

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
НОВОСИБИРСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ – ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК»

**ПРИНЯТА:**

на педагогическом совете

Протокол № 1

от « 31 » 08 2021 г

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Заведующий МБДОУ – детский сад  
«Теремок»

Приказ № 82-инф от

« 31 » 08 2021 г.

/Н.Н. Столбунова



**«ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»**

Парциальная образовательная программа  
МБДОУ-детского сада «Теремок»



Разработчики:  
Творческая группа педагогов  
МБДОУ-детского сада «Теремок»

р.п.Краснообск 2021 г.

# Содержание

<b>№</b>	<b>Наименование разделов</b>	<b>Стр.</b>
<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи реализации программы	4
1.3	Принципы и подходы к формированию программы	5
1.4	Значимые характеристики реализуемой Программы	6
1.5	Планируемые результаты освоения Программы	8
1.4	Ожидаемые результаты освоения программы	7
1.5	Система оценки достижений планируемых результатов освоения программы	7
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел</b>	
2.1	Описание образовательной деятельности по направлениям	9
2.2	Научно-методическое обеспечение работы по формированию здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении	9
2.3	Формирование представлений о здоровом и безопасном образе жизни у дошкольников	12
2.4	Познавательная деятельность	14
2.5	Организация здорового ритма и двигательной активности	14
2.6	Медицинское обеспечение оздоровительной работы	16
2.7	Закаливание детей.	17
2.8	Работа с родителями	19
2.9	Работа с педагогическим коллективом	21
2.10	Использование образовательных технологий	21
<b>III</b>	<b>Организационный раздел</b>	
3.1	<b>Организация развивающей предметно-пространственной среды</b>	26
3.2	<b>Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка</b>	27
3.3	<b>Физкультурно-оздоровительный режим</b>	28
3.4	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	30
3.5	Перспективное планирование реализации программы	29
	Литература	32
	Приложение 1. Критерии оценки индивидуального освоения парциальной программы «Здоровый дошкольник»	33

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Оздоровительная работа с дошкольниками в последние десятилетия приобрела особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России, в том числе и детей. Причин тому много: это социальные, экологические, политические факторы и пр. Необходимость комплексного подхода к организации оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении ни у кого не вызывает сомнения. Поэтому педагогический коллектив МБДОУ – детского сада «Теремок» в течение многих лет целенаправленно работает над проблемой воспитания здорового ребенка.

Данная проблема перед коллективом детского сада не возникла стихийно. Проводя различные мероприятия, связанные с оздоровлением детей, имея неплохую материальную базу, педагоги обратили внимание на то, что заболеваемость детей не снижается, а, наоборот, по некоторым показателям дает рост. Анализ физического развития детей выявил тенденцию снижения гармонично развитых детей и увеличение детей с дисгармоничным развитием.

Учитывая сложившуюся ситуацию, запрос родителей, и проанализировав современные здоровьесберегающие программы, технологии, совет педагогов детского сада решил взять направление работы по здоровьесбережению дошкольников. За основу была взята авторская технология доктора медицинских наук профессора Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник». Технология привлекла тем, что оздоровление детей осуществляется не медикаментозными средствами, а естественными силами природы, что обеспечивает не только физическое, но и эмоциональное развитие детей. Физкультурно-оздоровительное направление осуществляется комплексно, несёт в себе и воспитательную нагрузку – формирование у ребёнка потребности здорового образа жизни. Реализация технологии носит преимущественно индивидуально-дифференцированный характер, имеет физиологическое обоснование каждого раздела, учитываются закономерности возрастной психофизиологии, педагогической психологии и спортивной медицины. Рекомендуемые средства и методы просты и не требуют необходимости в приобретении дорогостоящего оборудования, специальной переподготовки педагогов ДОУ.

Для проведения целенаправленной работы по укреплению и сохранению здоровья детей в МБДОУ - детском саду «Теремок» в соответствии с ФГОС ДО была создана парциальная программа «Здоровый дошкольник», направленная на рациональное осуществление совместными усилиями педагогов, специалистов ДОУ и родителей комплекса воспитательных и профилактических мер.

#### **Нормативно-правовое обеспечение программы:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями на 30.04.2021);
- Федеральный закон «Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан» от

21.11.2011 № 323 – ФЗ;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155);

- распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- СП3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"

- Устав образовательного учреждения МБДОУ детского сада «Теремок».

- Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ- детского сада «Теремок».

## 1.2. Цели и задачи реализации Программы

**Основная цель программы** – это сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей.

**Задачи:**

1. Обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников образовательного процесса.
2. Формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.
3. Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей.
4. Формировать основы безопасности жизнедеятельности.
5. Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.
6. Формировать у родителей, педагогов, воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья.

## 1.3. Принципы программы

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- *Принцип научности* предполагает подкрепление всех оздоровительных

мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

- *Принцип целостности, комплексности педагогических процессов* выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОО.
- *Принцип систематичности и последовательности* предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- *Принцип связи теории с практикой* формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- *Принцип повторения умений и навыков* – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- *Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания* предполагает то, что главной целью образования становится ребенок. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- *Принцип доступности* позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- *Принцип активного обучения* обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- *Принцип коммуникативности* помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- *Принцип креативности личности ребенка* заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.
- *Принцип взаимодействия ДОО и семьи, преемственности* при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- *Принцип результативности* предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

#### **1.4. Значимые характеристики реализуемой Программы**

Данная программа, посвященная проблемам воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении, имеет отличительные особенности:

1. Комплексный подход, включающий различные компоненты, совокупность которых объединена в понятии “здоровый образ жизни” ребенка. Реализация программы носит преимущественно индивидуально-дифференцированный характер.

2. Наличие физиологического обоснования, учета ряда закономерностей возрастной психологии, педагогической психологии и спортивной медицины.
3. Данная программа может применяться в любом дошкольном учреждении благодаря простоте большинства рекомендуемых средств и методов, отсутствию необходимости в приобретении дорогостоящей аппаратуры, необязательности высокого уровня профессиональной подготовки персонала, но при обязательном и добросовестном выполнении рекомендаций.
4. Предусмотрен учет климато-географических и экологических особенностей региона.

Эффективная реализация программы возможна при добросовестном выполнении своих обязанностей персоналом дошкольных учреждений в постоянном взаимодействии с родителями.

### **Кадровый состав, реализующий парциальную программу**

Программу реализует высокопрофессиональный кадровый коллектив детского сада: из 20 педагогов – 11 имеют высшее педагогическое образование, 9 – имеют среднее специальное педагогическое образование. 11 педагогов имеют высшую квалификационную категорию, 6 имеют первую категорию, 3 педагога – это вновь пришедшие, начинающие воспитатели. Все педагоги регулярно повышают свой профессиональный уровень, посещая и проходя курсы повышения квалификации.

### **1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

1. Формирование у дошкольников основ валеологического сознания, потребности заботиться о своём здоровье.
2. Обеспечение программного уровня развития движений и двигательных способностей детей.
3. Повышения уровня адаптации к современным условиям жизни.
4. Улучшение соматических показателей здоровья дошкольников, снижения уровня заболевания.
5. Оптимальные условия для развития индивидуальности ребенка через осознание своих возможностей и способностей.
6. Позитивное влияние образа жизни на состояние здоровья.
7. Осуществление здоровьесберегающей организации воспитательного процесса.
8. Овладение элементарными навыками оздоровления: самомассаж, закаливающие процедуры, уход за полостью рта.
9. Внедрение научно-методологических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье

### Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДООУ по посещаемости и причин отсутствия детей;
- общее физическое развитие детей;
- оценка уровня адаптации детей к ДООУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- оценка уровня знаний, умений, навыков ребенка.

### **1.6. Система оценки достижений планируемых результатов освоения Программы**

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником, в рамках педагогической диагностики. Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность);
- конструктивно-модельной деятельности;
- продуктивной деятельности (рисование, конструирование, ручная умелость);
- двигательной деятельности;
- музыкальной деятельности;
- при самообслуживании, трудовой деятельности;
- при восприятии художественной литературы

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных **задач**:

1. Индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его индивидуального образовательного маршрута (ИОМ) или построения коррекционно-развивающей деятельности педагогом по преодолению имеющихся затруднений в обучении и/или воспитании);
2. Оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации,

чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Диагностические карты наблюдений детского развития составлены в соответствии с программой МБДОУ – детский сад «Теремок», позволяют фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребёнка.

В основе оценки лежат следующие **принципы**:

1. Информация фиксируется посредством прямого наблюдения за поведением ребёнка. Результаты наблюдений педагог получает в естественной среде (в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, в процессе организованной образовательной деятельности).
2. Оценку могут давать взрослые, которые проводят с ребёнком много времени, хорошо знают его поведение.

Результатами освоения Программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка и описаны в Федеральном государственном стандарте дошкольного образования.

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (сентябрь и апрель); для групп раннего развития (от 2 до 3 лет) – октябрь и апрель. Мониторинг образовательного процесса проводится педагогами, работающими с дошкольниками. Данные о результатах мониторинга заносятся в специальную карту развития ребёнка в рамках образовательной программы (см. Приложение 2). Анализ карт развития позволяет оценить эффективность образовательной программы и организацию образовательного процесса в группе детского сада.

**Оценка уровня развития:**

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- 5 баллов – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

После заполнения таблицы:

- формулируются выводы по всем образовательным областям и по группе в целом основанные на данных мониторинга;
- составляется план работы, прописываются перспективы развития по группе в целом;
- в целях индивидуализации образовательного процесса педагог прослеживает динамику развития каждого ребёнка и при необходимости составляет индивидуальный образовательный маршрут ребёнка на основе рекомендаций узких специалистов ДОУ (педагог-психолог, учитель-логопед, учитель-дефектолог).

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

## 2.1. Основные направления реализации программы

Программа рекомендуется для работы с детьми всех возрастных групп детского сада и включает в себя следующие направления:

1. Научно-методическое обеспечение работы по формированию здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении.
2. Формирование представлений о здоровом и безопасном образе жизни у дошкольников.
3. Познавательная деятельность.
4. Организация здорового ритма и двигательной активности.
5. Закаливание детей.
6. Работа с родителями.
7. Работа с педагогическим коллективом.

## 2.2. Научно-методическое обеспечение работы по формированию здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении.

Научно-методическое обеспечение работы по формированию здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении основано на технологии Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник» и состоит из 6 направлений:

1. Диагностика, т.е. определение исходных показателей состояния здоровья и физического развития детей;
2. Рациональная организация двигательной активности детей;
3. Система эффективного закаливания;
4. Комплекс психогигиенических и психопрофилактических средств и методов;
5. Обеспечение рационального питания;
6. Создание условий для оздоровительных режимов детей.

**Первое направление** – определение исходных показателей состояния здоровья и психического развития детей. В комплекс антропометрических показателей, регистрируемых медицинским персоналом дошкольного учреждения, включены определения длины и массы тела, а также индексов: отношений длины тела к возрасту, массы тела – к возрасту и массы – к длине. Последний показатель отражает *гармоничность физического развития ребенка*. Наличие этих параметров обеспечивает возможность их сравнения с международными стандартами, показателями по таблице, периодически издающимся ВОЗ.

В диагностический комплекс включены проявления биоритмологического профиля профиля ребенка по околосуточной динамике умственной (основной параметр), физической работоспособности и эмоциональной реактивности. Эти показатели определяются педагогами при взаимодействии с родителями. Тестирование проводится в начале, середине (по отдельным параметрам) и в конце учебного года.

**Второе направление** – рациональная организация двигательной активности детей. Рассматриваются положения о жизненно важном значении движения для развития физиологических систем растущего организма (энергетическое правило скелетной

мускулатуры И.А. Аршавского) и об эффективном оздоровительном влиянии циклических упражнений. В первую очередь оздоровительного бега на все физиологические системы, биохимические процессы и психические функции. Этот раздел программы характеризуется изложенными ниже основными особенностями и принципиальными отличиями от существующих рекомендаций по развитию моторики детей дошкольного возраста.

**Третье направление** – система эффективного закаливания детей. Научным обоснованием его является подход к закаливанию как к тренировке системы терморегуляции. Даются определения физической и химической терморегуляции, их основных механизмов у взрослого человека и особенностей формирования в онтогенезе. В программе закаливание рассматривается как система оздоровительно-профилактических воздействий, реализуемая таким образом, чтобы каждый момент пребывания ребенка в детском саду (и желательно – в домашней обстановке) характеризовался как благоприятный для становления аппарата физической терморегуляции (терморцепторы и сосуды кожи и подкожной клетчатки), плохо функционирующей в периодах раннего и дошкольного детства

**Четвертое направление** – комплекс психогигиенических и психопрофилактических средств и методов, используемых в дошкольных учреждениях. В программе указываются основные задачи и обязанности педагога-психолога:

- выявлять факторы, способствующие возникновению и развитию дистрессовых невротических состояний у детей;
- применять психолого-педагогические приемы, направленные на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений, прежде всего у гиперактивных детей;
- обеспечить условия для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня детей;
- создавать благоприятный психологический климат в ДОУ и по возможности в семье;
- организовывать специальные игровые комнаты в ДОУ для проведения индивидуально-подгрупповой психокоррекционной работы.

**Пятое направление** - обеспечение рационального питания детей. Раздел содержит общие положения концепции сбалансированного калорийного питания. Излагаются «золотые» правила приготовления пищи, одобренные ВОЗ: выбор продуктов, обработанных с помощью современных технологий безопасности, тщательный прогрев пищи, правильное ее хранение и т.д.

**Шестое направление** – создание условий для оздоровительных режимов детей. Теоретическим обоснованием необходимости выполнения определенного распорядка для ребенка является биоритмология, предмет которой составляет изучение циклических процессов в живых организмах. Именно наличие цикличности в деятельности всех физиологических систем, биохимических процессах и проявлениях психических функций создает возможности для совершенной адаптации в условиях постоянно изменяющейся внешней среды, что особенно важно для растущих организмов.

### 2.3. Формирование представлений о здоровом образе жизни

Направление	Задачи
Работа с дошкольниками	<ul style="list-style-type: none"> <li>- укреплять здоровье детей и обогащать их двигательный опыт с учетом индивидуальных возможностей и способностей;</li> <li>- формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия;</li> <li>- удовлетворять потребность детей в движении;</li> <li>- стимулировать развитие у детей навыков личной гигиены и осуществлять контроль за их неукоснительным выполнением;</li> <li>- формировать у детей потребность к занятиям физической культурой и эмоционально-положительное отношение ко всем видам двигательной активности;</li> <li>- целенаправленно развивать физические качества;</li> <li>- формировать умение сохранять правильную осанку;</li> <li>- воспитывать чувство уверенности в себе.</li> </ul>

### *Формы и методы оздоровления детей*

№	Формы и методы	Содержание
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- адаптационный период;</li> <li>- гибкий режим;</li> <li>- расписание образовательной деятельности в соответствии с действующими санитарными правилами;</li> <li>- организация микроклимата в группах.</li> </ul>
	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гигиеническая гимнастика;</li> <li>- проведение физкультурных занятий с элементами корригирующей гимнастики в комплексе с дыхательными и релаксационными упражнениями;</li> <li>- оздоровительно - развивающие физкультурные занятия на свежем воздухе;</li> <li>- подвижные, элементы спортивных игр;</li> <li>- профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки,</li> </ul>

		плоскостопия, зрения);
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умывание с использованием художественного слова;</li> <li>- игры с водой и песком;</li> <li>-обеспечение санитарно-гигиенических условий развивающей среды;</li> <li>- мытье рук до локтя, умывание прохладной водой</li> <li>- питьевой режим</li> </ul>
4	Воздушные процедуры с использованием природных факторов	<ul style="list-style-type: none"> <li>-обеспечение температурного режима и чистоты воздуха (соблюдение графиков проветривания)</li> <li>- сон в проветренном помещении;</li> <li>- соблюдение температурного режима;</li> <li>-прогулки на свежем воздухе, проведение солнечных и воздушных процедур;</li> </ul>
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>-развлечения, праздники;</li> <li>-игры-забавы;</li> <li>-дни здоровья, тематические недели, акции</li> </ul>
6	Рациональное питание	<ul style="list-style-type: none"> <li>-фрукты, овощи, соки;</li> <li>-витаминизация 3го блюда;</li> </ul>
7	Свето- и цветотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>-обеспечение светового режима;</li> <li>-цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса.</li> </ul>
8	Музыкотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>-минуты тишины;</li> <li>-музыкальное сопровождение режимных моментов</li> <li>-музыкальное сопровождение занятий;</li> <li>-музыкальная театрализованная деятельность;</li> </ul>
9	Психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>-игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы;</li> <li>- релаксирующие упражнения;</li> </ul>
10	Специальные мероприятия, упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»;</li> <li>- закаливание с использованием природных факторов;</li> <li>- игровой самомассаж;</li> <li>- дыхательная гимнастика;</li> <li>- артикуляционная гимнастика;</li> <li>- гимнастика для глаз;</li> <li>- пальчиковая гимнастика;</li> </ul>
11	Пропаганда здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>-цикл бесед о здоровье и здоровом питании;</li> <li>- совместная деятельность</li> <li>- проектная деятельность (тематическая);</li> </ul>

		- стендовая информация; - спортивные праздники и развлечения.
--	--	--

## 2.4. Познавательная деятельность

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становления сознания; развития воображения и творческой активности; формирования первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира.

Таким образом, формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни можно как во время специально организованной образовательной деятельности по познавательному развитию, так и выделять правила навыков культурно-гигиенического поведения; определять и закреплять полученные знания о значении витаминов, навыков гигиены; воспитывать интерес к здоровому образу жизни во время режимных моментов.

Также необходимо формировать представления об органах чувств, воспитывать привычку к здоровому образу жизни, формировать логическое мышление, активизировать представления о доминирующем развитии того или иного органа чувств у людей определённых профессий.

## 2.5. Организация здорового ритма и двигательной активности дошкольников

### Модель двигательного режима детей МБДОУ-детском саду «Теремок»

№	мероприятия	количество	ответственный	Место проведения
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	Воспитатели, инструктор по физкультуре	Физкультурный зал, музыкальный зал
2.	Непосредственно-образовательная деятельность по физкультуре	3 раза в неделю	Воспитатели, инструктор по физкультуре	Физкультурный зал, спортивная площадка
3.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, согласно режиму дня	воспитатели	Групповая, прогулочные площадки
4.	Спортивные праздники, развлечения, досуги	4 раза в год	Воспитатели, инструктор по физкультуре	Физкультурный зал, спортивная площадка
5.	Индивидуальная работа по развитию движений	ежедневно	воспитатели	Групповая, спортивная площадка
6.	Физкультминутки	Ежедневно, на всех видах непосредственно-образовательной деятельности	воспитатели	Группа

7.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	ежедневно	воспитатель	Прогулочные площадки
8.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами, закаливающие мероприятия	ежедневно	воспитатель	Группа
9.	Неделя здоровья	2 раза в год	Воспитатель, инструктор по физкультуре	ДОУ
10.	Игровой оздоровительный час	ежедневно	воспитатели	группа

### Охрана психического здоровья

	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	2-7 лет	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
--	--	---------	--------------------------------	--------------------------	----------------

### Профилактика заболеваемости

	Дыхательная гимнастика в игровой форме	2-7 лет	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели, музыкальные руководители	В течение года
--	--	---------	---	---------------------------------------	----------------

### Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка

	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	2-7 лет	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки на воздухе	2-7 лет	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Ходение босиком по «дорожкездоровья»	3-7 лет	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	2-7 лет	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь – август
	Гимнастика после сна	2-7 лет	После сна в группе каждый день	Воспитатели	В течение года

### Лечебно – оздоровительная работа

	Витаминизация: включение фруктов, соков и	2-7 лет	Ежедневно	медсестра	В течение года
--	---	---------	-----------	-----------	----------------

	отвара шиповника				
<b>Организация питания</b>					
	сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами	2-7 лет	Ежедневно	медсестра	В течение года

## 2.6. Медицинское обеспечение оздоровительной работы

Для успешной работы в этом направлении медицинский работник собирает сведения о ребёнке при поступлении в детский сад через личную беседу.

Тщательно изучается карта индивидуального развития ребёнка, условия жизни, особенностей поведения и развития.

Эта работа тесно связана с физкультурно-оздоровительной и осуществляется в детском саду в тесной взаимосвязи между медиками и педагогами.

### Организация оздоровительно-профилактической работы

Задачи	Содержание	Сроки	Ответственный
1. Проведение профилактических мероприятий по предупреждению нарушений осанки	Подбор соответствующей мебели	Сентябрь, январь	Педагоги ДОУ
2. Предупреждение инфекционных заболеваний	Профилактические прививки	По плану прививочной работы	Врач, медсестра
	Сквозное проветривание помещений	Систематическ и	воспитатели, младшие воспитатели
	Соблюдение санитарно-гигиенических правил		
	Проведение санитарно-просветительской работы	По плану	Врач, медсестра
3. Проведение неспецифической профилактики ОРВИ	Проведение упражнений, игр для профилактики простудных заболеваний	постоянно	Воспитатели инструктор по ФК
	Использование чесночно-луковых фитонцидов.	Весна, осень	Воспитатели
4. Проведение профилактических мероприятий	Гимнастика для глаз Дыхательные упражнения Логоритмические упражнения Игры «Песок-вода»	постоянно	Воспитатели, музыкальный руководитель учитель-логопед

## 2.7. Закаливание

Закаливание - ведущий метод повышения устойчивости организма к постоянно меняющимся условиям внешней среды. В природе постоянно меняется уровень солнечной радиации, температуры воздуха и воды, влажность и подвижность воздуха. Следовательно, основными средствами закаливания организма являются вода, свежий воздух, солнечный свет.

В ДООУ используются наиболее универсальные, эффективные и доступные для детей дошкольного возраста всех видов и направленности закаливающие мероприятия. Их примерный перечень скорректирован с учетом региональных климатических и сезонных особенностей, а также имеющихся условий для проведения закаливающих процедур.

При организации закаливания учитываются следующие требования:

- возрастные и индивидуальные особенности состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка;

- позитивный эмоциональный настрой;

- использование в комплексе природных факторов и закаливающих процедур;

- соблюдение методики выбранного вида закаливания.

Затраты времени на проведение закаливающих процедур непосредственно связаны с возрастом детей и методикой закаливания. Закаливание в повседневной жизни органично вписывается в режим группы.

В общем объеме непосредственно образовательной деятельности и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, учитываются следующие закаливающие мероприятия:

- утренняя гимнастика;

- подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности, или физкультурные занятия (в помещении и на улице).

Проведение других закаливающих мероприятий осуществляется в пределах времени, необходимого для осуществления функций присмотра и ухода за детьми. Результативность учебно-воспитательной и физкультурно-оздоровительной работы обеспечивается совместными усилиями администрации ДООУ, медицинского персонала, инструктором по физической культуре, других педагогов и родителей.

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)				
		2—3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5-7	5-7	5-10	7-10	7-10

Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально				
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15 мин	до 15 мин	до 20 мин	до 25 мин	до 30 мин
Дневной сон	Воздушная ванна, с учетом сезона года, региональных климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	в соответствии с действующими санитарными правилами				
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна, различные методики закаливания	5-15 мин				

Применение какой-либо одной закаливающей процедуры, даже сильнодействующей, не оказывает должного эффекта. Закаливание – это система мероприятий, неоднократно повторяющихся в течение дня, месяца, года. Нельзя закалить ребенка раз и навсегда, придумать таблетку или заварить травку, которая решит все проблемы. Значит, закаливание должно сопровождать жизнь детей дома и в детском саду.

**Принципами** закаливания являются:

- Постепенность
- Регулярность
- Индивидуальность
- Многофакторность

#### **Факторы закаливания**

1. Воздух
2. Вода
3. Солнце
4. Рецепторные.

В реальной практике дошкольного учреждения трудно охватить процедурами одновременно детей всей группы. Однако в целом, традиционные подходы к закаливанию при правильной организации могут дать определённый закаливающий эффект.

При организации закаливания необходимо соблюдать ряд **требований**:

- Проведение комплексной оценки здоровья ребенка.
- Определение типа закаливания.
- Дозирование.
- Выбор метода закаливания.

При работе по закаливанию детей мы придерживаемся **следующих правил**:

1. Индивидуальный подход к каждому ребёнку.
2. Систематическое проведение процедур во все времена года, без перерывов.
3. Постепенное увеличение силы закаливающего воздействия с учётом самочувствия ребёнка.
4. Проведение закаливания на положительном эмоциональном фоне.

### **2.8. Работа с родителями**

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

#### **Задачи работы с родителями:**

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

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

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

**Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях**, определяющих ее содержание, организацию и методику:

1. Единство – которое достигается в том случае, когда не только воспитателям, но и родителям хорошо понятны цели, задачи воспитания здорового ребенка, когда семья знакома с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
2. Систематичность и последовательность работы в соответствии с планом работы в течение всего периода пребывания ребенка в детском саду.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога семье, а родителей - в детском саду.

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

- Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
- Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.
- Закаливающие процедуры дома и в детском саду.
- Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
- О питании детей раннего и дошкольного возраста.
- Вредные привычки у взрослых и их влияние на здоровье детей.

## **Пропаганда ЗОЖ:**

- Родительские практикумы по закаливанию (инструктор по ФК)
- Информационный стенд (старший воспитатель)
- Родительские собрания (все специалисты, воспитатели)
- Консультации о ЗОЖ в семье (врач-педиатр, ст. медсестра, ст. воспитатель)
- Спортивные праздники «Игры нашего двора», «Веселые старты» и др.
- Консультации, памятки, информация о безопасном поведении в быту (педагог-психолог, воспитатели)
- Консультации о психологическом здоровье (педагог-психолог)
- Наглядные виды работ: выставки детских рисунков, литературы, дидактических пособий, фотовыставки.

## **2.9. Работа с педагогическим коллективом ДОУ**

<b>Направление</b>	<b>Задачи</b>
Работа с педагогами	<ul style="list-style-type: none"><li>- внедрять инновации в области физического развития детей; образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей;</li><li>- неукоснительно соблюдать гигиенические требования к организации жизнедеятельности детей в условиях ДОУ;</li><li>- организовывать спортивно-оздоровительную работу, дифференцированную в зависимости от физических и психоэмоциональных особенностей ребенка.</li></ul>

## **2.10. Использование образовательных технологий**

Для реализации активности дошкольника в образовательном процессе используются современные образовательные технологии, дающие возможность повышать качество образования.

Здоровьесберегающие технологии – технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников

<p><b>Медико-профилактические:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организация мониторинга здоровья детей</li> <li>- организация и контроль питания детей</li> <li>- физическое развитие детей</li> <li>- закаливание</li> <li>- организация профилактических мероприятий</li> <li>- обеспечение требований СанПиН</li> <li>- организация здоровьесберегающей среды</li> </ul>	<p><b>Физкультурно-оздоровительные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие физических качеств, двигательной активности детей</li> <li>- становление физической культуры детей</li> <li>- дыхательные гимнастики</li> <li>- самомассаж</li> <li>- элементы Су-Джок</li> <li>- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки</li> <li>- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье</li> </ul>	<p><b>Обучение здоровому образу жизни:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные занятия</li> <li>- коммуникативные игры</li> <li>- беседы на валеологические темы</li> <li>- проблемно-игровые тренинги</li> <li>- самомассаж</li> </ul>
<p><b>Сохранения и стимулирования здоровья:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ритмопластика</li> <li>- динамические паузы</li> <li>- подвижные и спортивные игры</li> <li>- релаксация</li> <li>различные гимнастики</li> </ul>	<p><b>Коррекционные технологии:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- арттерапия</li> <li>- муз терапия</li> <li>- изо терапии</li> <li>- цветотерапия</li> <li>- сказкотерапия</li> <li>- психогимнастика</li> <li>логоритмика</li> </ul>	

### **Реализация здоровьесберегающих технологий в I половину дня.**

Утро начинается в детском саду с радостных встреч с детьми. Доброжелательное отношение к каждому пришедшему ребенку, атмосфера дружеского участия позволяют положительно настроить детей на предстоящий день, снять тревожность, усталость, замкнутость. Этому способствуют коммуникативные игры и игры, повышающие настроение детей, которые воспитатель с успехом использует в утренние часы приема детей. Такие игры по своему замыслу предполагают рукопожатие, поглаживание, теплые, ободряющие слова, заинтересованное отношение к настроению, самочувствию друг друга, юмор, улыбки и смех детей. Они развивают умение лучше понимать себя и других, умение подчиняться определенным правилам, развивают способности к самовыражению, умение регулировать свое поведение, обучают элементам техники выразительных движений, приемам снятия психического напряжения; создают здоровое эмоциональное возбуждение, бодрое настроение. Эти игры проводятся не только в утренние часы, но и во второй половине дня, и в минуты свободного общения.

Одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, является утренняя гимнастика. Ежедневное выполнение физических упражнений под руководством взрослого способствует проявлению определённых волевых усилий, вырабатывает у детей полезную привычку начинать день с утренней гимнастики, которая постепенно вовлекает весь организм ребёнка в деятельное состояние, укрепляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ, вызывает потребность в кислороде, помогает развитию правильной осанки. Чтобы предупредить возникновение плоскостопия, предлагаются упражнения для укрепления свода стопы – поднятие на носки, на пятки. Музыка, сопровождающая движения, создаёт бодрое настроение, оказывает положительное влияние на нервную систему ребёнка.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака, в течение 10–12 минут на воздухе или в помещении (в зависимости от погодных условий).

Содержание утренней гимнастики составляют упражнения, рекомендованные программой для данной возрастной группы, разученные предварительно на физкультурном занятии и хорошо знакомые детям.

С целью предупреждения утомления во время НОД, связанных с длительным сидением в однообразной позе, требующих сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне, воспитатель проводит физминутки, которые повышают общий тонус, моторику, способствуют тренировке подвижности нервных процессов, развивают внимание и память, создают положительный эмоциональный настрой и снимают психоэмоциональное напряжение. Длительность составляет 3–5 минут. Физминутки проводятся в многочисленных формах: в виде упражнений общеразвивающего воздействия (движения головы, рук, туловища, ног), подвижной игры, дидактической игры с разными движениями, танцевальных движений и игровых упражнений. Физкультминутка может сопровождаться текстом, связанным или не связанным с содержанием НОД. Часто такие паузы представляют собой гимнастику для стимуляции деятельности речевых центров, куда входят упражнения для коррекции речи: логоритмика, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, зрительная гимнастика. Иногда в непосредственно образовательную деятельность можно включать релаксационные упражнения. Они позволяют успокоить детей и снять мышечное и эмоциональное напряжение. Выполнение упражнения под тихую, спокойную, плавную музыку или под звуки природы «Шум леса», «Море» повышает эффективность релаксационных упражнений, помогает более полному расслаблению.

Также помогает восстановлению и сохранению эмоционального благополучия и предупреждает психические расстройства, включаемая в педагогический процесс, психогимнастика. Это такие игры, как создание образов знакомых животных, передавая их характерные особенности и повадки. («Веселый зайчик», «Грустный

котенок», «Сердитый волк» и т. д.). Такие задания способствует снижению эмоционального напряжения; обучают детей выразительным движениям; корректируют эмоциональную сферу; обучают способам общения, способствующим коррекции настроения и поведения в коллективе сверстников и взрослых.

Непосредственно образовательная деятельность серии «Здоровье», которые могут быть включены и в сетку НОД в качестве познавательного развития. В ходе такой непосредственно образовательной деятельности детям даются представления о строении собственного тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививаются элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. НОД имеют огромное значение в воспитании у ребёнка потребности в здоровом образе жизни.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка воспитатели придают развитию движений и физической культуры во время НОД по физкультуре. Причём, в каждом возрастном периоде НОД по физической культуре имеют разную направленность: маленьким детям они доставляют удовольствие, учат ориентироваться в пространстве, приёмам элементарной страховки; в среднем возрасте – развивают физические качества, прежде всего, выносливость и силу; в старших группах – формируют потребность в движении, развивают двигательные способности и самостоятельность.

Закаливающие мероприятия, как важная составная часть физической культуры, содействует созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни. Используемая воспитателями система закаливаний предусматривает разнообразные формы и методы, а также изменения в связи с временами года, возрастом и индивидуальными особенностями состояния здоровья детей.

Для наибольшей эффективности закаливания воспитателями обеспечиваются: чёткая организация теплового и воздушного режима в помещении («температурная» гигиена); рациональная, не перегревающая одежда детей; соблюдение режима прогулок во все времена года; сон при открытых фрамугах; гигиенические процедуры (умывание и обливание рук до локтя прохладной водой, полоскание рта кипячёной водой комнатной температуры); хождение босиком в группе и летом на прогулке, занятия босиком утренней гимнастикой и физкультурой.

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того чтобы прогулка давала эффект, воспитатель меняет последовательность видов деятельности детей, в зависимости от характера предыдущей НОД и погодных условий. Так, в холодное время года и после непосредственно образовательной деятельности, на которой дети сидели, прогулка начинается с пробежки, подвижной игры; в тёплое время года или после физкультурных и музыкальных занятий – с наблюдения, спокойных игр.

Прогулка – один из важнейших режимных моментов, вовремя которого дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности.

Оптимальной формой для этого служат подвижные игры и физические упражнения на улице. Кроме подвижных игр, воспитатели широко используют разнообразные упражнения в основных видах движений: бег и ходьба; прыжки; метание, бросание и ловля мяча; упражнения на полосе препятствий.

Проводимые на свежем воздухе физические упражнения способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды. На каждые две недели имеются 3-4 комплекса физических упражнений на воздухе: для хорошей погоды (по сезону); на случай сырой погоды; на случай порывистого ветра.

### **Реализация здоровьесберегающих технологий во II половину дня.**

Большое значение уделяется организации полноценного дневного сна. Для засыпания детей используются различные методические приемы: колыбельные песенки, слушание классической музыки и сказок.

Оздоровительные мероприятия после дневного сна предназначены для постепенного перехода детей от спокойного состояния к бодрствованию. Гимнастика проводится при открытых форточках 7-15 минут. В течение года используются различные варианты гимнастики.

Разминка в постели. Дети постепенно просыпаются под звуки приятной музыки и, лёжа в постели на спине поверх одеяла, выполняют 5-6 упражнений общеразвивающего воздействия. Упражнения выполняются из разных положений: лёжа на боку, на животе, сидя. После выполнения упражнений дети встают и выполняют в разном темпе несколько движений (ходьба на месте, ходьба по массажным коврикам, постепенно переходящая в бег). Затем все переходят из спальни в хорошо проветренную групповую комнату и под музыку выполняют произвольные танцевальные, музыкально – ритмические или другие движения. Гимнастика игрового характера состоит из 3-6 имитационных упражнений: дети подражают движениям птиц, животных, растений, создают различные образы («лыжник», «конькобежец»,

«петрушка», «цветок»).

Пробежки по массажным дорожкам сочетаются с контрастными воздушными ваннами и проводятся 2 раза в неделю по 5-7 минут. Дети занимаются босиком, идут в быстром темпе по дорожке и плавно переходят на бег (1-1.5 мин.) и снова переходят на спокойную ходьбу с дыхательными упражнениями. Это способствует развитию выносливости, координации движений, формированию стопы и укреплению организма детей.

Проводится дыхательная гимнастика. К гимнастическим упражнениям, формирующим правильное дыхание, относятся упражнения для постановки правильного дыхания через нос, развития мышц грудной клетки для увеличения ее эластичности, на активное вытягивание позвоночника.

Точечный массаж – элементарный приём самопомощи своему организму.

Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своём здоровье, прививают им уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие, наряду с этим точечный массаж является профилактикой простудных заболеваний. Под действием массажа организм начинает вырабатывать свои собственные лекарства (например, интерферон), которые очень часто намного эффективнее и безопаснее таблеток.

Самым ярким событием в спортивной жизни детей является активный отдых: физкультурные праздники, спортивные досуги, «Дни здоровья». Активный отдых оказывает благотворное воздействие на организм ребенка, закрепляет двигательные умения и навыки, развивает двигательные качества (быстроту, ловкость), способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы.

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

<p><b>Групповые помещения</b></p>	<p>В каждой возрастной группе имеются спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением воспитателей.</p> <p>Закаливающие процедуры: закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах.</p>
<p><b>Объекты для физической культуры</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- имеется зал для физкультурных занятий (приспособленное помещение), который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажёры для стоп в т. ч. из нестандартного оборудования, имеются в наличии мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, баскетбольные кольца, скакалки, кегли дуги для подлезания, канат и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность на занятии.</li> <li>- для проведения корригирующей гимнастики имеются фитбол-мячи, индивидуальные гимнастические коврики</li> <li>- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём, оборудованием для спортивных игр и упражнений: футбольные ворота, стойки с баскетбольными кольцами, бум-бревно, лестницы-радуги.</li> </ul>

<b>Помещения для проведения коррекционно-развивающей работы, его оснащение</b>	<p align="center"><b>Кабинет учителя-дефектолога</b></p> <p>Стол для педагога, стол для занятий с детьми, зеркало, шкаф для хранения методических пособий.</p> <p>Обследование: дидактический материал по обследованию (речь: звуковая сторона, грамматический строй, уровень познавательного развития)</p> <p>Развитие мелкой моторики: мозаики, паззлы, счетные палочки, конструкторы.</p>
	<p align="center"><b>Кабинет педагога-психолога</b></p> <p>Стол для педагога, шкаф для хранения методических пособий, дидактических и настольных игр, результатов обследования детей, рабочие журналы педагога-психолога. Интерактивная доска, проектор, куб-бизиборд, большая дидактическая черепаха, стол-мозаика и другой дидактический материал.</p>
	<p align="center"><b>Рабочая зона учителя-логопеда</b></p> <p>Стол с зеркалом для индивидуальных занятий с детьми</p> <p>Наборы дидактических картинок по постановке звуков, сюжетные картины для развития и активизации словаря, дидактические игры по развитию речи.</p>
	<p align="center"><b>Музыкальный зал для проведения логоритмики</b></p> <p>Электронное пианино, моторизованный экран, проектор, различные шумовые музыкальные инструменты, шапочки-маски, стулья в соответствии с ростом детей</p>

### **3.2. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка**

В ДОУ созданы следующие психолого-педагогических условия, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами:

1. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.
2. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.
3. Личностно-ориентированное взаимодействие педагогов с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных

навыков.

4. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений отдельного ребенка, стимулирование самооценки.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

7. Профессиональное развитие педагогов, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

### **3.3. Физкультурно-оздоровительный режим**

<b>№</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Ответственный</b>
<b>1</b>	Прием детей и их осмотр	Ежедневно	Воспитатели, фельдшер
<b>2</b>	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК, музыкальный руководитель
<b>3</b>	Приемы пищи	По режиму	Повар, калькулятор, воспитатели младший воспитатель.
<b>4</b>	Физкультурные занятия	По расписанию	Инструктор по ФК, воспитатели
<b>5</b>	Музыкальные занятия	По расписанию	Музыкальный руководитель, воспитатели
<b>6</b>	Физкультминутки	По мере необходимости	Воспитатели

7	Совместная игровая деятельность	Ежедневно	Воспитатели
8	Прогулка	По режиму	Воспитатели
9	Подвижные игры	По плану	Воспитатели
10	Спортивные игры	По плану	Инструктор по ФК, воспитатели
11	Спортивные упражнения на прогулке	По плану	Воспитатели
12	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	Инструктор по ФК воспитатели
13	Физкультурный праздник	2 раза в год (зима-лето)	Инструктор по ФК старший воспитатель, воспитатели
14	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно	Воспитатели
15	Дневной сон	По режиму	Воспитатели
16	Закаливающие мероприятия (облегченная одежда, мытье рук до локтя, умывание прохладной водой, питьевой режим, воздушные ванны, солнечные ванны, полоскание рта водой)	В течение дня ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра, воспитатель по ФК, старший воспитатель
17	Медицинское обследование состояния здоровья детей	2 раза в год	Медицинская сестра, врач-педиатр
18	Обследование физического развития детей	2 раза в год	Инструктор по ФК
19	Медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий	1 раз в месяц в каждой группе	Заведующий медицинская сестра, старший воспитатель
20	Тепловой и воздушный режим	По графику	Воспитатели, младшие

			воспитатели
21	Санитарно-гигиенический режим	Постоянно	Воспитатели, заместитель руководителя по АХЧ , медицинская сестра

### 3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Мероприятие	Время проведения
«Малая зимняя олимпиада»	7 февраля
«Соревнования по флорболу»	23 февраля
Спортивный праздник «Будь здоров!»	7 апреля
Участие в велофестивале	май
«Игры нашего двора»	август

### 3.5. Перспективное планирование реализации программы

#### Перспективный тематический план познавательной деятельности по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни

тема	Информационная справка Содержание работы	Итоговое мероприятие
<b>СЕНТЯБРЬ</b>		
Мы здоровыми растём» («Я в мире человека»)	Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека. Обогащать представления детей о здоровом образе жизни (почему надо чистить зубы, умываться, делать зарядку, и т.д.). Расширять представления детей о роли солнечного света, воздуха и их влиянии на здоровье.	- выставка детского творчества «Что я знаю о себе»
<b>ОКТАБРЬ</b>		
«Основы безопасности жизнедеятельности дошкольников»	Знакомить детей с правилами дорожного движения. Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности и самостоятельной двигательной деятельности; интерес и любовь к спорту.	-проект «Знай и соблюдай!»
<b>НОЯБРЬ</b>		
«Поговорим о правильном питании»	Формирование у детей представлений о продуктах питания и их значении для человека; Развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания; Воспитание у детей желания вести здоровый образ жизни.	- создание книги детских рецептов «Вместе с бабушкой»
<b>ДЕКАБРЬ</b>		
«Неделя добрых дел» (Международный день инвалидов – 3 декабря)	Обогащать представления детей о здоровом образе жизни, о способах укрепления здоровья, о возможных травматических ситуациях и способах их предупреждения, о роли врачей в сохранении здоровья детей.	- «Маленькие уроки доброты»
<b>ЯНВАРЬ</b>		
«Здоровье надо беречь»	Формировать у детей представления о том, что такое здоровье и как сберечь его; Развивать понимание значения гигиенических процедур, правильного питания, пользы витаминов, закаливания, занятий физкультурой и спортом; Обобщить представления о положительных нравственных качествах.	- проект «Азбука здоровья»; - выставка совместных работ «Что мы знаем о витаминах»
<b>ФЕВРАЛЬ</b>		

«Спорт – это здоровье»	<p>День зимних видов спорта - <b>7 февраля.</b>          Продолжать расширять представления детей о различных видах спорта, об Олимпиаде, о зиме, о зимних развлечениях; развивать интерес к различным видам спорта; воспитание интереса к зимним видам спорта.          23 февраля – флорбол между командами ДОУ р.п. Краснообска</p>	<p>- «Малая зимняя олимпиада»          - викторина познавательного характера</p>
<b>МАРТ</b>		
«Если хочешь быть здоров – закаляйся»	<p>Воспитание навыков здорового образа жизни;          Формирование культуры здоровья;          Способствовать формированию выработки у детей привычки каждый день по утрам выполнять физические упражнения, гигиенические процедуры.</p>	<p>Создание фоторепортажа «Вместе с папой, вместе с папой»</p>
<b>АПРЕЛЬ</b>		
«7 апреля Всемирный день здоровья»	<p>Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.</p>	<p>Спортивный праздник «Будь здоров!»          Видео-привет заболевшему однокласснику</p>
<b>МАЙ</b>		
«Что такое аллергия?»	<p>Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботиться, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем, познакомить с новым понятием.</p> <p>Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.</p>	<p>Участие в велофестивале, посвященному 9 мая (р.п. Краснообск, Армада)</p>

## Литература:

1. Александрова Е. Ю. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. - Волгоград: «Учитель», 2006.
2. Бодрящая гимнастика для дошкольников. Харченко Т.Е. - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. - 96 с.
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ / Под ред. З. И. Бересневой. - М.: «Сфера», 2003.
4. Зебзеева В. А. Организация режимных процессов в ДОУ. - М.: «Сфера»
5. Змановский Ю.Ф. Воспитываем детей здоровыми. – М.: Медицина, 1989. – 128с.:ил. (Научно-попул. мед. литература)
6. Картушина М. Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет. - М.: «Сфера», 2005.
7. Картушина М. Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет. - М.: «Сфера», 2004.
8. Кисляковская В. Г., Малязова С. Г. Пусть ребенок растет здоровым. - М.: «Просвещение», 1979.
9. Козлова С. А., Князева О. Л., Шукшина С. Е. Мой организм. - М.: «Владос», 2001.
10. Комплексы утренних зарядок, дыхательной гимнастики./авт.-сост. Подольская Е.И. – Волгоград: Учитель, 2009.
11. Маханева М. Д. Здоровый ребенок. - М.: «Аркти», 2004.
12. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. Харченко Т.Е. - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.
13. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста. - М.: «Владос», 2002.
14. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ / Авт.-сост. О. Н. Моргунова. - Воронеж: «Учитель», 2005.
15. Социально-оздоровительная технология «Здоровый дошкольник»: Практические разработки / Под ред. Ю.Е. Антонова.- М.:АРКТИ, 2012. – с.288
16. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ / Авт.- сост. О. Н. Моргунова. - Воронеж: «Учитель», 2005.
17. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок / авт.-сост. Е. И. Подольская. - Волгоград: Учитель, 2009.
18. Чистякова М. И. Психогимнастика. - М.: «Просвещение», 1995









### Результаты реализации парциальной программы «Здоровый дошкольник»

Оценка	Начало учебного года (сентябрь)	Конец учебного года (апрель)
1 балл – ребёнок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает		
2 балл – ребёнок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки		
3 балла – ребёнок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого		
4 балла – ребёнок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки		
5 баллов – ребёнок выполняет все параметры оценки самостоятельно		