

Принята на заседании педагогического
совета 10.12.2019 г. протокол № 2

С учетом мнения Управляющего совета
протокол № 2 от 10.12.2019 г.

Утверждаю:
заведующий МДОУ «Детский сад № 6»

Е. В. Тищенко
Приказ № 02-02/382 от 26.12.2019 г.



Программа

«Здоровый ребёнок»

**Муниципального дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 6» на 2020-2023 годы**

Содержание

Пояснительная записка

1. Аналитическое обоснование программы «Здоровый ребенок»
2. Цель и задачи программы «Здоровый ребенок»
3. Основные принципы программы «Здоровый ребенок»
4. Объекты программы «Здоровый ребенок»
5. Основные направления программы «Здоровый ребенок»
 - 5.1. Организационно-педагогическое направление
 - 5.2. Оздоровительно-профилактическое направление
 - 5.3. Психолого-педагогическое направление
6. Средства реализации программы «Здоровый ребенок»
7. Предполагаемые результаты реализации программы «Здоровый ребенок»
8. Обеспечение реализации основных направлений программы
 - 8.1. Нормативно-правовая база
 - 8.2. Программно-методическое обеспечение
 - 8.3. Кадровое обеспечение
 - 8.4. Помещения и оборудование для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы
9. Физкультурно-оздоровительная работа
 - 9.1. Организация образовательного процесса
 - 9.2. Формы организации образовательной деятельности, направления образовательной работы, средства, методы и приёмы работы с детьми по освоению образовательной области «Физическое развитие»
 - 9.3. Организация двигательного режима воспитанников
 - 9.4. Организация оздоровительных и закаливающих мероприятий для дошкольников
 - 9.5. Организация рационального питания воспитанников
 - 9.6. Формирование навыков безопасного поведения, привычки к здоровому образу жизни
 - 9.7. Взаимодействие с семьями воспитанников
 - 9.8. Взаимодействие с социумом по вопросам физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками
10. Контроль физкультурно-оздоровительной работы
11. Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов

Пояснительная записка

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения и укрепления здоровья детей в ДОУ. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 3-х лет. Программа разработана творческим коллективом на основе оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ.

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете - отношение государства к проблемам здоровья. Дошкольный возраст – важнейший этап в формировании здоровья ребенка. Необходимость охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия продиктована самой жизнью общества и закреплена в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования.

Актуальность проблемы охраны и укрепления здоровья детей обоснована тем, что в последние годы состояние здоровья воспитанников ухудшается. По мнению большинства исследователей это вызвано следующими факторами:

- Ухудшением экологической обстановки,
- Отсутствием достаточной двигательной активности,
- Недостаточным уровнем знаний у педагогов и родителей по сохранению и укреплению здоровья детей,
- Социальной напряженностью в обществе,
- Авторитарным стилем общения,
- Сужением понятия «здоровья»,
- Ухудшением здоровья матери и, как следствие, ухудшением здоровья новорожденных,
- Распространением наркомании, алкоголизма и др.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одно из ведущих направлений деятельности нашего детского сада.

Программа разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ:

- ✓ анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- ✓ научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- ✓ материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- ✓ финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- ✓ комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, в днях на одного ребенка);
- ✓ анализ результатов физической подготовленности детей;
- ✓ характеристика физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ (занятия, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

1. Аналитическое обоснование программы «Здоровый ребенок»

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одно из ведущих направлений деятельности нашего детского сада.

Проанализировав состояние здоровья детей, созданные условия для организации здоровьесберегающей среды ДОУ, мы пришли к выводу, что комплекс мер, направленных на укрепление и сохранение здоровья детей позволяет нам эффективно решить задачи здоровьесбережения воспитанников. В детском саду активно работает медицинская служба, в системе проводится физкультурно-оздоровительная работа, для сопровождения детей с ОВЗ функционирует психолого-педагогический консилиум (далее – ППк), осуществлялся контроль за организацией здоровьесберегающей среды и мониторинг состояния здоровья детей.

Данные, полученные в ходе анализа представлены в Аналитической справке (приложение 1)

Исходя из анализа состояния здоровья детей, условий организации образовательной деятельности, была поставлена цель и определены задачи работы на 2020-2023 годы.

2. Цель и задачи программы «Здоровый ребенок»

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей посредством создания условий для совместной деятельности педагогических работников и семьи; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- Обеспечить условия для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.
- Реализовывать систему мероприятий, направленных на физическое развитие и оздоровление детей, профилактику заболеваний, формирование культурно-гигиенических навыков.
- Осуществлять профилактику травматизма путем формирования у воспитанников навыков безопасного поведения.
- Обеспечить психолого-педагогическую поддержку и объединить усилия всех участников образовательных отношений, направленные на сохранение потенциала здоровья дошкольников.
- Создавать развивающую предметно-пространственную среду, стимулирующую к двигательной активности ребёнка.

3. Основные принципы программы «Здоровый ребенок»

К основным принципам программы «Здоровый ребенок» относятся:

- научность (использование научно – обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);
- доступность (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- сознательность и активность (осознанное участие всех участников образовательных отношений в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- единство диагностики и коррекции (правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование способов, методов и приёмов коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных);
- систематичность.

4. Объекты программы «Здоровый ребенок»

- Дети ДОУ;
- Педагогический коллектив;
- Родители (законные представители) детей, посещающих ДОУ;
- Социальные партнеры.

5. Основные направления программы «Здоровый ребенок»

Для решения поставленных задач данной программы необходимо взаимодействие и сотрудничество администрации, медицинского и педагогического персонала детского сада и семей воспитанников как единой службы, обеспечивающей создание условий для формирования у дошкольников здорового образа жизни.

5.1. Организационно-педагогическое направление:

- ресурсное обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ;
- кадровое обеспечение;
- установление взаимосвязи с внешними партнерами ДОУ;
- координирование и контроль деятельности педагогических и медицинских работников;
- обеспечение условий для повышения профессиональной компетентности педагогов в вопросах оздоровления и профилактики заболеваний детей дошкольного возраста;
- создание предметной среды в группах и на участке для прогулок с целью повышения двигательной активности детей;
- создание эмоционально - комфортных условий для общения детей и работы педагогов;
- воспитание у детей желания быть здоровыми;
- формирование у детей потребности в ежедневных физических упражнениях и здоровом образе жизни;
- планирование и организация с детьми индивидуальной работы по физическому воспитанию и развитию;
- планирование и организация закаливающих и профилактических мероприятий с детьми с учетом сезона;
- использование элементов валеологического воспитания;
- организация совместной работы с родителями по здоровьесбережению.

5.2. Оздоровительно-профилактическое направление:

- оказание необходимой и возможной помощи участникам образовательных отношений в решении задач по сохранению и укреплению здоровья детей;
- создание условий для благоприятного прохождения адаптации ребенка к условиям ДОУ;
- проведение оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний детей;
- осуществление контроля за выполнением режима дня, за организацией физического воспитания, закаливающих процедур, за организацией питания, санитарным состоянием помещений и участков ДОУ. Предоставление рекомендаций по улучшению работы;
- создание паспорта здоровья групп. Организация контроля за правильностью и своевременностью внесения всех изменений в паспорт здоровья ребенка, рекомендаций в соответствии с результатами медицинских осмотров и соответствующими назначениями;
- ежемесячный анализ заболеваемости и посещаемости детей;
- консультирование педагогов, родителей по оздоровительно-профилактическому направлению.

5.3. Психолого-педагогическое направление:

- консультирование родителей и сотрудников ДОУ;
- помощь, поддержка в адаптации ребенка к условиям ДОУ;
- проведение тренингов, семинаров на психо-эмоциональную разгрузку детей и сотрудников;
- подгрупповая, индивидуальная работа педагога-психолога, направленная на коррекцию всех психических процессов;
- подгрупповая, индивидуальная работа учителя- логопеда направленная на коррекцию развития детей имеющих нарушения речи;
- подгрупповая, индивидуальная работа учителя-дефектолога, направленная на коррекцию развития детей, имеющих нарушения интеллекта;
- психолого-педагогическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями.
- диагностирование педагогов, родителей, детей с целью определения социального статуса ребенка в группе, стиля общения педагога с детьми и др.

6. Средства реализации программы «Здоровый ребенок»

К средствам реализации программы «Здоровый ребенок» относятся:

- Использование различных форм здоровьесберегающей деятельности.
- Рациональное питание.
- Оптимальный двигательный режим.
- Оздоровительные, закаливающие процедуры.
- Формирование предпосылок здорового образа жизни, навыков безопасного поведения.
- Обеспечение благоприятной гигиенической и психологической обстановки.
- Взаимодействие с семьями воспитанников (проекты, акции, мероприятия).

7. Предполагаемые результаты реализации программы «Здоровый ребенок»

Реализация программы «Здоровый ребенок» направлена на получение следующих результатов:

- ✓ Улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей. Показатели заболеваемости детей и индекс здоровья находятся на допустимом уровне.
- ✓ Профессиональная готовность коллектива ДОУ к реализации здоровьесберегающих технологий.
- ✓ Осуществляется взаимодействие и сотрудничество всех участников образовательных отношений. Родители, пропагандирующие ЗОЖ, включены в образовательный процесс. Семьи воспитанников - активные участники образовательной деятельности, совместных физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- ✓ Создана система контроля качества, полностью отвечающая задачам оздоровительного и гигиенического сопровождения процесса физического развития ребенка, которая корректируется с учетом современных тенденций.
- ✓ У детей сформированы двигательные умения и навыки в соответствии с их возрастными особенностями, а так же навыки безопасного поведения.
- ✓ Коллектив ДОУ ориентирован на создание и поддержание безопасной и психологически комфортной образовательной среды.

8. Обеспечение реализации основных направлений программы

8.1. Нормативно-правовая база

1. Конституция РФ, ст.41.п.3
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
3. Конвенция «О правах ребенка»
4. Трудовой кодекс РФ
5. Семейный кодекс РФ
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. № 32 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения""
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
9. Программа развития ДОУ.
10. Образовательная программа МДОУ «Детский сад № 6» (группы общеразвивающей направленности).
11. Адаптированная образовательная программа МДОУ «Детский сад № 6» для детей с тяжелым нарушением речи (группы компенсирующей направленности).
12. Индивидуальные адаптированные образовательные программы для детей с особыми образовательными потребностями.
13. Образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для детей с задержкой психического развития (при условиях функционирования групп комбинированной направленности).
14. Устав ДОУ.

8.2. Программно-методическое обеспечение

Образовательная деятельность ДОУ строится на основе образовательных программ МДОУ «Детский сад № 6», спроектированных на основании федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, с учетом примерной основной образовательной программы дошкольного образования, методических рекомендаций к ней, комплексной программы «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой и авторских парциальных программ.

Адаптированная образовательная программа МДОУ «Детский сад № 6» для детей с тяжелым нарушением речи (группы компенсирующей направленности), была разработана на основе "Примерная адаптированная программа коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» Н.В. Нищевой.

При составлении Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для детей с задержкой психического развития (при условиях функционирования групп комбинированной направленности) была использована «Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития» под редакцией Л.Б. Баряевой, К.А. Логиновой.

В учебно – методический комплект программы «От рождения до школы» входит программа Э.Я. Степаненковой «Физическое воспитание в детском саду» и методическая литература Л.И. Пензулаевой «Физкультурные занятия в детском саду» (планирование и конспекты образовательной деятельности во всех возрастных группах)

При разработке образовательной программы ДОУ мы опирались на следующие парциальные программы:

- Концепция Змановского Ю. Ф. «Здоровый дошкольник»: социально-оздоровительная технология XXI века /Сост. Ю. Е. Антонов, М. Н. Кузнецова, Т. Ф. Саулина.

- Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ /Под ред. З. И. Бересневой.
- Кулик Г. И., Серженко Н. Н. Школа здорового человека: Программа для ДОУ.
- «Основы безопасности детей дошкольного возраста», Н.Н.Авдеева, Р.Б.Стеркина, О.Л.Князева.
- М.С. Старовойтова, О.И. Кузнецова. Психолого-педагогическое сопровождение детей с расстройствами эмоционально-волевой сферы.
- Н.Ю. Хрящева. Психогимнастика в тренинге.

Педагоги ДОУ используют в своей работе методические пособия: Т.А. Шорыгиной, С.А. Козловой, М.Д. Маханевой, С.Я. Лайзане, Е.А. Тимофеевой, Е.Н. Вавиловой, Е.С. Фроловой, М.А. Руновой, Т.Ф. Саулиной, Р.Б. Стеркиной, О.А. Скоролуповой, С.Н. Вохринцевой, Е.А. Алябьевой, Г.И. Анисимовой, Г.А Волковой, М.Ю. Картушиной, А.Е. Вороновой, К.Н. Слюсарь, В.Л. Страковской и других авторов.

В детском саду по физкультурно-оздоровительной работе с детьми в достаточном количестве имеется художественная и методическая литература, наглядные пособия, развивающие игры, картотеки (гимнастики после сна, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики, физкультминуток, подвижных игр, гимнастики для глаз, психогимнастических упражнений, кинезиологические упражнения, проблемных ситуаций по ОБЖ, утренней гимнастики, медиатека и т.д.).

8.3 Кадровое обеспечение

Заведующий ДОУ:

- общее руководство по внедрению план - программы «Здоровый ребёнок»;
- ежеквартальный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровый ребёнок»;
- проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом);
- контрольно-аналитическая деятельность по реализации плана - программы «Здоровый ребёнок».

Старшая медицинская сестра:

- организация медицинского сопровождения
- контрольно-аналитическая деятельность физкультурно-оздоровительной деятельности
- определение оценки показателей физического развития, критериев здоровья;
- контроль и анализ организация питания
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно - гигиенических условий
- гигиеническое воспитание и просвещение педагогов, детей и родителей.

Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- коррекция отклонений в физическом развитии;
- физкультурные занятия, развлечения, досуги и др.;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).

Специалисты (учитель-логопед, педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-дефектолог):

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда ЗОЖ;
- закаливающие мероприятия;
- осуществление коррекционно-развивающей работы
- сопровождение детей с ОВЗ

Педагоги:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда ЗОЖ;

- закаливающие мероприятия;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- организация культуры питания;
- осуществление коррекционно- развивающей работы

Заместитель заведующей по АХР:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;
- создание материально – технических условий;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно - гигиенических условий

Младший воспитатель:

- соблюдение санитарно – гигиенического режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

8.4. Помещения и оборудование для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы

Насыщенная развивающая предметно-пространственная среда ДОУ способствует организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей и строится с учетом интеграции образовательных областей и различных видов детской деятельности. Детям доступны все функциональные пространства детского сада.

- ❖ **Физкультурный зал -1,** оборудованный необходимым спортивным оборудованием и инвентарем (см. Паспорт РППС физкультурного зала)
- ❖ **Музыкальный зал – 1,** (см. Паспорт РППС музыкального зала)
- ❖ **Физкультурно-музыкальный зал – 1,** (см. Паспорт РППС музыкального зала)
- ❖ **Медицинский кабинет-2,** (см. Перечень оборудования медицинского кабинета)
- ❖ **Спортивная площадка- 2,** (разметка на асфальте для проведения физкультурных занятий на воздухе и обучения детей правилам дорожного движения, яма для прыжков, спортивно-игровое оборудование для метания в цель и лазания, санки, лыжи, самокаты, беговая дорожка, турники, гимнастическая стенка, дуги).
- ❖ **Прогулочные площадки-1б** (игровое и спортивное оборудование)
- ❖ **Групповые комнаты -16** (см. Паспорт РППС групп)
- ❖ **Кабинет учителя-логопеда – 2,** (см. Паспорт РППС логопедического кабинета)
- ❖ **Кабинет развивающих игр – 2,** (см. Паспорт РППС кабинет развивающих игр).

9. Физкультурно-оздоровительная работа

9.1. Организация образовательного процесса

Режим работы МДОУ «Детский сад № 6» установлен Учредителем: пятидневная рабочая неделя, длительность пребывания детей — 12 часов, с 07.00 до 19.00. В период адаптации к условиям детского сада, ребенок на протяжении первой недели посещает группу в течение 2 часов ежедневно. Увеличение времени пребывания ребенка в детском саду происходит на основе наблюдений за состоянием ребенка и характером его привыкания. Допускается пребывание ребенка в детском саду в адаптационный период совместно с родителями.

Организация жизни детей опирается на определенный суточный режим, который представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями. Режим пребывания детей в детском саду разработан для каждой возрастной группы с учетом требований актуального СанПиН

Режим пребывания детей в МДОУ «Детский сад № 6» в теплый период года (июнь, июль, август) имеет свои особенности:

- непосредственная образовательная деятельность осуществляется на участке, во время прогулки, таким образом, увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе;
- организуется непосредственная образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла;
- освоение содержания других образовательных областей осуществляется в самостоятельной деятельности детей и в совместной с педагогом нерегламентированной деятельности, во взаимодействии с семьями воспитанников.

В режиме дня выделено постоянное время для чтения детям художественной литературы. При этом чтение – это не обязательное занятие для ребенка, он может по своему желанию либо слушать, либо заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным, чтобы все или большинство детей слушали с удовольствием.

Организация жизни и деятельности детей в детском саду основывается на принципе личностно-ориентированного взаимодействия: деятельность педагогов ориентирована на создание в группах положительного микроклимата, гуманного отношения к ребенку; на развитие его индивидуальных особенностей, стимулирование творчества; создание эмоционального благополучия ребенка в детском саду (в детском саду введены добрые традиции: «Утро радостных встреч», «Сладкий вечер», «Новоселье», «День рождения» и др.).

9.2. Формы организации образовательной деятельности, направления образовательной работы, средства, методы и приёмы работы с детьми по освоению образовательной области «Физическое развитие»

Работа с детьми по освоению образовательной области осуществляется в совместной с педагогом непосредственно образовательной деятельности (ОД), в режимных моментах, в самостоятельной деятельности детей и в совместной деятельности с семьей.

Овладение основными видами движений проходит:

1. В I младшей группе – во время ОД по развитию движений, в группах детей дошкольного возраста – ОД по физическому развитию. ОД может иметь сюжетно-игровой, тематический, игровой, тренирующий характер. В подготовительной к школе группе появляется ОД по развитию элементов двигательной креативности (творчества), творческих способностей.
2. В режимных моментах (утренняя гимнастика, игры и игровые упражнения, решение проблемных ситуаций, индивидуальная работа по развитию движений, гимнастика после дневного сна, подражательные движения). Со средней группы вводится оздоровительный бег.
3. В самостоятельной деятельности детей (игры, игровые упражнения, подражательные движения).
4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, со старшей группы – участие в физкультурных праздниках).

Овладение общеразвивающими упражнениями:

1. В I младшей группе – во время ОД по развитию движений. В дошкольном возрасте – ОД по физическому развитию с детьми практикуют проведение сюжетных, подражательных, игровых комплексов, комплексов ОРУ с предметами. Со средней группы в образовательную деятельность вводится танцевальная разминка, со старшей – силовая гимнастика. В течение любой ОД организуются динамические паузы, в содержание которых включается выполнение детьми общеразвивающих упражнений.
2. В режимных моментах (игра и игровые упражнения, подражательные движения, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, кинезиологические упражнения, индивидуальная работа по физическому развитию).

3. В самостоятельной деятельности детей (игры, игровые упражнения, подражательные движения).
4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместная с родителями образовательная деятельность).

Овладение подвижными играми проходит:

1. В совместной с педагогом деятельности игра может являться структурной единицей ОД. И, в свою очередь, ОД по физическому развитию может быть полностью построена на играх.
2. В режимных моментах (игровые упражнения, игры малой и большой подвижности, индивидуальная работа по развитию игровой деятельности).
3. В самостоятельной деятельности детей (игровые упражнения и игры, подражательные движения).
4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместные игры, мастер-классы, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения. Со II младшей группы – Дни Здоровья, развлечения, а со старшей группы – физкультурные праздники.

Овладение элементами спортивных упражнений:

Этот вид работ появляется во 2 младшей группе

1. Во время ОД по физическому развитию (на свежем воздухе). В старшем дошкольном возрасте детей обучают элементам спорт, упражнений в подвижных играх, эстафетах.
2. Во время режимных моментов детям предлагаются игровые подводящие упражнения, подражательные движения, подвижные игры. Педагогом осуществляется и индивидуальная работа по освоению элементов спортивных упражнений.
3. В самостоятельной деятельности детей элементы спортивных упражнений включаются в подвижные игры, соревнования, игровые упражнения.
4. В совместной деятельности с семьей используются беседы, консультирование, мастер-классы, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения. Со II младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – физкультурные праздники.

Овладение спортивными играми осуществляется:

1. Во время ОД по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста. Чаще всего ОД организуется на свежем воздухе (игровые подводящие упражнения, спортивные игры, элементы спортивных игр в эстафетах, соревнованиях, спортивные игры с элементами спортивных упражнений).
2. Во время режимных моментов дети старшей и подготовительной группы могут осваивать игровые подводящие упражнения, играть в спортивные игры, а также в дидактические игры соответствующей тематики.
3. Подражательные движения, элементы спортивных игр и непосредственно сами спортивные игры могут использоваться детьми старшего дошкольного возраста и в самостоятельной деятельности.
4. В совместной деятельности с родителями практикуется использование бесед, консультирование, организация мастер-классов.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей при проведении образовательной деятельности заключается в личностно–ориентированном подходе педагогов к детям, в обеспечении смены видов детской деятельности, в использовании динамических пауз, в соблюдении гигиенических требований к организации образовательной деятельности. В самостоятельной деятельности детей находят широкое применение различные виды игр, в том числе игры на свежем воздухе, игры с водой, в старшем дошкольном возрасте – спортивные игры. Во время режимных моментов большое внимание уделяется воздушным, водным и солнечным ваннам, закаливанию, проведению игровых упражнений и гимнастики после сна. В работе с семьей используются: беседы, консультирование, совместные досуги, развлечения, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – физкультурные праздники и проектная деятельность, разнообразные акции «День чистых рук», «Фитонциды в помощь» и т.д..

Воспитание культурно – гигиенических навыков в процессе ОД протекает в форме обучающих игр (в основном, с детьми 2 -4 лет) и интегрированных мероприятий. В

самостоятельной деятельности детей применяются различные виды игр, художественное творчество, двигательная деятельность. В режимных моментах с детьми 2 -4 лет – показ, объяснение, помощь, личный пример, чтение потешек и стихов. Со 2 младшей группы – решение проблемных ситуаций, использование алгоритмов умывания, одевания, правильной посадки, чтение прозаических художественных произведений. В работе с семьей используются: беседы, консультирование, мастер – классы, издание газеты.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни осуществляется как во время ОД (во всех возрастных группах: сюжетно – дидактические и дидактические игры, интеграция различных видов деятельности), так и в самостоятельной деятельности детей (сюжетно – ролевые, дидактические, подвижные игры, чтение художественной литературы, в старшем возрасте - проектная деятельность). В режимных моментах с детьми 2 -4 лет используется объяснение, показ, личный пример, чтение небольших произведений. По мере взросления детей, повышается роль художественной литературы; в работе с детьми применяются различные виды игр, просмотр мультфильмов и их обсуждение, обсуждение проблемных ситуаций. В старшем дошкольном возрасте – проектная деятельность. В работе с семьей используются: беседы, консультирование мастер-классы, издание газеты, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – совместные физкультурные праздники.

9.3. Организация двигательного режима воспитанников

Физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников способствует организованная двигательная активность. Движение способствует развитию физиологических систем и определяют темп и характер нормального функционирования растущего детского организма. От двигательного режима во многом зависит состояние здоровья ребенка, развитие физических качеств, умственная работоспособность, настроение. Под влиянием двигательной активности у дошкольников улучшается деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

К режиму двигательной активности предъявляются следующие требования:

- рациональное сочетание разных видов занятий;
- введение дополнительных мероприятий;
- смена видов деятельности в процессе организованных форм обучения (физкультминутки в середине занятия, динамические паузы между занятиями);
- сочетание движений разной интенсивности;
- учет индивидуальных особенностей двигательной активности в самостоятельной деятельности;
- организация активного отдыха (Дни здоровья, физкультурные праздники, развлечения).

С целью повышения двигательной активности дошкольников в режим дня включено обязательное проведение подвижных игр разной интенсивности, один раз в неделю в группах детского сада организован спортивный час. При проведении двигательных мероприятий учитываются индивидуальные возможности ребенка, состояние его здоровья.

Двигательный режим для детей младшего дошкольного возраста.

Основные направления оздоровительных мероприятий:

- тренировка сердечно – сосудистой системы и терморегуляционного аппарата;
- предупреждение гиподинамии;
- предупреждение проявления отрицательных эмоций;
- тренировка дыхательной мускулатуры и повышение физической работоспособности у детей с бронхо – легочными заболеваниями.

Физкультурно – оздоровительные мероприятия	ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ		ОРГАНИЗАЦИЯ
	Самостоятельная деятельность.	двигательная	Ежедневно характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей • дневная прогулка не менее 1,5 – 2 часа; • вечерняя прогулка не менее 1 – 1,5 часа.
	Образовательная деятельность:		3 раза в неделю 15 – 20 мин. Из них 1 – на улице.

	 утренняя гимнастика	Ежедневно 5 – 8 мин в одной из форм: • оздоровительный бег с комплексом упражнений; • подвижные игры.
	 воздушные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей, состоит из следующих частей: • комплекс дыхательных упражнений, лежа поверх одеяла; • упражнения «Дорожка здоровья»
	 подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	Ежедневно на дневной и вечерней прогулке.
	 пешие походы по территории детского сада	2 раза в месяц 20 -30 мин.
	 корректирующая гимнастика  индивидуальная работа с инструктором по физической культуре	В вечернее время в спортивном зале, 2 раза в неделю по 10 мин
	 физкультурные развлечения на свежем воздухе	2 раз в месяц, 20 - 30 мин.
Активный отдых	 физкультурные праздники	2 раза в год (зимой, летом) – 30 – 40 мин.
	 День здоровья	Апрель
Взаимодействие с семьями воспитанников по физкультурно – оздоровительной работе	 выполнение родителями рекомендаций педагогов и специалистов	По советам воспитателей.
	 привлечение родителей к образовательной деятельности	Участие родителей вместе с детьми (по желанию)
	 участие родителей в физкультурно – оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада.	Во время проведения физкультурных досугов, праздников, посещение открытых занятий.
	 школа здоровья по темам: «Досуг в семье с пользой для здоровья», «Оздоровительные мероприятия».	2 раза в год, с участием родителей вместе с детьми.

Двигательный режим для детей старшего дошкольного возраста.

Основные направления оздоровительных мероприятий:

- тренировка сердечно – сосудистой системы и терморегуляционного аппарата;
- предупреждение гиподинамии;
- предупреждение проявления отрицательных эмоций;
- профилактика и коррекция нарушений опорно – двигательного аппарата;
- тренировка дыхательной мускулатуры и повышение физической работоспособности у детей с бронхо – легочными заболеваниями.

Физкультурно – оздоровительные мероприятия	ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	ОРГАНИЗАЦИЯ
	Самостоятельная двигательная деятельность.	Ежедневная: • утренняя прогулка 0,45-1 час (индивидуальные потребности и

		интересы детей); • дневная прогулка не менее 1,5 – 2 часа; • вечерняя прогулка не менее 1 – 1,5 часа.
	Образовательная деятельность:	3 раза в неделю 25 – 30 мин. Из них 1 – на улице, 2 – в спортивном зале.
	 утренняя гимнастика	Ежедневно 8 – 10 мин в одной из форм: • оздоровительный бег с комплексом упражнений; • подвижные игры; • спортивные тренировки; • ритмические упражнения.
	 воздушные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей, состоит из следующих частей: • комплекс дыхательных упражнений, лежа поверх одеяла; • комплекс упражнений при контрастной температуре помещений спальни и групповой комнаты; • упражнения «Дорожка здоровья»
	 подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	Ежедневно на дневной и вечерней прогулке по 15 – 20 мин.
	 физкультурная минутка	Ежедневно на занятиях познавательно – речевой деятельности 2- 5 мин.
	 виброгимнастика	В течении дня
	 гимнастика для глаз	Ежедневно на занятиях
	 логоритмика	1 раз в неделю (группы компенсирующей направленности)
	 пешие походы	По территории д/с, в библиотеку 4 раза в месяц во время дневной прогулки.
	 корригирующая гимнастика  индивидуальная работа с инструктором по физической культуре	В вечернее время в спортивном зале, 2 раза в неделю в зале по 15 мин, по назначению врача и показаниям.
	 психогимнастика	Ежедневно
Активный отдых	 физкультурные развлечения на свежем воздухе	1 раз в месяц, 30 мин
	 физкультурные	3 раза в год (зимой, летом, осенью) – 40

	праздники	– 60 мин.
	 День здоровья	Апрель
	 неделя здоровья (подвижные игры на воздухе, физкультурные досуги)	2 раза в год (в начале января, в конце марта, в дни школьных каникул), учебные занятия не проводятся, увеличивается длительность прогулки.
	 игровая, трудовая, театрализованная деятельность	Ежедневно
Взаимодействие с семьями воспитанников по физкультурно – оздоровительной работе	 школа здоровья по темам: «Досуг в семье с пользой для здоровья», «Оздоровительные мероприятия»	2 раза в год, с участием родителей вместе с детьми.
	 участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада.	Во время подготовки и проведения различных мероприятий

9.4. Организация оздоровительных и закаливающих мероприятий для дошкольников

Оздоровительные и закаливающие мероприятия проводятся на основе комплексной оценки здоровья ребенка.

Принципы оздоровительной работы:

- системность;
- постоянство;
- опора на индивидуальные возможности и способности ребенка

Закаливание предполагает систему мероприятий, укрепляющих детский организм, повышающий его сопротивляемость к простудным и вирусным заболеваниям.

При организации закаливания учитываются индивидуальные особенности ребенка.

Правильно организованная система закаливания:

- поддерживает температурный баланс тела;
- нормализует поведенческие реакции ребенка;
- снижает инфекционно-воспалительные заболевания;
- улучшает показатели физического развития;
- повышает уровень физической подготовленности.

Схема физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

№ п/п	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в октябре и мае)	Старшая медсестра, инструктор по физической культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
3.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
4.	ОД А) в зале Б) на воздухе	Все группы	3 раза в неделю А) 2 раза Б) 1 раз	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
5.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
6.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
7.	Спортивные упражнения, индивидуальная работа	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп В вечернее время – инструктор по ФК
8	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
9	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп.
10	Физкультурные праздники	Старшая, подготовительная группы	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп.
11	Физкультурные развлечения	Все группы	4 раза в год	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп.
12	Дни здоровья	Все группы, кроме 1 младшей	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп, ст. воспитатель
13	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги, ст. воспитатель
III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ				

14	Витаминотерапия (поливитаминны, сироп шиповника)	Все группы	В течение неблагоприятных периодов (осень, весна)	Ст. медсестра
15	Витаминоизация третьего блюда	Все группы	Постоянно	Ст. медсестра
16	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, кварцевания, утренние фильтры, фитонцидотерапия, работа с родителями)	Все группы	В течение года, и во время неблагоприятных периодов (осень, весна) возникновения инфекции	Ст. медсестра, воспитатели, специалисты

9.5. Организация рационального питания воспитанников

При поступлении в детский сад у детей очень часто наблюдается снижение аппетита. Учитывая это, родителям совместно с педагогами необходимо помочь ребенку адаптироваться к новому режиму питания.

Напряженное эмоциональное состояние, новые блюда, неумение есть самостоятельно могут спровоцировать отказ ребенка от еды и в детском саду, и дома. Навыки правильного поведения за столом, культуру питания с учетом возраста ребенка необходимо формировать и закреплять ежедневно.

Значение рационального питания: условие гармоничного роста, физического и нервно-психического развития; устойчивость к агрессивному воздействию окружающей среды; закладывает основы культурного поведения, формирует у детей полезные привычки.

Питание в ДОУ организовано в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Перспективное меню выдерживается при наличии продуктов.

Питание в детском саду организовано на основе примерного 3-х недельного меню.

В меню представлены разнообразные блюда, исключены их повторы. Рацион питания отличается сбалансированностью, включением большого количества овощей и фруктов, что положительно сказывается на развитии воспитанников, в том числе и детей с ОВЗ.

Основными принципами, которыми мы руководствуемся при организации рационального питания, являются:

- соблюдение определенного режима питания
- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, максимально сохраняющих ценность продуктов.
- эстетико-психологический принцип (сервировка стола в соответствии с возрастом ребенка, использование технологии семейного стола – за каждым столом образуется маленькое сообщество сотрапезников, традиции вежливости)

Контроль качества приготовления блюд осуществляет старшая медицинская сестра. Не допускается нарушение срока хранения и реализации скоропортящихся продуктов.

Таким образом, детям обеспечено полноценное сбалансированное питание.

9.6. Формирование навыков безопасного поведения, привычки к здоровому образу жизни

Уже в дошкольном возрасте необходимо выделять такие правила поведения, которые дети должны неукоснительно выполнять. Их следует подробно разъяснять воспитанникам и следить за выполнением.

Безопасность жизнедеятельности – не просто сумма знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Детский сад решает в этом направлении следующие задачи:

- Знакомить детей с различными чрезвычайными ситуациями;
- Давать знания по защите своего организма;
- Развивать психологическую устойчивость в стрессовых ситуациях;
- Развивать защитные рефлексы, навыки само- и взаимопомощи;
- Формировать осознанное отношение к своей безопасности.

Для решения поставленных задач используются различные формы работы (см. схему).

**Мероприятия ДОУ, направленные на формирование у детей
навыков безопасного поведения и привычки
к здоровому образу жизни**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственные
1.	Привитие культурно-гигиенических навыков, навыков культуры еды	Постоянно	Педагоги
2.	Занятия, беседы по ОБЖ	Постоянно Согласно тематическому плану ДОУ	Педагоги
3.	Решение проблемных ситуаций		Педагоги
4.	Экскурсии к перекрестку, светофору		Ст. воспитатель Педагоги
5.	Отработка навыков безопасного поведения на дороге (с использованием макетов в группах, а также разметки на асфальте)		Педагоги
6.	Практическая отработка плана эвакуации на случай пожара	Согласно годовому плану ДОУ	Заведующий, зам. заведующего по АХР
7.	Развлечения по ОБЖ	Апрель	Педагоги
8.	Социальное партнерство ДОУ (Мероприятия на базе детской библиотеки, показ спектаклей, приглашение в ДОУ инспектора ГИБДД и др.)	В течение года	Ст. воспитатель

9.7. Взаимодействие с семьями воспитанников

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками невозможна без поддержки семьи.

Родители только тогда станут помощниками и союзниками детского сада, когда увидят взаимосвязь физического, психического здоровья и развития ребенка, будут иметь теоретические знания и практические умения в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, осознают личную ответственность за развитие и здоровье своего ребенка.

Задачи:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда здорового образа жизни.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

В ДОУ используются следующие формы работы с семьей:

1. Родительские собрания, семинары – практикумы, консультации, акции, квест-игры и др.

2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые)
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду.
5. Мастер-классы для родителей
6. Совместная с родителями ОД
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача) и социальных партнеров
- 8 Педагогическое просвещение и ознакомление родителей с жизнью детского сада через информационные уголки и сайт ДОУ
9. Детско-родительский клуб «Моя семья»

9.8. Взаимодействие с социумом по вопросам физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками

МДОУ «Детский сад № 6»	↔	ГУЗ ЯО Детская поликлиника № 5	- обследование детей специалистами, профилактическая работа
МДОУ «Детский сад № 6»	↔	МУ Центр психолого- педагогической, медицинской и социальной помощи "Развитие", ГОУ ЯО «Центр помощи детям»	- психолого - медико - педагогическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями, консультирование родителей
МДОУ «Детский сад № 6»	↔	ГИБДД УВД России по Ярославской области	- предоставление информации, учебно- методической литературы, игры – занятия с детьми, консультативная помощь родителям и педагогам
МДОУ «Детский сад № 6»	↔	МОУ «Средняя школа № 2» г. Ярославля	- совместные познавательные уроки, спортивные мероприятия, занятия с детьми в библиотеке, занятия в компьютерном классе
МДОУ «Детский сад № 6»	↔	МУК Детская библиотека, филиал № 1 им. А.П. Гайдара	- проведение познавательных занятий для детей; развлечения, консультирование, методическая помощь педагогам и родителям
МДОУ «Детский сад № 6»	↔	МОУ ДОД Детско-юношеский центр «МИГ»	- игры в спортивном зале, районные спортивные соревнования
МДОУ «Детский сад № 6»	↔	Дошкольные учреждения МСО г. Ярославля	- организация совместных мероприятий, обмен опытом

10. Контроль физкультурно-оздоровительной работы

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы, а также адекватность организации здоровьесберегающей среды определяется системой фронтального, оперативного и тематического контроля, проводимого согласно годовому плану ДОУ.

План контроля физкультурно-оздоровительной работы

Объект контроля	Срок	Ответственные	Подтверждение
Создание условий для сохранения здоровья и психофизического развития детей, соблюдение СанПиНов	Июнь-август	Заведующий, ст. воспитатель, ст. медицинская сестра	Акт готовности учреждения к новому учебному году, акты готовности спортивного зала, акт испытания спортивного оборудования, физкультурные уголки, уголки ОБЖ, оборудование спортивного зала, спортивной площадки
Адаптация вновь поступивших детей	июнь - октябрь	Ст. м/с, ст. воспитатель воспитатели, педагог-психолог	Листы адаптации, анализ адаптации (Круглый стол)
Адаптация выпускников к условиям школьной жизни	январь	Ст. воспитатель, педагог-психолог	Справка о результатах адаптации
Анализ заболеваемости детей в ДОУ	1 раз в квартал 1 раз в месяц	Ст. медицинская сестра, воспитатели	Медицинская документация
Социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка	октябрь-май	Воспитатели, учитель-логопед, педагог-психолог, учитель-дефектолог, инструктор по физической культуре	Диагностическая документация, индивидуальные образовательные маршруты
Диагностика школьной готовности	апрель	Воспитатели, учитель-логопед, педагог-психолог, учитель-дефектолог	Диагностическая документация, характеристики выпускников
Антропометрия	сентябрь, апрель	Ст. медицинская сестра	Данные антропометрии
Сформированность культурно-гигиенических навыков	в течение года	Ст. воспитатель, ст. медицинская сестра	Материалы контроля
Оздоровительные мероприятия с детьми	в течение года	Ст. медицинская сестра, ст. воспитатель	Материалы контроля
Нагрузка на физкультурном занятии	в течение года	Ст. медицинская сестра, ст. воспитатель	Карты хронометража
Психологический микроклимат в коллективе детей и взрослых	сентябрь-май	Педагог-психолог, ст. воспитатель	Анкеты Рисуночные тесты
Контроль организации питания	Постоянно	Заведующий, ст. медицинская сестра	Карты контроля Аналитические справки

Соблюдение режима двигательной активности, учет индивидуальных особенностей детей	Постоянно	ст. воспитатель, ст. медицинская сестра, инструктор по физической культуре	Сообщения на Педагогических советах, медико-педагогических совещаниях
Эффективность работы с родителями	По плану	ст. воспитатель, воспитатели	Анкеты, участие в физкультурных и оздоровительных мероприятиях

11. Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов

- Создание условий для организации физкультурно-оздоровительной работы (материально-техническое, кадровое обеспечение и др.)
- Организация ОД с учетом индивидуальных особенностей детей (ППк, адаптированные программы, ИОМ)
- Комплексная оценка состояния здоровья и обеспечения безопасности
- Социальное партнерство
- Физическая подготовленность воспитанников
- Уровень освоения детьми образовательных программ
- Уровень удовлетворённости родителей оказанием образовательных услуг
- Трансляция опыта работы ДООУ по вопросам здоровьесбережения