок семьи» Методика «Семья в образах животных» Методика «Кинетический рисунок семьи» Опросник для родителей (А.Я.Варги, В.В.Столина) Методика «ВРР» Методика «Поле отношений» Методика «СТО» Метод наблюдения Метод экспертных оценок
ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СО СВЕРСТНИКАМИ		
	Статус ребенка в группе, структура групповых отношений	Методика «Два дома» Методика «Социометрия» Метод наблюдения Метод экспертных оценок
Средний дошкольный возраст	ДИАГНОСТИКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ	
	Концентрация внимания, произвольность	Методика «Корректирующая проба» Метод наблюдения
	Объем внимания и зрительной памяти	Методика «Запомни картинки»
	Объем слуховой памяти; динамика запоминания	Методика «6 слов»
	Мыслительная операция -	Методика «Что это?»

	обобщение	
	Мыслительная операция - сравнение	Методика «Сходства и различия»
	Логическое мышление	Методика «Последовательные картинки» Методика «Нелепицы»
	Пространственно восприятие	Методика «Разрезные картинки» Методика «перепутанные предметы»
ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ		
	Поведенческие характеристики, особенности характера, эмоционально-волевой сферы	Методика «ДДЧ» («Дом. Дерево. Человек») Методика «Рисунок человека» Методика «Проективное интервью «Волшебный мир» Методика «Несуществующее животное» Методика «Проективные картинки» Тест Люшера Цветовой тест отношений Методика «Кактус» Проективные техники Метод наблюдения Метод экспертных оценок
ДИАГНОСТИКА ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ		
	Стиль воспитания, система отношений в семье	Методика «Рисунок семьи» Методика «Семья в образах животных» Методика «Кинетический рисунок семьи» Опросник для родителей (А.Я.Варги, В.В.Столина) Методика «ВРР» Методика «Поле отношений» Методика «СТО» Проективные техники Метод наблюдения Метод экспертных оценок
ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СО СВЕРСТНИКАМИ		
	Статус ребенка в группе, структура групповых отношений	Методика «Два дома» Метод наблюдения Метод экспертных оценок
Младший дошкольный возраст	ДИАГНОСТИКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ	
	Особенности внимания	Метод наблюдения Метод экспертных оценок
	Особенности памяти	Метод наблюдения Метод экспертных оценок
	Мыслительные операции	Метод наблюдения Метод экспертных оценок
	ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ	

	Поведенческие особенности, эмоционально-волевой сферы	характеристики, характера,	Метод наблюдения Метод экспертных оценок
ДИАГНОСТИКА ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ			
	Стиль отношений в семье	воспитания, система	Метод наблюдения Метод экспертных оценок
ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СО СВЕРСТНИКАМИ			
	Статус ребенка в группе, групповых отношений	структура	Метод наблюдения Метод экспертных оценок
Ранний возраст	ДИАГНОСТИКА ПРОТЕКАНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ		
	Психосоматические показатели (сон, аппетит и т.д.)		Метод наблюдения Метод экспертных оценок
	Поведенческие особенности, эмоционально-волевой сферы	характеристики, характера,	Метод наблюдения Метод экспертных оценок

Данный список диагностических методов и методик может быть дополнен по желанию педагога-психолога с учетом последних разработок психологической науки, особенностей образовательно-воспитательного процесса, процесса акселерации подрастающих поколений.

2. Основные параметры знаний и умений воспитанников по разделу «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными» программы «Детство»

Возраст детей	Освоение основ гигиенической культуры	Овладение основами двигательной культуры
Младший Третий год жизни	<ul style="list-style-type: none"> - На картинках и в жизни узнаёт процессы умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения - Знает и называет предметы, необходимые для различных гигиенических процедур. Называет действия с ними. - Переживает положительные чувства в связи с выполнением гигиенических процедур - Знает короткие стихи и потешки об культурно-гигиенических процедурах, повторяет их за взрослым 	<ul style="list-style-type: none"> - Большинство осваиваемых движений выполняется ребёнком активно, наблюдается согласованность в движениях рук и ног (в ходьбе и беге) - Хорошо реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним - Выдерживает заданный темп - Проявляет положительное эмоциональное отношение к двигательной активности, самостоятельно воспроизводит ранее освоенные движения
	- В жизни и на картинках	- Ребёнок уверенно,

<p>Четвёртый год жизни</p>	<p>уверенно узнаёт процессы умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знает многие предметы и действия, связанные с выполнением гигиенических процессов - Знает отдельные правила поведения за столом - Знает стихи о чистоте, опрятности, с удовольствием слушает детски книги с тематикой формирования культурно-гигиенических навыков 	<p>самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе</p> <ul style="list-style-type: none"> - Легко находит своё место при совместных построениях и в играх - Быстро реагирует на сигнал, переключается с одного движения на другое - С большим удовольствием участвует в играх, строго соблюдает правила, стремиться к выполнению ведущих ролей в игре
<p>Средний Пятый год жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Сформировано положительное отношение к гигиеническим процессам и культуре еды - Знает последовательность действий в процессах умывания, одевания, правил поведения за столом - Знает наизусть стихи и потешки, связанные с выполнением культурно-гигиенических правил 	<ul style="list-style-type: none"> - Ребёнок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям - Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушения правил в играх - Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность
<p>Старший Шестой год жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Имеет представления о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур, закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики, о необходимости активного пребывания на свежем воздухе для укрепления здоровья - Знаком с основными правилами безопасного поведения, имеет сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, о важности охраны органов чувств, о правилах поведения в обществе в случае заболевания, о некоторых правилах ухода за больным - Углублены представления о правилах гигиены и способах осуществления гигиенических процедур - Знает пословицы, поговорки, стихи о здоровье, гигиене, культуре еды 	<ul style="list-style-type: none"> - Ребёнок уверенно, точно с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения - Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений - Проявляет самоконтроль и самооценку, стремиться к лучшему результату - Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру - Интерес к физическим упражнениям высокий и стойкий
<p>Седьмой год жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Имеет представления о здоровье 	<ul style="list-style-type: none"> - Ребёнок результативно,

и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур, закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики, о необходимости активного пребывания на свежем воздухе для укрепления здоровья

- Знаком с основными правилами безопасного поведения, имеет сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, о важности охраны органов чувств, о правилах поведения в обществе в случае заболевания, о некоторых правилах ухода за больным
- Углублены представления о правилах гигиены и способах осуществления гигиенических процедур
- Знает пословицы, поговорки, стихи о здоровье, гигиене, культуре еды

уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения, самоконтроль и самооценка постоянны

- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передаёт своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

3. Медико-педагогический контроль за физкультурно-оздоровительной работой в дошкольном учреждении

Медико-педагогический контроль за физкультурным занятием

ПРОТОКОЛ № __

медико-педагогического контроля физкультурного занятия

1. Дата: _____; группа: _____; воспитатель: _____
2. Присутствовало ____ детей (подгруппа/фронтально)
3. Санитарно-гигиенические условия: соблюдены/не соблюдены
4. Оборудование к занятию: соответствует задачам занятия/не соответствует
5. Длительность занятия – ____ мин.
 - Вводная часть – ____ мин.
 - Основная часть – ____ мин.
 - П/игра – ____ мин
 - Заключительная часть – ____ мин.
6. Определение плотности занятия (хронометраж)

Сек.	Минуты														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
10	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
20	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
30	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
40	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
50	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-

60	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
	Водная часть			ОРУ			ОВД			П/и			Закл.ч.		

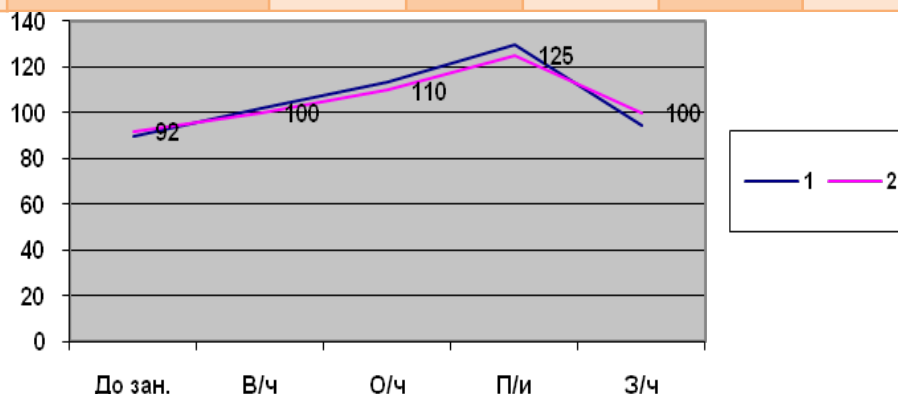
Плотность занятия:

- Общая – ___ мин/___ мин * 100 % = ___ %

- Моторная – ___ мин/___ мин * 100 % = ___ %

6. Физиологическая кривая занятия

№	Ф.И.ребёнка	Возраст	Гр.зд.	Пульс (удар в мин)				
				До начала занятия	Вводная часть	Основная часть	П/игра	Закл. часть
1.		4,6	1-ая	90	102	114	130	95
2.		4,2	1-ая	92	100	110	125	100



Вывод: наблюдается постепенное ускорение, а затем замедление пульса у детей. Средний уровень частоты сердечных сокращений – 140 ударов в минуту, следовательно, тренирующая направленность физкультурного занятия достигнута, это даёт оздоровительный эффект.

7. Заключение: Занятие спланировано и проведено методически верно. Воспитатель и дети с поставленными задачами справились.

Старший воспитатель _____ Ф.И.О.

Старшая медсестра _____ Ф.И.О.

Нормы физической нагрузки для детей дошкольного возраста

Возраст ребёнка	Частота сердечных сокращений (мин) в
-----------------	--------------------------------------

	состоянии покоя
3-4 года	100-110
4-5 лет	80-100
5-7 лет	80-100

При правильном распределении физической нагрузки на занятия пульс увеличивается на 15-20 % в вводной части занятия; на 40-70 % - в конце основной части (пик нагрузки), к концу занятия пульс должен вернуться к исходной величине.

Тренирующая направленность физических занятий достигается при среднем уровне частоты сердечных сокращений 130-140 ударов в минуту у детей 3-4 лет, 140-160 ударов в минуту у детей 6-7 лет.

Признаками резкого утомления у детей являются признаки:

- резкое покраснение или побледнение лица;
- общее выступание соли на коже;
- дыхание частое, поверхностное;
- может быть одышка, дрожание конечностей, головокружение, шум в ушах, рвота

Оценка двигательной активности детей на физкультурных занятиях определяется по формулам:

$$\text{Общая плотность} = \frac{\text{полезное (педагогически целесообразное) время}}{\text{продолжительность занятия}} * 100\%$$

N – не менее 80 – 90 %

$$\text{Моторная плотность} = \frac{\text{Время, затраченное на упражнения}}{\text{общее время занятия}} * 100\%$$

N – 70 – 80 % (младший возраст)

70 – 85 % (старший возраст)

Моторная плотность утренней гимнастики – 80 – 95 %

4. Мониторинг здоровья детей

Число заболеваний детей в сравнении за два года

Наименование болезни	Зарегистрировано случаев заболеваний, единиц		в т.ч. в возрасте 3 года и старше	
	20--- год	20---год	20---год	20---год
ВСЕГО:				
Из них:				
- бактериальная дизентерия				
- энтериты, колиты и гастроэнтериты, вызванные установленными и неточно обозначенными возбудителями				
- скарлатина				
- грипп и острые инфекции				

верхних дыхательных путей				
- пневмония				
- несчастные случаи, отравления, травмы				
Другие заболевания				

Количество дней, пропущенных по болезни, в сравнении за два года

	20-- год	20-- год
Ранний возраст		
3 года и старше		
Всего по ДОУ		

Пропуск дней по болезни одним ребёнком, в сравнении за два года

	20-- год	20-- год
Ранний возраст		
3 года и старше		
Всего по ДОУ		

Другие параметры мониторинга здоровья детей, в сравнении за два года

ПАРАМЕТРЫ	20—год	20—год
Количество детей, не болевших в году		
Индекс здоровья (%)		
Количество детей ЧДБ		
Количество детей, стоящих на учёте у специалистов		
ВСЕГО:		
из них		
- хирург		
- окулист		
- невропатолог		
- ЛОР		
- дерматолог		
- педиатр		
- фтизиатр		
- логопед		
- кардиолог		

Распределение детей по группам здоровья в сравнении за два года

Возраст	Группа здоровья	20-- г. (количество детей - %)	20-- г. (количество детей - %)
ранний	I		
	II		
	III		
	IV		
младший	I		
	II		
	III		
	IV		
средний	I		
	II		
	III		
	IV		
старший	I		
	II		
	III		
	IV		
подготовительный к школе	I		
	II		
	III		
	IV		
Всего по ДОУ	I		
	II		
	III		
	IV		

ЛИТЕРАТУРА:

1. «Детство: программа развития и воспитания детей в детском саду» В.И.Логиновой, Т.И.Бабаевой, З.А.Михайловой и др.– С-Пб, 2002 г.
2. Авдеева Н.А., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. «Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста». – С-Пб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002
3. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник». – М: АРКТИ, 2001.
4. Белая К.Ю., Зимонина В.Н. «Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице». – Москва «Просвещение», 2000
5. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». – С-Пб, 2000
6. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам». – Москва «Владос», 2004
7. Гончарук Г.Н. «Игровая физкультура». – СПб, 2000.
8. Ефименко Н.Н. «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». – М., 1999.
9. Картушина М.Ю. «Зелёный огонёк здоровья». – С-Пб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000

10. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». – Москва «Генезис», 2007
11. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления». – М: ЛИНКА – ПРЕСС, 2000.
12. Кузнецова В.М. «В поиске ради здоровья». – Мурманск, 1996.
13. Л.М.Щипицина, О.В.Защиринская, А.П.Воронова, Т.А.Нилова «Азбука общения» (СПб: 2003).
14. Логвина Г.Б., Шебеко В.Н., Шишкина В.А. «Диагностика и коррекция физического состояния детей дошкольного возраста». – Минск, 1996.
15. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг». – С-Пб «Речь», 2005
16. Т.П.Колодяжная «Управление современным дошкольным образовательным учреждением: часть 2» (Ростов – н/Д: 2002).
17. Чистякова М.И. «Психогимнастика». – Москва «Просвещение», 1995
18. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М: Владос, 1999