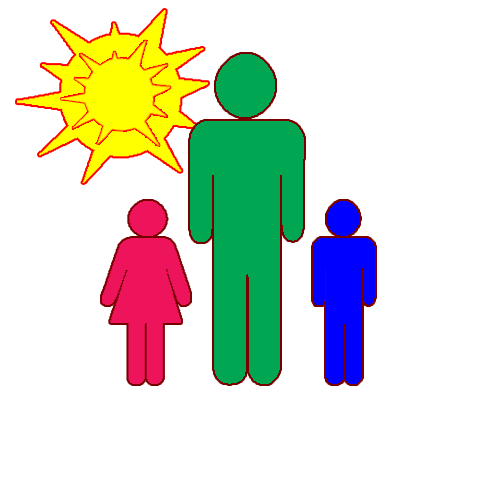


**Пояснительная записка**



На современном этапе развития системы дошкольного образования оздоровительное направление становится все более значимым. Данные научных публикаций показывают, что около 30—35% дошкольников 5—6 лет имеют низкий уровень развития основных физических качеств, у них отмечается недостаток двигательной активности на физкультурных занятиях.

Результаты некоторых исследований указывают на тот факт, что потребность дошкольников в движениях удовлетворяется лишь на 26—38%; дети двигаются лишь около 30% времени пребывания в детском саду, остальное время они находятся в малоподвижном или неподвижном состоянии. Это не соответствует биологической потребности детского организма в движении.

Необходимо так предусмотреть рациональное сочетание разных видов занятий и форм двигательной активности, чтобы общий объем двигательной активности ребенка составлял не менее 60% времени пребывания в ДО.

Потребность в движении, повышенная двигательная активность — наиболее важные биологические особенности детского организма. Восполнение вынужденного дефицита движений при помощи физических упражнений, правильно организованного двигательного режима является одной из главных задач физического образования детей дошкольного возраста. Поэтому требуется особое внимание к обеспечению соответствующего возрасту режима двигательной активности. Задача педагогов и родителей — создать условия для правильного физического развития ребенка, обеспечить оптимальный режим двигательной активности, способствующий своевременному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников, с учетом сензитивных для развития определенных двигательных умений периодов.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Основной задачей дошкольных учреждений на современном этапе развития системы образования является оптимизация оздоровительной деятельности, это должно строиться с позиций системного подхода, призванного в комплексе решать как медико-социальные, так и психолого-педагогические проблемы детей дошкольного возраста. В свою очередь это требует объединения общих усилий большого круга специалистов разного профиля.

Программа представляет собой систему мер, направленных на управление развитием оздоровительной деятельности, ее модернизацию и совершенствование ее качества.

Во-вторых, программа позволяет выделить приоритетные цели оздоровительной деятельности в соответствии со спецификой состояния здоровья и физического развития детей.

**Цели, задачи оздоровительной программы.**

***Цели программы*** — создание надежной системы управления оздоровительной деятельностью. Эта система должна гарантировать возврат затраченных ресурсов в виде крепкого здоровья и полноценного физического и психического развития воспитанников дошкольного учреждения.

Выстраивание алгоритмов деятельности позволят своевременно разрабатывать систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребенка. Создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей дошкольного возраста и формирования привычки здорового образа жизни.

***Задачи программы:***

1. Оптимизировать оздоровительную деятельность в ДО путем организации **здоровьесберегающего педагогического процесса**, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям.

2. Осуществить выбор оздоровительных технологий с учетом особенностей ДО.

3. Разработать и апробировать систему педагогических воздействий, направленных на формирования компетентности здоровьесбережения дошкольников

4. Разработать и апробировать алгоритмы здоровьеориентированной деятельности субъектов образовательного процесса дошкольного учреждения.

5. Обеспечить системный подход, призванный в комплексе решать как медико-социальные, так и психолого-педагогические проблемы детей дошкольного возраста.

6. Разработать систему мер, направленных на управление развитием оздоровительной деятельности, ее модернизацию и совершенствование ее качества.

7. Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей путем развития здоровьесберегающих навыков и умений, формирования привычки думать и заботиться о своем здоровье.

***Ожидаемые результаты:***

* Повышение профессиональной культуры педагогов в вопросах здоровьесбережения.
* Повышение валеологической грамотности родителей.
* Улучшение здоровья детей, сформированность у выпускников ДО навыков личной гигиены, желание вести здоровый образ жизни (быть на свежем воздухе, заниматься спортивными играми, улучшать свои результаты по освоению основных видов движений, испытывать чувство радости и удовольствия от состояния быть здоровым), повышение уровня адаптации к современным условиям жизни.

**Основные принципы программы:**

**1.** ***Активности*** и ***сознательности*** — определяется через участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

***2. Систематичности и последовательности в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса.*** Принцип предполагаетсистематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культурыдошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми наразных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания,форм, средств и методов работы;

***3. «Не навреди»*** - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

***4. Доступности и индивидуализации*** – оздоровительная работа в детском саду должна строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

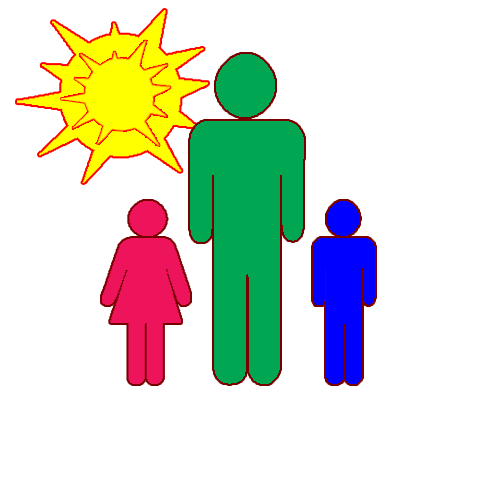
***5. Интегративности*** - решение оздоровительных задач в системе всего образовательного процесса и всех видов деятельности.

***6. Системного подхода –*** оздоровительная направленность образовательного процесса достигается через комплекс избирательно вовлеченных компонентов взаимодействия и взаимоотношений, которые направлены на полезный результат – оздоровление субъектов образовательного процесса (из теории функциональных систем П.К. Анохина).

***7. Оздоровительной направленности*** — нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

***8. Комплексного междисциплинарного подхода.*** Работа учитывает тесную связь между медицинским персоналом ДОУ и педагогическим коллективом, а также отсутствие строгой предметности

**РАЗДЕЛ 1. ИНФОРМАЦИОННО - АНАЛИТИЧЕСКИЙ**



Оценка эффективности реализованных оздоровительных мероприятий проводится на основе показателей:

— общей заболеваемости

— заболеваемости детей в случаях и днях на одного ребенка;

— процента часто болеющих детей;

— индекса здоровья;

— количества детей с хроническими заболеваниями;

— удельного веса детей с удовлетворительной адаптацией;

— уровня развития основных видов движений и их прироста за год;

— распределения детей по группам здоровья.

**Оценка состояния здоровья детей за три года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Год | Число дней, пропущенных  одним ребенком по болезни | Количество и % часто болеющих детей | Количество и % детей с  нарушением здоровья,  вызванного адаптацией в ДОУ |
| **2014 - 2015** | **21,9** | **10 --- 6,2%** | **0** |
| **2015 - 2016** | **22,3** | **9 --- 5,4%** | **0** |
| **2016 - 2017** | **19,8** | **14--- 8,6%** | **0** |

**Данные по травматизму**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **2014 - 2015** | **2015- 2016** | **2016 - 2017** |
| На занятиях | **0** | **0** | **0** |
| В режимные моменты | **0** | **0** | **1** |
| На прогулке | **0** | **1** | **0** |

**Распределение детей по группам здоровья**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группы  здоровья | Показатели по учебным годам | | | | | |
|  | 2014 - 2015 | | 2015 - 2016 | | 2016 - 2017 | |
|  | Количество  детей | % | Количество  детей | % | Количество  детей | % |
| I | **1** | **0,6** | **0** | **0** | **0** | **0** |
| II | **131** | **86,7** | **165** | **95** | **153** | **94,4** |
| III | **29** | **10,6** | **9** | **5** | **9** | **5,6** |
| IV | **0** | **0** | **0** | **0** | **0** | **0** |

**Индекс здоровья**

В настоящее время в детском саду 0 % детей имеют первую группу здоровья, 94,4% вторую, 5,6 % третью 0 % четвертую

Чтобы оценить успешность работы по физическому воспитанию мы провели диагностику физических качеств и основных видов движений.

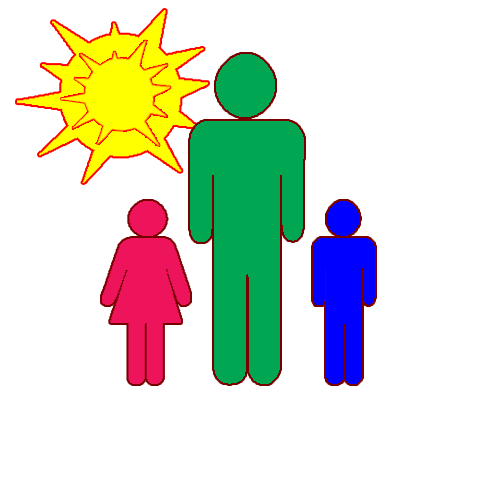
Для оценки темпов прироста взяты основные показатели видов движений и физических качеств личности: челночный бег, прыжки, бросание и ловля мяча, ползание лазание, равновесие, быстрота, гибкость и сила.

**Вывод: В настоящее время выросло число детей со II группой здоровья с 86,7% до 94,4%, но уменьшилось количество детей с I группой здоровья с 0,6% до 0%. Число детей, имеющих III группу здоровья так же снизилось с 10,6% до 5,6%.**

**Увеличилось количество случаев травматизма с 0 в 2014 -2015 г.г. до 1 в 2015-2016 г.г. и 2016-2017 г.г.**

**Заметно уменьшилось число дней, пропущенных одним ребенком по болезни с 21,9 до 19,8, хотя в 2015-2016 учебном году было повышение уровня заболеваемости одним ребенком до 22,3 по причине вспышки ветряной оспы. Наблюдается увеличение количества ЧДБ детей за тот же период с 10 до 14 детей.**

**РАЗДЕЛ 2. проектно - технологический**



**Программа «Я и моё здоровье»**

Психическое здоровье

(обеспечение психологического благополучия)

Социально-нравственное здоровье

(приобщение ребенка к общечеловеческим ценностям)

Физическое здоровье

(охрана и укрепление физического здоровья)

***Физическое здоровье***

**Цель:**  Повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в детском саду и в семье.

**Задачи:**

* изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;
* анализ возможности образовательного процесса в дошкольной организации и семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
* укрепление здоровья детей;
* воспитание потребности в здоровом образе жизни;
* организация специальной коррекционно-развивающей работы с учетом индивидуальных особенностей детей, уровнем физического развития

***Социально-нравственное здоровье***

**Цель:** Формирование духовных общечеловеческих ценностей.

**Задачи:**

* воспитание основ духовности, гуманизма, созидательно-творческого отношения ребенка к миру;
* формирование высоконравственных начал личности через культуру речевого общения;
* формирование представлений у ребенка о взаимосвязи природы и человека.

***Психическое здоровье***

**Цель:** Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

**Задачи:**

* создание в ДО атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
* купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДОУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

* формирование навыков общения;
* гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
* коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
* коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

**Программное обеспечение**

|  |  |
| --- | --- |
| Комплексные программы | Примерная основная общеобразовательная программа «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой) |
| Парциальные программы | «Основы безопасности детей дошкольного возраста» (О.Князева, Р. Стеркина) |
| Физическая культура | - Л.Н.Савичева. Физкультура – это радость. С-Пб. Дктство-Пресс. 2001  - М.А.Рунова. Движение день за днем. М. Линка-Пресс. 2007В.Г. Фролов. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. М. Просвещение 1986  - Т.Осокина, Е.Тимофеева, Л.Фурмина. Игры и развлечения детей на воздухе. М. Просвещение 1983  - Г.Лескова, П.Буцинская, В.Васюкова. Общеразвивающие упражнения в детском саду. М. Просвещение. 1981  - А.И.Фомина. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. М.Просещение. 1984  - Т.Осокина, Е.Тимофеева, М.Рунова. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование. М. Мозаика-Синтез. 1999  - Н.С.Голицина. нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ. М. Скрипторий. 2006  - В.Л. Страковская. З00 подвижных игр для оздоровления детей. М. Новая школа. 1994  - К.К.Утробина Занимательная физкультура для дошкольников. М. Гном иД. 2003  - В.К.Величко. Физкультура для ослабленных детей. М. Физическая культура и спорт. 1989  - Литвинова М.Ф. Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни. М., Айрис Пресс, 2005.  - Литвинова М.Ф. Подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни. М., Линка-Пресс, 2006.  - Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве. М., Просвещие,2008.  С.Я.Лайзане. Физическая культура для малышей. М., Просвещение., 1987  - Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 лет. М., Просвещение, 2007  Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. С-Пб., Детство-Пресс, 2010.  - Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. М., Мозаика-Синтез, 2009.  - Дик Н.Ф. Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников. М., Русское слово, 2007.  - Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. М., Мозаика-Синтез, 2011.  - Кенеман А.В., Осокина Т.И. Детские народные подвижные игры. М., Владос, 1995.  Л.И.Пензулаева. Подвижные игры и игровые упражнения. М.Владос. 2002  И.В.Полтавцева, Н.А.Гордова. Физическая культура в дошкольном детстве. М.Просвещение. 2007  Н.Б.Муллаева. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. С-Пб. Детство-Пресс. 2005 |
| Оздоровление | Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев. Твое здоровье. Укрепление организма. С-Пб. Детство-Пресс. 2001  О здоровье дошкольников. Сост. Нищева Н.В. С-Пб. Детство-Пресс. 2006  В.И.Возная, И.Т.Коновалова и др. Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ. М. Сфера. 2006  Е.С.Фролова, Е.Э. Цвекова. Познай себя. Яр. Нюанс. 1996  Н.С.Голицина, И.М.Шумова. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. М. Скрипторий 2007  М.Д.Маханева. Воспитание здорового ребенка. М. АРКТИ. 1997  Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко. Школа здорового человека. М. Сфера. 2006  Н.Авдеева, О.Князева, Р.Стеркина. Безопасность.С-Пб. Детство-Пресс. 2004  Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. М., Линка-Пресс, 2000  Уроки Мойдодыра. Под ред. В.В.Колбанова. С-Пб. Акцидент. 1997  - Ефименко Н.Е. Театр физического развития и оздоровления. М., Линка-Пресс, 1999.  М.Ф.Литвинова. Русские народные подвижные игры. М.Просвещение. 1986  Н.В.Полтавцева, М.Ю. Сторожева и др. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни. М.Сфера. 2012 |
| Развитие мелкой моторики и артикуляционного аппарата | В.В. Коноваленко, С.В. Коноваленко. Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. М. ГНОМ и Д. 2004  2. Т.А.Ткаченко. Физкультминутки для развития пальцевой моторики у дошкольников с нарушением речи. М. ГНОМ и Д. 2004 |

**Содержание программы**

**Основные блоки работы:**

1. Комплексная оценка физического развития и состояния здоровья воспитанников.

2. Физкультурно-оздоровительная работа.

3. Организация двигательной активности, разработка рекомендаций двигательного режима.

4. Воспитание культуры здоровья воспитанников.

5. Формирование психологического здоровья. Коррекционно-развивающая работа.

6. Лечебно-профилактическая работа.

7. Повышение педагогического мастерства в вопросах оздоровления детей.

8. Взаимодействие с семьями воспитанников и социальными институтами детства по вопросам здоровьесбереджения.

9. Оценка соответствия применяемых средств и методов оздоровления ее задачам и возможностям ребенка в целях совершенствования

планирования программы оздоровления.

10. Создание здоровьесберегающей среды в ДО.

**1. Комплексная оценка физического развития и состояния здоровья воспитанников.**

Оценка физического развития и состояния здоровья включает технологии психолого-педагогического мониторинга физического воспитания, анализ физических, психических, социальных аспектов развития и здоровья ребенка, анализ медико-психологических, педагогических условий воспитания, развития, здоровьесбережения; выявление запросов семьи. Происходит выявление проблем развития и здоровья, разработка стратегии сопровождения ребенка.

Медико-психолого-педагогическое сопровождение включает:

* Разработку индивидуальных маршрутов развития и укрепления здоровья ребенка;
* Разработку мероприятий по профилактике физических, речевых и эмоционально-личностных проблем;
* Системную индивидуальную коррекционно-развивающую и оздоровительную работу;
* Консультирование: педагогов, родителей;
* Разработку и внедрение рекомендаций по организации здоровьесберегающей предметно-пространственной среды.

**2. Физкультурно-оздоровительная работа**

***задачи:***

- развивать двигательные качества и обеспечить нормальный уровень физической подготовленности в соответствии с возможностями

и состоянием здоровья ребенка.

- поддерживать и стимулировать стремление дошкольников к творческому самовыражению в движении.

- развивать интерес к различным видам спорта, приобщая к первоначальной спортивной активности.

- развивать физические качества (волю, целеустремлённость, силу, ловкость, выносливость, смелость).

- воспитывать потребность в самостоятельной двигательной активности и формировать двигательные умения и навыки.

Физическое воспитание строится в следующих направлениях:

- разумное определение суммарных объемов нагрузок на ребенка;

- локальность действия упражнений для укрепления мышц, поддерживающих правильную осанку, свод стопы, обеспечивающих работу

кисти, развитие двигательных качеств (ведущих в разные годы жизни);

- развитие потребности в движениях;

- обогащение двигательного опыта за счет освоения полезных основных движений с учетом взаимосвязи их формирования с развитием

двигательных качеств;

- закаливание за счет использования различных средств физического воспитания, в том числе и физических упражнений разного вида

(основной и бодрящей гимнастики, подвижных игр, спортивных упражнений), для повышения общей резистентности организма к простудным и прочим заболеваниям;

- профилактика и коррекция отклонений в развитии отдельных систем организма развитие психических процессов, познавательной

творческой активности в двигательной деятельности;

- развитие социально значимых личностных качеств - настойчивости, любознательности, самостоятельности, организованности,

- развитие ребенка как субъекта двигательной деятельности, в которой он приобретает компетенции, позволяющие осознать свое «Я», свои

способности, проявить любознательность, инициативность.

**3. Организация двигательной активности, разработка рекомендаций двигательного режима**

**Система работы по организации двигательной активности дошкольников**

**Формы работы**

**Специально организованная деятельность**

**Работа с родите**

**лями**

**Организация игровых**

**центров**:

- физкультурный центр в группе

- спортивная площадка

- оформление наглядной информации, в т.ч .на сайте МДОУ

- консультации

- совместные мероприятия

- посещение родителями режимных моментов

- речевое развитие

- познавательное развитие

-художественно-эстетическое развитие

-социально-коммуникативное развитие

- совместные игры

- аттракционы

- соревнования

- спортивные праздники

- спортивные развлечения

- индивидуальная работа

- спортивные секции

**Гимнастика**

- утренняя

-пробуждающая

(после сна)

- корригирующая

- динамические паузы

- физкультминутки

- психогимнастика

**Подвижные игры и упражнения**

**Логоритмика**

**Индивидуальная работа**

**Совместная деятельность**

**Самостоятельная деятельность**

**Интеграция с другими образовательными областями**

**ОД**

- традиционные

- тематические

- итоговые

- проверочные

- комплексные

-интегрированные

- в форме подвижных игр

- в форме аттракционов

- целевые прогулки

- спортивные соревнования

**Максимальная двигательная нагрузка на детей дошкольного возраста в неделю в организованных видах**

**деятельности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Утренняя**  **гимнастика** | | **Занятия** | **Гимнастика**  **после сна** | **Динами-**  **ческий**  **час** | **Час двигательного творчества** | **Подвижные**  **игры на**  **прогулке** | **Спортивные развлечения** | **Спортивные праздники** | **Неделя здоровья** | **Индивидуальная работа** |
|  | **Младшая группа** | | | | | | | | | |
| 5 дней  до 7 мин.  **35 мин**. | | 15 мин.  3 р./нед.  **45 мин.** | 5 дней  5 мин.  **25 мин**. | 7 мин.  2 раза  в месяц | 7 мин.  2 раза  в месяц | **20 мин.** | 15 мин.  1 раз  в неделю | 20 мин.  3 раза  в год | 1 раз  в квартал | Организация ДА  **10 мин.** |
|  | **Средняя группа** | | | | | | | | | |
| 5 дней  10 мин.  **50 мин.** | | 20 мин.  3р./нед.  **1 час** | 5 дней  7 мин.  **35 мин.** | 10 мин.  2 раза  в месяц | 10 мин.  2 раза  в месяц | **30 мин.** | 20 мин.  1 раз в неделю | 30 мин.  3 раза  в год | 1 раз  в квартал | Организация ДА  **10 мин.** |
|  | **Старшая группа** | | | | | | | | | |
| 5 дней  10 мин.  **50 мин**. | | 22 мин.  3р./нед.  **1ч.06 мин.** | 5 дней  10 мин.  **50 мин.** | 15 мин.  2 раза  в месяц | 15 мин.  2 раза  в месяц | **40 мин.** | 25 мин.  1 раз в неделю | 40 мин.  3 раза  в год | 1 раз  в квартал | Организация ДА  **15 мин.** |
|  | **Подготовительная группа** | | | | | | | | | |
| 5 дней  10 мин.  **50 мин.** | | 30 мин.  3р./нед.  **1ч.30 мин.** | 5 дней  10 мин.  **50 мин.** | 20 мин.  2 раза  в месяц | 20 мин.  2 раза  в месяц | **1 час** | 30 мин.  1 раз в неделю | 50 мин.  3 раза  в год | 1 раз  в квартал | Организация ДА  **15 мин.** |

**Особенности организации**

**1 Физкультурно-оздоровительные мероприятия.**

1.1 Утренняя гимнастика. Ежедневно на открытом воздухе или в зале.

1.2 Динамическая пауза. Ежедневно во время перерыва между занятиями (с преобладанием статистических поз). Длительность 5-7 минут

1.3 Физкультминутка. Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий.

1.4 Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. Ежедневно во время прогулки.

1.5 Индивидуальная работа по развитию движений. Во время вечерней прогулки, ежедневно.

1.6 Целевые прогулки. Раз в месяц с организацией игр, соревнований. Длительность 40-90 минут, средние и старшие группы.

1.7 Гимнастика после дневного сна в сочетании с самомассажем лица и хождением по дорожкам здоровья. Ежедневно, по мере пробуждения детей. Длительность 10 минут.

1.8. Логоритмика. Проводится учителем-логопедом, музыкальным руководителем 1 раз в неделю по подгруппам.

**2. Специально организованная деятельность.**

2.1. По физической культуре - проводятся три занятия в неделю (одно на улице в холодный период года, в теплый - большинство на свежем воздухе в зависимости от погоды). Длительность 10-30 мин.( в зависимости от возраста).

**3. Самостоятельная деятельность**

Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.

**4. Физкультурно-массовые мероприятия**

4.1 Недели здоровья - один раз в квартал

4.2 Физкультурный досуг - один раз в месяц. Длительность 20-40 минут (в зависимости от возраста)

4.3 Физкультурно-спортивные праздники. Три раза в год. Длительность 20-50 минут.

4.5 Игры-соревнования между возрастными группами. Один-два раза в год. Длительность 20-40 минут.

4.6. Спортивные развлечения внутри группы 1 раз в неделю. Продолжительность зависит от возрастной группы.

**5. Совместная оздоровительно-физкультурная работа ДОУ и родителей**

5.1 Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада.

Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, походов, посещения открытых занятий.

**Система общеоздоровительных мероприятий** в детском саду включает:

-привитие культурно-гигиенических навыков у детей, начиная с раннего возраста.

- обучение уходу детей за своим телом;

- закаливание;

- витаминные напитки,

- комплексы оздоровительных упражнений;

- дыхательные упражнения;

- профилактика против гриппа (оксолиновая мазь);

- гимнастика пробуждения с использованием элементов самомассажа лица.

-хождение по дорожкам здоровья;

- полоскание полости рта;

**Примерная модель двигательного режима в ДО**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Вид занятий и форма двигательной активности детей. | Особенность организации. |
|  | **Физкультурно-оздоровительные занятия.** | |
| **1** | Утренняя гимнастика | Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность 7-10 мин |
| **2** | Физкультминутка | Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, 2- 3 мин |
| **3** | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно, во время прогулки, длительность 20-25 мин |
| **4** | Индивидуально-дифференцированные игры-упражнения на прогулке | Ежедневно, во время утренней или вечерней прогулки, длительность 12-15 мин |
| **5** | Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке | Ежедневно во время прогулки, длительность- 10- 15 мин |
| **6** | Гимнастика после сна | Ежедневно, 5 - 10 мин. |
| **7** | Пальчиковая гимнастика | 3-4 раза в день по 2-3 минуты |
| **8** | Дыхательная гимнастика | по 1-2 мин во время бодрящей гимнастики |
| **9** | Артикуляционная гимнастика | 1 раз в день по 3 минуты |
| **10** | Закаливающие процедуры | Ежедневно |
| **11** | Физкультурные и музыкальные занятия | Ежедневно, согласно расписанию. |
| **12** | Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей |
| **13** | Физкультурно - спортивные праздники | 2-3 раза в год на воздухе или в зале, длительность- до 50 мин |
| **14** | Спортивные развлечения | 1 раз в неделю до 30 мин |
| **15** | Участие родителей в физкультурно- оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада | Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников |

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ на неделю**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **формы двигательной активности** | **группа** | **время в режиме дня** | **место проведения** | **кто проводит** | **особенности организации** |
| утренняя гимнастика | все возрастные группы | с 7-50 до 8-30  (в сумме для всех дошкольных групп) | зал | воспитатель | в теплое время – на улице  комплекс составляется на 2 нед.  без предметов – 2 раза в кв. |
| бодрящая гимнастика | Все группы | с 15-00 до 15-15 | группа | воспитатель | упражнения в постели, на стульчиках  дыхательные упражнения |
| двигательная деятельность на улице:  - подвижные игры  - спортивные упражнения  - спортивные игры | все возрастные группы | в часы прогулок | на улице | воспитатель | 1 подв. игра большой подвижности,  1 игра – малой подв., |
| все возрастные группы | в часы прогулок | на улице | воспитатель | 2 раза в неделю |
| старшая, под­готовит | в часы прогулок | на улице | воспитатель | 2 раза в неделю |
| физкультурное занятие | все возрастные группы | во время НОД | зал  спортивный участок | воспитатель | 2 занятия в зале  1 в часы прогулки |
| самомассаж | старшие группы | в конце бодрящей гимнастики | группа | воспитатель | В соответствии с планирование комплексов бодрящей гимнастики |
| логоритмика | дошкольные группы | 1 или 2 половина дня | зал, группа | логопед, муз. руководитель | 1 раз в неделю  по подгруппам |
| медленный оздоровительный бег | средняя (начиная с весны)  старшие гр. | вначале прогулки | улица | воспитатель  физрук | в теплое время года  дифференцированный подход к нагрузке мальчиков и девочек |
| час двигательного творчества | дошкольные группы | вторая половина дня | зал,  улица | воспитатель  физрук | 2 раза в месяц |
| Спортивное развлечение | воспитатель  физрук | вторая половина дня | зал,  улица | воспитатель  физрук | 1 раз в неделю |
| Пальчиковая гимнастика | все группы | в любое удобное время | группа | воспитатель | 3-4 раза в день по 2-3 мин |
| Артикуляционная гимнастика | дошкольные группы | в любое удобное время | группа | логопед  воспитатель | 1 раз в день по 3 мин |

**4. Воспитание культуры здоровья воспитанников**

**Задачи:**

- развивать здоровьесберегающие навыки и умения;

- воспитывать бережное отношение к своему организму, формировать культурно-гигиенические навыки;

- формировать привычку к здоровому образу жизни, формировать сознательное отношение к своему здоровью.

**Валеологическое образование** – это составная комплексного процесса воспитания, обучения и развития в детском саду. Оно направлено на достижение воспитанниками телесного, духовного и социального здоровья и благополучия. Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основная задача дошкольного образовательного учреждения, основывается на **осознанном отношении** **ребенка к своему здоровью**.

Воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим направлениям:

— привитие стойких культурно-гигиенических навыков;

— обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;

— формирование элементарных представлений об окружающей среде;

— формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;

— развитие представлений о строении собственного тела, назначение органов;

— формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;

— выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умения определять свои состояния и ощущения;

* формирование мотивов ЗОЖ, убедить: если беречь свое тело, правильно питаться и заниматься физической культурой, обязательно вырастешь

крепким, красивым, умным;

— создание условий для формирования навыков охраны личного здоровья и бережного отношения к здоровью окружающих;

— ознакомление детей с возможными травмирующими ситуациями; научить ребенка обращаться с опасными для здоровья веществами; научить некоторым приемам первой медицинской помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина, вызов «неотложки»);

**5. Формирование психологического здоровья. Коррекционно-развивающая работа.**

**Задачи:**

- создание условий, обеспечивающих психическое, физическое здоровье, эмоциональный комфорт;

- обеспечение психологического комфорта и легкой, безболезненной адаптации детей к дошкольному учреждению.

- диагностика и своевременная коррекция функциональных изменений в состоянии здоровья, развития речи и в формировании психологического статуса дошкольников.

Обеспечение психологического комфорта ребенка с целью сохранения физического и психического здоровья, которое включает:

- эмоциональное благополучие (преобладание в процессе жизнедеятельности позитивных эмоций),

- позитивная Я-концепция (положительное самовосприятие, самоотношение, самооценка),

- благополучие и успешность в сфере общения и взаимоотношений (принятие ребенка родителями, сверстниками и педагогами),

- успешность в сфере деятельности.

**Условия, необходимые для психологического комфорта ребенка в детском саду:**

- личностно-ориентированный подход к дошкольникам, который подразумевает индивидуализацию и дифференциацию образовательной деятельности, ориентацию педагога на интересы развития ребенка

- открытость дошкольного учреждения для родителей и других членов семьи дошкольника, сотрудничество руководителя, воспитателей и специалистов детского сада с семьей;

- активное развитие всех видов деятельности ребенка посредством различных образовательных приемов и методов при особом внимании к специфическому виду деятельности- игре;

- развитие навыков общения детей для оптимизации их взаимодействия со сверстниками и взрослыми;

- широкое использование средств искусства (музыки, литературы, живописи).

**Коррекионно-развивающая работа в ДОУ включает:**

Занятия с учителем- логопедом

Логоритмика

Психогимнастика

Занятия с психологом с детьми группы риска и по потребностям

Использование приемов релаксации

Элементы и терапевтические техники: песочная терапия, игротерапия, арттерапия, сказкотерапия.

Игровые психокоррекционные техники

**Основные направления коррекционной работы**:

1. коррекция фонетико-фонематических, фонетических и фонематических нарушений речи
2. предупреждение нарушений устной и письменной речи
3. коррекция отклонений эмоционально-волевой сферы и психического развития.
4. общеразвивающая работа, основанная на «зоне ближайшего развития»

**Основная цель** коррекционной работы в пространстве здорового детства - способствовать полноценному психическому и личностному развитию ребенка.

**Основные направления в области постановки коррекционных целей:**

1. оптимизация социальной ситуации развития;

2. развитие видов деятельности ребенка;

3. формирование возрастных психологических образований.

**Принципы** проведения коррекционно-развивающей работы и составления коррекционно-развивающих программ:

1. принцип учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей ребенка;
2. принцип «коррекции сверху вниз» посредством создания зоны ближайшего развития ребенка;
3. принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач;
4. принцип единства диагностики и коррекции;
5. принцип учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей;
6. принцип комплексности методов психологического воздействия;
7. принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной работе.

**Психокоррекционный комплекс** включает в себя четыре основных блока:

Диагностика особенностей развития речи, формирование индивидуальных планов коррекции

**Диагностический блок**

**Установочный блок**

Развитие артикуляционного аппарата

Снятие тревожности, повышение уверенности ребенка в себе

Гармонизация и оптимизация развития ребенка, переход от отрицательной фазы развития к положительной, овладение способами взаимодействия с миром и самим собой, овладение определенными способами деятельности.

**Коррекционный блок**

Измерение психологического содержания и динамики реакций, способствование появлению позитивных поведенческих реакций и переживаний, стабилизация позитивной самооценки.

**Блок оценки эффективности коррекционных воздействий**

**Психолого - речевое просвещение и психолого - речевая профилактика**

Профилактический характер

Образовательный характер

Ознакомление родителей и воспитателей с различными областями речевых и

психологических знаний

Предупреждение отклонений в развитии речи и поведении детей посредством информирования родителей и воспитателей

**Формы воздействия**

лекции

собрания

дискуссии

круглые

столы

семинары

стендовая

информация

оформление уголков

методические объединения

Важной профилактической процедурой в работе педагога - психолога является разработка программы адаптации поступающего в МДОУ ребенка. Решение этой проблемы, как и любой другой, требует комплексного подхода. Воспитатели, медицинский персонал при возможном участии психолога занимается сбором полного анамнеза, заведующий и психолог информируют родителей об особенностях адаптации детей, разрабатывают режим, психолог и педагог отслеживают сам процесс привыкания ребенка и корректируют его при необходимости. Важно, чтобы вновь поступающие дети приходили постепенно, тогда педагог сможет уделить им достаточно внимания, тем самым облегчить процесс привыкания. Таким образом, психологическая профилактика необходима для предупреждения нежелательных отклонений в развитии детей.

Период адаптации – тяжелое для малыша время, но это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа М ДОУ с родителями (законными представителями). В данном разделе представлены материалы по работе с родителями.

**Формы работы ДОУ с семьей**

**Дошкольная**

**образовательная**

**организация**

**Формы коррекционной работы**

**Групповые психокоррекционные занятия**

Работа с проблемами в личностной и познавательной сферах

Работа с проблемами в личностной и познавательной сферах

**Индивидуальные психокоррекционные занятия**

Собрания, семинары, тренинги, анкетирование педагогов для выявления типичных трудностей в работе с родителями

**Работа с педагогами и специалистами ДОУ**

Работа с детьми, имеющими проблемы в подготовке к школе

**Занятия по психологической подготовке детей к школьному обучению**

Индивидуальное консультирование, групповое консультирование (родительские собрания, «круглые столы» проведение открытых занятий, организация клуба родителей)

**Работа с родителями**

**Сферы, требующие оказания коррекционно-развивающего воздействия**

**Личность** (повышение самооценки, работа с нарушениями в развитии ребенка)

**Эмоции** (стабилизация, развитие позитивного мировосприятия)

**Общение** (расширение поведенческого репертуара)

**Психические**

**процессы**

**Мелкая**

**моторика**

**речь**

**внимание**

**память**

**мышление**

**Средства коррекционно-развивающего воздействия:**

вербально-коммуникативные

музыкально-ритмические

двигательно-экспрессивные

изобразительно-графические

предметно-манипулятивные

**6. Лечебно-профилактическая работа**

**Задачи:**

**-** обеспечить индивидуальные меры укрепления здоровья детей.

**-** профилактика инфекционных заболеваний.

- профилактическая работа направлена на повышение сопротивляемости и защитных сил организма;

**Основные лечебно-профилактические мероприятия в ДОУ:**

1. Бактерицидная обработка воздуха.

2. Оксолиновая мазь

3. Лечебное полоскание горла (кипяченой водой)

4. Витаминотерапия (витаминные напитки)

Профилактика заболеваемости:.

1. Оксолиновая мазь

Оздоровление фитонцидами:

1. Чесночно-луковые закуски.

2. Ароматизация помещений (чесночные букетики).

3. Чесночные медальоны.

**Оздоровительные мероприятия**

1. Четкая организация теплового и воздушного режима в помещении (проветривание и обработка воздуха рецеркулятором, согласно графика).

2. Следить за рациональной одеждой детей (в групповых комнатах дети находятся в облегченной одежде, одежда для прогулок должна соответствовать времени года и характеру погоды).

3. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику, организовывать с детьми подвижные игры и упражнения (в летний период проводить эти занятия на свежем воздухе).

4. Строгое выполнение стереотипно повторяющихся режимных моментов: время приема пищи, дневной и ночной сон, общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе.

5. Ежедневное пребывание детей на свежем воздухе.

6. Строгий учет характера погоды при проведении подвижных игр, если температура ниже -15° С проводить с детьми игры с наиболее интенсивной двигательной нагрузкой, в теплую погоду - спокойные игры.

7. Уделять особое внимание беговым упражнениям для тренировки и совершенствования общей выносливости, наиболее ценного оздоровительного качества.

8. Исключение шумных игр за 30 минут до возвращения детей с прогулки.

9. Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций во всех видах двигательной активности и ежедневном распорядке дня ребенка.

10. Обеспечение спокойной обстановки при подготовке детей ко сну.

11. Строгое соблюдение времени, отведенного для сна.

12. Специальные меры закаливания: воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями для ног, плеч, туловища, рук, на дыхание (упражнения выполнять после сна, лежа в постели).

13. Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры после приема пищи. При каждом полоскании использовать около 1/3 стакана воды.

14. В летний период:

- игры детей с водой;

- все виды образовательной деятельности проводить на свежем воздухе

- использовать босохождение по нестандартному физкультурному оборудованию.

15. Проводить контрольное обследование детей в группах сада

**Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Группа ДОУ** | **Периодичность** | **Ответственный** | |
| **I. МОНИТОРИНГ** | | | | | |
| 1. | Определение уровня физического развития и физической подготовленности детей | Все | 2 раза в год  (в сентябре и мае) | Старшая медсестра  инструктор физкультуры, воспитатели групп | |
| 2. | Диспансеризация | 3 года, 7 лет | 1 раз в год | Специалисты детской поликлиники (ортопед, дерматолог, окулист, хирург, невролог, лор), старшая медсестра, врач. | |
| 3. | Обследование учителя- логопеда | Общеразвивающие группы | 2 раза в год | Учитель - логопед | |
| 4. | Обследование педагога-психолога  (с согласия родителей (законных представителей) | Общеразвивающие группы старшего возраста (5-7 лет) | 2 раза в год | Педагог-психолог | |
| **II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** | | | | | |
| 1. | Утренняя гимнастика | Все  группы | Ежедневно | Воспитатели. | |
| 2. | Физическая культура  - в зале  - на воздухе | Все группы  Дошкольные группы | 2 раза в неделю  1 раз в неделю  в летний период – все занятия на улице | Воспитатели 1 младшей группы  Инструктор по физической культуре (дошкольные группы) | |
| 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, подготовительная группы | 2 раза в неделю | Воспитатели групп | |
| 7. | Физкультурные досуги | Все | 1 раз в месяц | Инструктор по физической культуре, воспитатели групп. | |
| 8. | Физкультурные праздники | Все | 3 раза в год | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп. | |
| 9. | Олимпиады | Все группы, кроме 1- ой младшей группы | 1 раза в год | Инструктор по физической культуре, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп | |
| 10. | Спортивные развлечения внутри группы | Все группы | 1 раз в неделю | Воспитатели групп | |
| 11. | Неделя здоровья | Все группы | 1 раз в квартал | Инструктор по физической культуре, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп | |
| 12. | Игры – соревнования между возрастными группами | Средняя, старшая, подготовительная группы | 1-2 раза в год | Инструктор по физической культуре, воспитатели групп | |
| 13. | Динамический час | Все группы | 1 раз в месяц | Воспитатели групп | |
| **III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ** | | | | | |
| 1. | Витаминотерапия (витаминные напитки) | Все группы | Ежедневно | | Ст. медсестра |
| 3. | Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания,обработка воздуха рецеркулятором, утренние фильтры, работа с родителями). Оксолиновая мазь, чесночные киндеры, ароматизация помещений | Все группы | В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции) | | Ст. медсестра |
| 5. | Лечебное полоскание горла (кипяченая вода) | Средняя, старшая, подготовительные группы | Ежедневно | | Ст. медсестра |
| 6. | Музыкотерапия. Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном | Все группы | ежедневно | | Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре, воспитатели групп. |
| 2. | Витаминизация третьих блюд | Все группы | ежедневно | | Ст. медсестра |
| 3. | Фитонцидотерапия (лук, чеснок) | Все группы | Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания | | Ст. медсестра, младшие воспитатели |
| **V. ЗАКАЛИВАНИЕ** | | | | | |
| 2. | Ходьба босиком после сна по дорожкам здоровья | Все группы | Ежедневно | | 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 |
| 5. | Игры с водой в летний период | Все группы | В течении дня на прогулке | | Воспитатели, младшие воспитатели |
| 6. | Свето - воздушные ванны в летний период | Все группы | На прогулке до 10 минут в зависимости от возраста | | Воспитатели, младшие воспитатели |
| 7. | Бодрящая гимнастика после сна | Все группы | Ежедневно | | Воспитатели групп |
| 8. | Соблюдение температурного режима | Все группы | Ежедневно | | Воспитатели, младшие воспитатели |
| 9. | Сон с обнаженным торсом | Все группы | Зависит от температурного режима в спальне | | Воспитатели, младшие воспитатели |
| 10. | Правильная организация прогулки и ее длительность | Все группы | Ежедневно | | Воспитатели групп |
| 11. | Дыхательная гимнастика | Все группы | Ежедневно | | Воспитатели групп |
| 12. | Комплекс контрастных закаливающих процедур по дорожке «здоровья» (тактильные дорожки) | Все группы | Ежедневно | | Воспитатели групп |

**Комплекс оздоровительных мероприятий по возрастным группам**

***Группа для детей раннего возраста***

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлений жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика
3. Постепенное обучение полосканию рта
4. Прогулка: дневная и вечерняя
5. Оптимальный двигательный режим
6. «Чесночные» киндеры (с октября по апрель)
7. Фитонциды (лук, чеснок)
8. Гимнастика в кровати с дыхательными упражнениями после сна
9. Закаливание: хождение по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия

***2  младшая группа***

1. Приём детей на улице (при температуре выше -15°)
2. Утренняя гимнастика в зале с 7.50
3. Полоскание полости рта после приемов пищи
4. Физкультминутки во время образовательной деятельности, профилактика нарушения зрения
5. Физкультурные занятия (в чешках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
6. «Чесночные» киндеры
7. Фитонциды (лук, чеснок)
8. Прогулки: дневная и вечерняя
9. Оптимальный двигательный режим
10. Сон без маек
11. Дыхательная гимнастика в кровати
12. Упражнения на профилактику плоскостопия
13. Закаливание
14. Элементы обширного умывания

***Средняя группа***

1. Приём детей на улице (при температуре до -15°)
2. Утренняя гимнастика (с мая по октябрь – на улице, с октября по апрель – в зале по графику)
3. Полоскание полости рта после приемов пищи
4. Физкультурные занятия в зале (в чешках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
5. Физкультминутки во время образовательной деятельности, профилактика нарушения зрения
6. Чесночные «киндеры»
7. Фитонциды (лук, чеснок)
8. Прогулки: дневная и вечерняя
9. Оптимальный двигательный режим
10. Сон без маек
11. Дыхательная гимнастика в кроватях
12. Закаливание
13. Обширное умывание, ходьба босиком
14. Упражнения на профилактику плоскостопия.

***Старший дошкольный возраст***

1. Приём детей на улице (при температуре до -15°-18°)
2. Утренняя гимнастика (с мая по октябрь – на улице, с октября по апрель – в зале по графику)
3. Полоскание полости рта после приемов пищи
4. Физкультурные занятия в зале (в чешках ) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
5. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения, самомассаж лица
6. Чесночные «киндеры»
7. Фитонциды (лук, чеснок)
8. Прогулки: утренняя, дневная, вечерняя
9. Оптимальный двигательный режим
10. Сон без маек
11. Дыхательная и бодрящая гимнастика в кроватях
12. Закаливание
13. Обширное умывание, ходьба босиком
14. Упражнения на профилактику плоскостопия

**7. Повышение педагогического мастерства в вопросах оздоровления детей.**

**Формы работы**

выступления на педсоветах

Проектная деятельность

семинары

мастер-классы

работа творческих групп

открытые просмотры

консультации

**Формирование личностных ресурсов педагогов с доминированием ценностей здорового образа жизни.**

Создание устойчивой мотивации на здоровый образ жизни;

* Обучение способам саморегуляции и самоконтроля;
* Контроль за состоянием здоровья педагогов – профилактические осмотры;
* Развитие личностного роста педагогов за счет развития потенциалов: заложенных в каждом человеке и нуждающихся в развитии.

**8. Взаимодействие с семьями воспитанников и социальными институтами детства по вопросам здоровьесбереджения.**

**1. Пропаганда здорового образа жизни.**

* Внаглядной форме: оформление различного рода стендов, наличие материалов и пособий в медиатеке и т.д.
* В устной форме: проведение индивидуальных бесед, родительских собраний, организацией встреч с различными специалистами и т.п.
* Посещение родителями открытых физкультурных занятий.
* Ознакомление с результатами педагогической диагностики своего ребенка.
* Оформление тетради заболеваемости.
* Оформление фотостендов,
* Размещение информации на сайте МДОУ..

**2. Взаимодействие родителей и педагогов в формировании у детей здорового образа жизни**

* Организация оздоровительной среды в группе – ароматизация помещения (яблоками ит.д.), специальная музыкальная программа и др.
* Оборудование физкультурных уголков в групповых помещениях.
* Оборудование дорожек здоровья на участке и в помещении.
* Совместная организация спортивных мероприятий.
* Изготовление тренажеров, нетрадиционного физкультурного оборудования.

**Работа с родителями**

* родительские собрания
* консультации специалистов
* открытые просмотры
* участие в досугах и праздниках

**Активизация семьи для решения проблем оздоровления:**

— содействие семье в адаптационный период;

— сотрудничество с семьей по проблеме формирования здорового образа жизни у детей

**Сотрудничество с социальными институтами детства**

1. Сотрудничество с учреждениями образования, культуры, здоровья:

* Средняя школа № 26
* Школа искусств № 3
* Поликлиника № 3.

2. Разнообразные формы сотрудничества.

- Информационный обмен.

- Совместные планы, проекты, мероприятия.

- Шефская деятельность.

- Оказание диагностических, коррекционных, развивающих услуг для детей, не посещающих ДОУ.

3. Информирование населения о деятельности МДОУ:

- Публикации на сайте детского сада

- Концерты

- Информационные странички.

- Преемственность со школой

- проведение общих мероприятий

-взаимопосещения (Школа будущего первоклассника)

**Материально-технические условия**

**Структура развивающей предметно – пространственной среды**

**МАКРОСРЕДА**

Медицинский кабинет

Кабинет руководителя ДО

Процедурный кабинет

Методический кабинет

Спортивная площадка на улице

Музыкально-физкультурный зал

Прогулочные участки

Кабинет логопеда и психолога

Цветники

Групповые помещения

**МИКРОСРЕДА В ГРУППАХ**

Музыкально-театральный центр

Игровой центр

Центр двигательной активности и ОБЖ

Познавательный центр

Центр конструирования

Центр изодеятельности

Центр математических и развивающих игр

Центр настольно-печатных игр

**1. В ДО созданы условия для развития детей раннего возраста» (от 2 до 3 лет).**

1.1 Имеются игры и оборудование для развития основных видов движений детей.

**2. Создание развивающей среды для детей от 3 до 7 лет.**

**Проведение профилактических и медицинских мероприятий**

2.1Имеется медицинское оборудование для проведения лечебных и профилактических мероприятий - частично

**3.** **В ДОУ созданы условия для физического развития детей.**

3.1 Имеется спортивное оборудование.

3.2 В группах имеется инвентарь и оборудование для физической активности детей (спортинвентарь, нетрадиционные пособия, коррекционные

дорожки и др.)

3.3 На участке созданы условия для физического развития детей, используется выносной спортивный инвентарь.

3.4. На территории МДОУ имеется спортивная площадка, спортивные комплексы.

**4. Санитарно-гиенические условия**

1. Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию.

2. Рациональное построение режима дня.

3. Организация образовательного процесса согласно требований к максимальной образовательной

нагрузке детей.

4. Обеспечение безопасных условий пребывания в МДОУ.

5. Санитарно-просветительская работа (с сотрудниками и родителями),

6. Соблюдение режима двигательной активности.

7. Полноценное пятиразовое сбалансированное питание

**Средства реализации программы:**

1. Оптимизация режима двигательной активности, создание модели двигательного режима, технологии здоровьесбережения

2. Слаженная работа специалистов коррекционной сферы: педагога- психолога, учителя-логопеда с воспитателями, медиками в вопросах обеспечения психологического здоровья и коррекционно-развивающей сфере.

3. Наличие плана лечебно-профилактической работы, материальное обеспечение профилактических мероприятий.

4. Эффективная работа методической службы по вопросу повышения профессиональной культуры педагогов в здоровьесбережении.

**Управление и контроль физкультурно-оздоровительной деятельностью**

**КРИТЕРИИ И ОЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ**

К числу основных критериев здоровья принято относить:

1) состояние опорно-двигательного аппарата;

2) состояние нервной системы;

3) состояние пищеварительной системы.

**Критерии психического здоровья**

1) способность адекватного восприятия окружающей среды и осознанного совершения поступков;

2) целеустремленность, активность,

3) критический подход к обстоятельствам жизни,

4) чувство юмора, доброжелательность, способность к адекватной самооценке,

7) самообладание и способность радоваться

**Критерии социального здоровья** (по А. Элиссу)

1. наличие интереса к самому себе,

2. самоконтроль,

3. Умение общаться со сверстниками

4. Эмпатия

**Основными признаками физического нездоровья** (при отсутствии клинических признаков, как, например, температура, головная боль и т п ) являются

1) нарушение сна

2) отсутствие аппетита,

3) Быстрая утомляемость

**К психическому нездоровью обычно относят**

1) раздражительность, капризы

4) повышенную тревожность,

5) замкнутость,

7) пассивность (духовное нездоровье)

**Социальное неблагополучие** личности проявляется в неадекватном восприятии окружающего мира, дезадаптивном поведении, конфликтности, враждебности.

**Эффективность программы оздоровления**

Оценка эффективности реализованных оздоровительных мероприятий проводится на основе показателей:

— общей заболеваемости (уровень и структура);

— острой заболеваемости (уровень и структура);

— 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;

— удельного веса детей с удовлетворительной адаптацией;

— распределения детей по группам физического воспитания;

— распределения детей по группам здоровья.

Критерием эффективности комплекса и его мероприятий является показатель качества оздоровления, определяющийся отношением числа часто болеющих детей, снятых с учета после выздоровления, к общему числу часто болеющих детей, прошедших курс оздоровления.

**Гигиеническое воспитание и обучение родителей**

Значительное влияние на здоровье детей, их социально-психологическую адаптацию оказывают факторы социального риска, действующие на уровне семьи. К числу таких факторов следует отнести:

— социально-гигиенические (плохие материально-бытовые условия, низкий уровень общей и санитарной культуры, тяжелые или вредные условия труда родителей и т.д.);

— медико-демографические (многодетность, неполные семьи, возраст родителей до 20 лет и т.д.);

— социально-психологические (наличие вредных привычек, неблагополучный

психологический климат и др.).

Гигиеническое воспитание и обучение родителей — важное условие сохранения и укрепления здоровья детей. При этом особое значение имеет постоянная связь родителей с дошкольным учреждением.

Основными звеньями в этой работе являются:

— характер и объем медико-социальной помощи, направленный на устранение или снижение влияния факторов риска на здоровье ребенка;

— повышение уровня социально-правовой грамотности семей, целенаправленная санитарно-просветительная работа с учетом характера влияния факторов социального риска.

**Медико-педагогическое наблюдение и контроль.**

Медицинский контроль за состоянием здоровья детей осуществляется врачами- специалистами 2 раза в год.

Врач-педиатр проводит комплексную оценку состояния здоровья детей (сбор социального анамнеза, обследование физического развития и состояния здоровья, составление индивидуальных рекомендаций); осуществляет медицинский контроль состояния здоровья детей (допуск к занятиям физическими упражнениями после перенесенных заболеваний, рекомендации к подбору физических упражнений в зависимости от группы здоровья и физкультурной группы каждого конкретного ребенка.

Старшая медсестра ДОУ регулярно проводит наблюдения за организацией оптимальных санитарно-гигиенических условий обеспечение влажной ежедневной уборки физкультурного зала, соблюдение воздушно-теплового режима.

Педагогические наблюдения и контроль осуществляются постоянно, в течение всего периода работы. Педагогические наблюдения включают систематическое отслеживание состояния здоровья детей на занятиях физическими упражнениями. Осуществляется визуальный контроль за занимающимися, их поведением, эмоциональными проявлениями, усвоением учебного материала, индивидуальной реакцией на различные задания, физическую нагрузку, методические приемы.

Оценка здоровья включает технологии психолого-педагогического мониторинга физического воспитания, социально-психологического аудита профессиональной деятельности персонала и социально-гигиенического скрининга условий и образа жизни семей воспитанников дошкольного учреждения.

Мониторинг эффективности здоровье сберегающего воспитательного пространства ведется по следующим направлениям:

- Здоровье (индекс здоровья, группа здоровья, заболеваемость)

- Физическое развитие (антропометрические показатели)

- Психоэмоциональный комфорт (интервьюирование, беседы, рисуночные тесты (по согласованию с родителями)

- Культура здоровья (убеждения, потребности, мотивы, знания, умения субъектов образовательного процесса в здоровьесбережении)

- Удовлетворенность родителей деятельностью ДОУ

- Двигательные способности (координационные, скоростно-силовые, силовые, гибкость, выносливость)

- Двигательная активность (объем, интенсивность)

**Контроль по вопросам охраны, сохранения и укрепления здоровья детей**

Под постоянным контролем заведующего, старшего воспитателя, врача- педиатра, старшей медсестры находятся все вопросы охраны, сохранения и укрепления здоровья детей:   
- выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей,   
- проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня,   
- организация питания,   
- посещаемость,   
- выполнение режима дня,   
- выполнение санэпидрежима,   
- система работы с родителями,   
- анализ заболеваемости,   
- выполнение натуральных норм питания,   
- документация и отчетность,   
- снятие остатков продуктов питания,   
- проведение дней здоровья, праздников, развлечений,   
- соблюдение режима дня,   
- подготовка, проведение и эффективность утренней и бодрящей гимнастики, физкультурных занятий,   
- проведение закаливания,   
- двигательная активность в режиме дня,   
- сформированность культурно-гигиенических навыков,   
- работа по ОБЖ,   
- организация подвижных и спортивных игр.