


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа им. В.А. Миронова  
с. Урицкое Лысогорского района Саратовской области»  
412881, ул. Заречная, д. 23а, телефон 3- 52-36

---

Утверждено  
приказом директора  
МБОУ СОШ им. В.А Миронова

  
28.08.2020  
Н.И. Антонова

Директор школы : Антонова Н.И.

Принято  
на педагогическом совете

МБОУ «СОШ им. В.А Миронова  
с.Урицкое»  
протокол №\_1\_ от \_28.08.2020

**ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**  
**Структурное подразделение «Детский сад»**

2020 г

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Наименование программы</b>	Программа «Здоровый малыш» Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Средней общеобразовательной школы с. УрицкоеЛысогорского района Саратовской области" структурного подразделения "детский сад" на 2020 - 2025 учебный год
<b>Дата утверждения и согласования Программы</b>	Приказ № _106_ от «_28_» августа2020 года Педагогический совет № 1 от «_28_»августа 2020 года
<b>Основание для разработки Программы</b>	Повышение физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по формированию здорового образа жизни дошкольников.
<b>Исполнители Программы</b>	Администрация, педагоги, помощник воспитателя.
<b>Цель Программы</b>	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Улучшение медико-социальных условий пребывания ребёнка в детском саду
<b>Задачи Программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.</li> <li>2. Воспитание в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям спорта.</li> <li>3. Развитие основных физических качеств и умения рационально использовать их в различных условиях.</li> <li>4. Создание оптимального режима обеспечивающего комфортное самочувствие, психическое и физическое развитие ребёнка.</li> </ol>
<b>Целевые индикаторы Программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выполнение режима дня с включением в него здоровые сберегающих технологий.</li> <li>2. Показатели заболеваемости (снижение количества дней пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях).</li> <li>3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению.</li> <li>4. Рабочие материалы по контролю: диагностические карты, опросники, анкеты, циклограммы.</li> </ol>
<b>Сроки реализации</b>	Программа рассчитана на 2020-2025 годы
<b>Перечень разделов программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пояснительная записка</li> <li>2. Анализ условий для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы</li> <li>3. Система и содержание оздоровительной работы</li> <li>4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы</li> <li>5. Работа с родителями и пропаганда ЗОЖ в семье</li> <li>6. Методическое обеспечение</li> <li>7. Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров</li> <li>8. Циклограмма контроля по сохранению и укреплению здоровья</li> </ol>

	детей 9. Мониторинг воспитательно-образовательной работы в ОУ 10. Заключение 11. Ожидаемые конечные результаты
<b>Ожидаемые конечные результаты</b>	1. Снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса. 2. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей. 3. Стимулирование внимания детей к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи. 4. Совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку.

### 1. Пояснительная записка

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Конституция Российской Федерации,

- Конвенция ООН о правах ребёнка,

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 №26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30.08.2013 №1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Федеральный закон от 25.12.2012 N 257-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в РФ";

- «Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020г» Распоряжение Правительства РФ от 07 августа 2009г № 1101-р.;

- Устав ОУ;

- Положение о структурном подразделении;

- Локальные акты учреждения, регламентирующие воспитательно-образовательный процесс.

Содержание физкультурно-оздоровительной работы, несмотря на

значительный период реформирования дошкольного образования, по-прежнему оставляет желать лучшего. Основанием тому служит высокая заболеваемость детей, возрастание количества детей, страдающих ожирением.

По данным медицинских прогнозов количество простудных заболеваний приобретает характер стихийного бедствия. В подавляющем большинстве дети дошкольного возраста уже страдают дефицитом движений и не закалённостью.

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как одна из основных задач дошкольного образовательного учреждения, должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Программа «Здоровый малыш» разработанная педагогическим коллективом нашего учреждения - это комплексная система воспитания ребенка-дошкольника, здорового физически и морально, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей. Программа «Здоровый малыш» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателям, специалистами ОУ содержания обучения и воспитания. Использование различных методик, позволяет использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов, родителей.

#### **Цель и задачи программы:**

##### **Цель:**

сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, улучшение медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

##### **Задачи:**

1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
2. Воспитание в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям спорта.
3. Развитие основных физических качеств и умение рационально использовать их в различных условиях.
4. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

#### **Основные принципы реализации программы:**

1. Принцип научности - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и

целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.

3. Принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

4. Принцип личностной ориентации и преемственности - организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого и разновозрастного развития и состояния здоровья.

5. Принцип демократизации, гуманизации и индивидуализации - отказ от насилия, подавления личности, подчинения её педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющему развитие ребёнка.

6. Принцип гарантированной результативности - реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

7. Принцип природосообразности определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностей. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

**Основные участники реализации программы:**

- Воспитанники дошкольного образовательного учреждения
- Педагогический коллектив образовательного учреждения.
- Родители (законные представители) детей посещающих ОУ.

**Основные направления оздоровительной программы:**

1. Образование детей, персонала, родителей.
2. Комплексная диагностика.
3. Организация рационального питания.
4. Комплексная физкультурно-оздоровительная работа
5. Комплекс психогигиенических мероприятий
6. Консультативно-информационная работа

## **2. Анализ условий для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы**

В ОУ созданы условия для обеспечения медицинского обслуживания и организации физкультурно-оздоровительной работы:

- имеется помещение для медицинского работника.
- имеются измерительные приборы (весы, термометр), имеется аптечка для оказания первой медицинской помощи.
- создана предметно-пространственная среда: спортивный комплекс, оборудование для игр, зарядок, оздоровительной гимнастики: скакалки, кегли, мячи, для зарядки под музыку и музыкально-ритмической деятельности, спортивный уголок в группе (мячи, обручи, флажки, кольцебросы, кегли).

## План мероприятий по снижению острой заболеваемости в ОУ

Мероприятия	Срок	Ответственный
Строгий контроль за выполнением санитарно – противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий	Постоянно, ежедневно	Руководитель Член Совета родителей (по согласованию)
Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд	Постоянно, ежедневно	Руководитель Член Совета родителей (по согласованию)
Осуществление преемственности в работе ФАП п. Раздольное ДОУ по подготовке и ведению детей в период адаптации в ДОУ. Проведение мероприятий по ослаблению адаптационного синдрома.	При поступлении ребенка в ДОУ и после пропусков (по болезни, отпуска и пр.)	Руководитель Воспитатели, Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)
Контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий	Во время инфекционных заболеваний	Руководитель Член Совета родителей (по согласованию) Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)
Проведение сезонных профилактик гриппа и ОРЗ	С сентября по март	Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)
Составление индивидуальных планов по оздоровительным группам с оценкой эффективности оздоровления	Постоянно	Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)
Осуществление преемственности между детской поликлиникой и ДОУ	Постоянно	Руководитель Воспитатели, Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)
Работа по повышению медицинской грамотности педагогов и родителей	Постоянно	Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)

### Выводы и предложения по контролю за физическим воспитанием и оздоровлением детей

Анализ работы по физическому воспитанию показал, что в целом в группах созданы условия для физического развития и оздоровления детей. Спортивные уголки оснащены необходимыми атрибутами для коррекции осанки, плоскостопия, для физических упражнений (флажки, ленточки, мешочки, мячики, дорожки с пуговками, ребристые палочки - карандаши, массажные коврики, скакалки, кольцебросы, дуги, массажеры и другое).

В ходе обследования двигательных навыков детей было выявлено, что дошкольники правильно выполняют большинство физических упражнений.

Воспитанники заинтересованы и активны во время непосредственной образовательной деятельности по физической культуре, знают различные подвижные игры, организуют их в самостоятельной деятельности. Старшие дошкольники умеют оценить движения сверстников, хорошо справляются с ролью водящего. Воспитатели групп проводят разные виды утренних гимнастик (гимнастика пробуждения, корригирующая гимнастика, бодрящая), во время занятий проводятся физкультминутки, на прогулках оздоровительный бег, оздоровительные и динамические паузы. Проводятся пальчиковые и дыхательные гимнастики.

Анализ планирования работы по организации двигательного режима детей показал, что воспитатели планируют в течение дня различные виды оздоровительной работы: утренние гимнастики, физкультурные занятия, динамические, оздоровительные паузы, оздоровительную гимнастику после сна.

Воспитатели стремятся привлекать родителей к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Родители участвуют в физкультурных досугах, праздниках, изготавливают пособия, оборудование для спортивных уголков и на участке. В ОУ имеется информация для родителей о методах и способах закаливания, о питании детей, о профилактике различных заболеваний, рекомендации по организации здорового образа жизни детей, привлечению родителей к обмену опытом по семейному физическому развитию.

### **Степень включенности родителей в процесс физкультурно-оздоровительной деятельности**

Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов.

В совместной работе детского сада и семьи мы широко используем следующие *формы работы с родителями*:

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
4. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и для вновь прибывших).
5. Совместные занятия для детей и родителей.
6. Круглые столы с привлечением специалистов - медиков (медицинской сестры, врача).
7. Организация совместных прогулок, экскурсий.

*Методы, используемые педагогами в работе:*

- 1) Анкета для родителей.
- 2) Беседы с родителями.
- 3) Беседы с ребенком.

- 4) Наблюдение за ребенком.
- 5) Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
- 6) Консультации.
- 7) Круглые столы.
- 8) Общие родительские собрания.
- 9) Организация конкурсов, выставок.
- 10) Досуги, праздники.
- 11) Родительские уголки (стенды, папки-передвижки)

Таким образом, проводимая нами физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

### 3. Система и содержание оздоровительной работы

Специалисты	Задачи работы	Направления деятельности
Воспитатель	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Воспитание здорового ребёнка через организацию и проведение всей системы физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> <li>2. Привлечение родителей к организации сотрудничества по вопросам оздоровления и закаливания детского организма</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдение скорректированного режима дня</li> <li>2. Проведение бодрящей, общеразвивающей, дыхательной и др. гимнастик (пальчиковой, для глаз)</li> <li>3. Проведение оздоровительного закаливания</li> <li>4. Работа с родителями</li> </ol>
Руководитель Воспитатели Член Совета родителей (по согласованию) Медработник ФАП п. Раздольное (по согласованию)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Осуществление первичной профилактики</li> <li>2. Контроль организации питания</li> <li>3. Контроль физического воспитания</li> <li>4. Иммунопрофилактика</li> <li>5. Мероприятия по обеспечению благоприятной адаптации детей к ДООУ</li> <li>6. Анализ состояния здоровья</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Контроль санитарно-гигиенических условий в учреждении</li> <li>2. Контроль состояния калорийности питания и анализ качества питания</li> <li>3. Распределение воспитанников на медицинские группы</li> <li>4. Осуществление контроля организации физического воспитания, закаливающих мероприятий</li> </ol>

#### Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ОУ с целью динамического наблюдения за их развитием:

- Мониторинг по усвоению образовательной программы
- Мониторинг физических качеств
- Мониторинг адаптации ребенка к условиям ОУ

Итогом обследования является проведение медико - педагогического совещания, на котором обсуждаются диагностические данные по



выявленным проблемам у детей, берутся под контроль дети «группы риска», намечается план индивидуальной работы с детьми.

### **Организация полноценного питания**

Организация питания в ОУ направлена на оздоровление и оптимизацию физического развития воспитанников. С целью восполнения энергозатрат, которые ребёнок теряет при интеллектуальных и физических нагрузках во время пребывания в детском саду, проводится следующая работа:

1. Разработаны технологические нормативы рецептур блюд и кулинарных изделий для ОУ.

2. Определены принципы рационального и здорового питания:

*Оздоровительный*, который предусматривает:

- Максимальное разнообразие рациона.
- Соответствие энергетической ценности рационов энергозатратам детей;

- Обогащение меню натуральными соками, фруктами, свежей зеленью и овощами.

- Строгое соблюдение времени и интервалов между приемом пищи.

- Правильное количественное и качественное распределение пищи на отдельные приемы.

*Эстетико-психологический*:

- Эстетическая сервировка стола в соответствии с возрастом ребенка, что вызывает положительные эмоции при приеме пищи. Питание детей приближено к домашним условиям.

### **4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы**

**Организация проведения разных видов физкультурно-оздоровительных мероприятий:**

Утренняя гимнастика

Совместные игры в помещении и движения в режиме дня

Музыкально-ритмические движения, логоритмические упражнения,

музыкальные подвижные игры на музыкальном занятии

Физкультурные занятия

Двигательная разминка во время перерыва между занятиями

Физкультурные минутки

Спортивные игры, эстафеты на прогулке

Подвижные игры, физ. упражнения и задания на прогулке

Самостоятельная двигательная активность на прогулке

Индивидуальная работа по развитию движений

Игры – хороводы, игровые упражнения, п/и малой активности, разминки в группе

Гимнастика после сна в сочетании с воздушными ваннами, закаливающими процедурами

Совместные игры в помещении, индивидуальная работа по развитию движений

Оздоровительный бег

Подвижные игры на вечерней прогулке

Самостоятельная двигательная активность детей на прогулке

Физкультурный досуг

Музыкальный досуг

Спортивные праздники, дни здоровья

*Использование оздоравливающих технологий:*

№ п/п	Формы и методы	Участники
1.	<u>Обеспечение здорового ритма жизни:</u> - щадящий режим (адаптационный период); - гибкий режим	Разновозрастная группа
2.	<u>Физические упражнения:</u> - утренняя гимнастика; - физкультурно-оздоровительные занятия; - подвижные и динамичные игры; - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения); - спортивные игры	Разновозрастная группа
3.	<u>Гигиенические и водные процедуры:</u> - умывание; мытье рук; - игра с водой	Разновозрастная группа (по подгруппам)
4.	<u>Свето – воздушные ванны:</u> - проветривание помещений (в т.ч. сквозное); - сон при открытых форточках; - прогулка на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистого воздуха	Разновозрастная группа
5.	<u>Активный отдых:</u> - развлечения, праздники; игры, забавы; - дни здоровья	Разновозрастная группа
6.	<u>Свето и цветотерапия:</u> - обеспечение светового режима	Разновозрастная группа
7.	<u>Аутотренинги и психогимнастика:</u> - игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; - коррекция поведения; учебная гимнастика	Разновозрастная группа
8.	<u>Спецзакаливание:</u> - босоножье; игровой массаж; дыхательная	Разновозрастная группа

	гимнастика	
9	Пропаганда ЗОЖ: - консультации и беседы; - занятия ОБЖ	Разновозрастная группа

### План улучшения состояния здоровья детей

№ п/п	Формы и методы	Участники
1.	<u>Обеспечение здорового ритма жизни:</u> - щадящий режим (адаптационный период); - гибкий режим	Разновозрастная группа
2.	<u>Физические упражнения:</u> - утренняя гимнастика; - физкультурно-оздоровительные занятия; - подвижные и динамичные игры; - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения); - спортивные игры	Разновозрастная группа
3.	<u>Гигиенические и водные процедуры:</u> - умывание; мытье рук; - игра с водой	Разновозрастная группа (по подгруппам)
4.	<u>Свето – воздушные ванны:</u> - проветривание помещений (в т.ч. сквозное); - сон при открытых форточках; - прогулка на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистого воздуха	Разновозрастная группа
5.	<u>Активный отдых:</u> - развлечения, праздники; игры, забавы; - дни здоровья	Разновозрастная группа
6.	<u>Свето и цветотерапия:</u> - обеспечение светового режима	Разновозрастная группа
7.	<u>Аутотренинги и психогимнастика:</u> - игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; - коррекция поведения; учебная гимнастика	Разновозрастная группа
8.	<u>Спецзакаливание:</u> - босоножье; игровой массаж; дыхательная гимнастика	Разновозрастная группа
9	Пропаганда ЗОЖ: - консультации и беседы;	Разновозрастная группа

<b>Содержание</b>	<b>Группа</b>	<b>Периодичность выполнения</b>	<b>Ответственный</b>	<b>Сроки выполнения</b>
Организация жизни детей в адаптационный период	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
<b>1. Организация двигательного режима:</b>				
Физкультурные занятия	Разновозрастная	3 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
Гимнастика после дневного сна	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулки с включением подвижных игр и упражнений	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Музыкально-ритмические занятия	Разновозрастная	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель Воспитатели	В течение года
Спортивный досуг	Разновозрастная	2 раза в год	Воспитатели	В течение года
<b>В перспективе:</b>				
Оздоровительный бег	Разновозрастная	Ежедневно во время прогулки	Воспитатели	С апреля по ноябрь на улице
<b>2. Закаливание с учетом состояния здоровья детей</b>				
Воздушные ванны, облегченная одежда Одежда соответствует сезону года	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулка на воздухе	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Хожение босиком по траве	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	Июнь – август
Обтирание рук по локоть	Разновозрастная	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Сон при открытой	Разновозрастная	Ежедневно	Воспитатели	В летний

форточке				период
Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	Разновозрастная	После каждого приема пищи	Воспитатели Пом. воспитателей	В течение года
<b>В перспективе:</b>				
Полоскание зева кипяченой охлажденной водой противовоспалительными травами (шалфей, ромашка, эвкалипт,)	Разновозрастная	После дневного сна 2 недели с 2-х недельным перерывом После сна	Мед.работник ФАП (по согласованию) Воспитатели	Ноябрь Апрель Сентябрь Апрель

### Физическое развитие детей

*Цель физического развития:* формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Задачи физического развития		
<b>Оздоровительные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;</li> <li>• всестороннее физическое совершенствование функций организма;</li> <li>• повышение работоспособности и закаливание</li> </ul>	<b>Образовательные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование двигательных умений и навыков</li> <li>• развитие физических качеств;</li> <li>• овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья</li> </ul>	<b>Воспитательные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;</li> <li>• разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)</li> </ul>
Средства физического развития		
Физические упражнения	Эколого-природные факторы	Психогигиенические факторы
Методы физического развития		
<b>Наглядные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);</li> <li>• наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);</li> <li>• тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)</li> </ul>	<b>Словесные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• объяснения, пояснения, указания;</li> <li>• подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>• вопросы к детям;</li> <li>• образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>• словесная инструкция</li> </ul>	<b>Практические:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>• про ведение упражнений в игровой форме;</li> <li>• проведение упражнений в соревновательной форме</li> </ul>

### Система оздоровительной работы

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- базовый режим дня разновозрастной группы (холодный, тёплый период года)</li> <li>- щадящий режим дня (в дни карантинов и повышенной заболеваемости, после болезни)</li> <li>- индивидуальный режим дня</li> <li>- режим дня для часто болеющих детей</li> <li>- режим дня на время проведения утренников</li> <li>- гибкий режим дня</li> </ul>
2.	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- физкультурно-оздоровительные занятия</li> <li>- подвижные и динамические игры;</li> <li>- профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения);</li> <li>- спортивные игры;</li> <li>- оздоровительный бег, ходьба</li> </ul>
3.	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умывание;</li> <li>- мытье рук;</li> <li>- игры с водой;</li> </ul>
4.	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проветривание помещений (в том числе сквозное)</li> <li>- обеспечение температурного режима и чистоты воздуха</li> <li>- прогулки на свежем воздухе</li> </ul>
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развлечения, праздники, забавы, игры;</li> <li>- каникулы</li> </ul>
6.	Диетотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- рациональное питание;</li> </ul>
7.	Светотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение светового режима</li> </ul>
8.	Музыкотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- муз.сопровождение режимных моментов;</li> <li>- муз.оформление фона занятий;</li> </ul>
9.	Психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы;</li> <li>- игры на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний;</li> <li>- коррекция поведения</li> </ul>
10.	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- босохождение,</li> <li>- дыхательная гимнастика</li> </ul>
11.	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядная информация</li> <li>- консультации и беседы</li> </ul>

## Диагностика физического развития

Обязательные показатели физического развития детей:

1. Антропометрия: длина и масса тела, обхват грудной клетки (вдох, выдох).
2. Форма грудной клетки - Деформация («куриная», «воронкообразная»).
3. Форма ног - нормальные, Х-образные, 0-образные.
4. Стопа - нормальная, уплощённая, полая.
5. Осанка - нормальная, лордоз, кифоз, сколиоз.

Физическое развитие изучается по общепринятой методике, по показателям антропометрии, динамометрии и физиометрии, с последующим расчётом индексов (А.Б. Ставицкая, Д.Н. Арон, Г.Н.Олонцева).

Результаты диагностики позволяют нам выделить следующие отклонения в физическом развитии детей:

- Дефицит массы тела (такие дети подлежат наблюдению педиатром для установления причин возникновения дефицита);
- Избыток массы тела (детей необходимо направить на консультацию к эндокринологу, т.к. дети этой группы страдают ожирением);
- Низкий рост (детей необходимо направить на консультацию к эндокринологу)

## Система оздоровительной работы

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	- базовый режим дня по возрастным группам (холодный, тёплый период года) - щадящий режим дня (в дни карантинов и повышенной заболеваемости, после болезни) - индивидуальный режим дня - режим дня для частоболеющих детей - режим дня на время проведения утренников - гибкий режим дня
2.	Физические упражнения	- утренняя гимнастика; - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамические игры; - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения); - спортивные игры; - занятия ритмикой; - оздоровительный бег, ходьба - пешие прогулки
3.	Гигиенические и водные процедуры	- умывание; - мытье рук; - игры с водой; - обливание ног
4.	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное) - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха

		- прогулки на свежем воздухе
5.	Активный отдых	- развлечения, праздники, забавы, игры; - дни здоровья; - каникулы
6.	Диетотерапия	- рациональное питание;
7.	Светотерапия	- обеспечение светового режима
8.	Музыкотерапия	- муз.сопровождение режимных моментов; - муз.оформление фона занятий;
9.	Психогимнастика	- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - игры на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний; - коррекция поведения
10.	Закаливание	- босохождение по различным дорожкам, контрастное обливание стоп - игровой массаж - обширное умывание - дыхательная гимнастика
11.	Пропаганда ЗОЖ	- периодическая печать - курс лекций и бесед

### **Оздоровительные мероприятия**

1. Чёткая организация теплового и воздушного режима в помещении (проветривание согласно графику)
2. Следить за рациональной одеждой детей (в групповых комнатах дети находятся в облегчённой одежде, одежда для прогулок должна соответствовать времени года и характеру погоды).
3. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику, организовывать с детьми подвижные игры и упражнения (в летний период на свежем воздухе).
4. Строгое соблюдение режима дня.
5. Ежедневное пребывание детей на свежем воздухе.
6. Уделять особое внимание оздоровительному бегу и ходьбе для тренировки и совершенствования общей выносливости.
7. Обеспечить условия для преобладания положительных эмоций во всех видах двигательной активности и ежедневном распорядке дня ребёнка.
8. Обеспечить спокойную обстановку в подготовке детей ко сну.
9. Строго соблюдение времени отведённого для сна
10. Специальные меры закаливания: воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями для ног, плеч, туловища, рук.
12. В летний период:
  - хождение босиком по траве
  - игры детей с водой
  - воздушные ванны



- солнечные ванны

- обливание ног

13. Использование нестандартного оборудования.

14. Проведение контрольных обследований детей.

### Система эффективности закаливающих процедур

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и являются необходимым условием оптимального развития ребенка.

#### Основные факторы закаливания:

1. Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;

2. Закаливающие процедуры различаются по виду, интенсивности.

3. Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей во время непосредственной образовательной деятельности по физической культуре, других режимных моментах.

4. Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.

5. Постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

- Воздушное закаливание
- Соблюдение температурного режима в течение дня.
- Водное закаливание (мытьё прохладной водой рук по локоть после дневного сна)
- Утренняя гимнастика
- Сон без маек.
- Правильная организация прогулки, ее длительность.
- Дозированный оздоровительный бег на воздухе.
- Соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние детей.
- Гимнастика после сна (облегченная одежда, босиком)
- Ходжение по «дорожкам здоровья» (закаливание, профилактика плоскостопия)
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

### СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

		<i>Разновозрастная группа</i>	<i>Старшая подгруппа</i>
Утренняя гимнастика		*****	
Физкультурные занятия	В помещен.	**	

	На улице	* (при неблагоприятных погодных условиях занятие проводится в ОУ)	
Физ.минутка		*****	
Физ-ные упражнения после сна			*****
Двигательная активность на прогулке	Оздоровительный бег		летом
	Подвижные игры	*****	
	Сезонные спортивные игры		*****
	Самостоятельная двигательная деятельность	*****	
	Русские народные игры	*****	
Коррекция режима дня	Адаптац.	<b>1. Все вновь поступающие дети</b>	
	Сезонный	<b>2. Меняется 2 раза в год</b>	
	Щадящий	<b>3. После болезни и для часто болеющих детей</b>	
	Индивид.	<b>4. По согласованию с родителями и врачом</b>	
Спортивные праздники		4 раза в год	

\* - еженедельно

\*\* - 2 раза в неделю

\*\*\*\*\* - 5 раз в неделю

### СИСТЕМА ЗАКАЛИВАНИЯ В ДОУ

	Разновозрастная группа
Сентябрь	1, 2, 3
Октябрь-март	1, 2, 3
Апрель	1, 2, 3, 4
Май	1, 2, 3, 4, 8, 9
Июнь-август	1, 2, 3, 4, 8, 9

- бытовое закаливание
- умывание
- воздушные ванны (летом солнечные)
- уход за полостью рта (полоскание)
- ходьба босиком (летом по траве)

### Требования, предъявляемые к одежде детей при проведении непосредственной образовательной деятельности на воздухе и в группе

Первым требованием для проведения закаливания детей в дошкольном учреждении является создание гигиенических условий. Это сочетание оптимального температурно-влажностного режима в закрытых помещениях и

рациональной одежды ребенка, имеющие существенное значение в адаптации к средовым факторам.

Проветривание проводят:

- Утром перед приходом детей;
- Перед непосредственной образовательной деятельностью;
- Перед возвращением детей с прогулки;
- Во время дневного сна;
- После полдника.

### **Зависимость слоистости одежды от температуры в помещении**

Температура в помещении	Одежда ребенка
+ 23 С и выше	1 - 2-слойная одежда: тонкое хлопчатобумажное белье, легкое хлопчатобумажное платье с короткими рукавами, носки, босоножки.
+ 8-22 С	2 - слойная одежда: хлопчатобумажное белье, хлопчатобумажное или шерстяное платье с длинными рукавами, колготы и туфли для детей 3-4 лет, гольфы и туфли для детей 5-7 лет.

Прогулка при правильной ее организации также является эффективным средством закаливания. В зимнее время года дети должны находиться на свежем воздухе не менее 4 часов ежедневно. При этом важно одеть ребенка соответственно сезону и погоде, чтобы обеспечить тепловой комфорт и свободу движений (при температуре воздуха от +6 С до - 2 С - четырехслойная одежда; от - 2 С до - 8 С - четырехслойная одежда: зимнее пальто и утепленные сапожки; от - 9 С до - 14 С - пятислойная одежда). Зимой дети выходят на улицу в безветренную погоду до - 15 С, при этом длительность прогулки сокращается.

Наибольший оздоровительный эффект достигается при проведении физических упражнений на открытом воздухе в течение всего года. В теплый период года все организованные формы непосредственной образовательной деятельности (утренняя гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения) проводятся на участке группы и спортивной площадке.

#### **Активизация двигательного режима детей:**

- активизация двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- создание необходимой развивающей среды;
- проведение подвижных игр, пеших переходов во время прогулок;
- строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- проведение утренней гимнастики, физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности;

### **Режим двигательной активности детей**

№ п/п	Формы двигательной деятельности	Особенности организации	Ответственные

<b>Физкультурно-оздоровительные формы двигательной активности детей</b>			
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе, в групповой комнате. Длительность 8 – 12 мин.	Воспитатели
2	Физкультурные паузы	Ежедневно, по мере необходимости между занятиями, требующими длительного пребывания в одной из статических поз. Длительность 5 – 10 мин.	Воспитатели
3	Физкультурные минутки на занятиях	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий.	Воспитатели
4	Прогулки с элементами физических упражнений, игр, эстафет	Ежедневно во время утренней прогулки, по желанию детей. Длительность 5 – 10 мин.	Воспитатели
5	Индивидуальная работа по развитию движений (ОВД)	Ежедневно во время прогулок на воздухе, групповой комнате, спортивном зале.	Воспитатели
6	Целевые прогулки, экскурсии	Один – два раза в месяц во время прогулки или отведенное для физкультурного занятия время. Длительность 60 – 120 мин.	Воспитатели
7	Гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами	Ежедневно после пробуждения. Длительность 5 – 10 мин.	Воспитатели
8	Музыкально – ритмические занятия	Один – два раза в неделю индивидуально и по подгруппам. Длительность 15 – 20 мин.	Воспитатели Муз. Руководитель
9	Учебно – трудовая деятельность	Ежедневно на прогулках, на воздухе индивидуально и по подгруппам. Один раз в неделю коллективный труд в групповой комнате или на воздухе. Длительность 15 – 20 мин.	Воспитатели
10	Физкультурные занятия	Три раза в неделю, одно на воздухе, группой детей и подгруппами. Длительность 20 – 30 мин.	Воспитатели
<b><i>Физкультурные массовые мероприятия</i></b>			
1	Физкультурный досуг	Один – два раза в месяц. В помещении или на воздухе, группой или подгруппой. Длительность 30 – 50 мин.	Воспитатели Муз.руководитель
2	Физкультурно-спортивные праздники	Два раза в год в помещении или на воздухе.	Воспитатели Муз.руководитель
3	Соревнования по доступным упражнениям, видам спорта	Один – два раза в год на воздухе. Длительность 30 – 40 мин.	Воспитатели Учителя н/к
<b><i>Совместная физкультурно – оздоровительная работа д/сада и семьи</i></b>			

1	Домашняя физическая культура	Рекомендации в организации	Воспитатели
2	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях д/сада	Во время массовых и групповых мероприятий	Воспитатели
3	Дни открытых дверей для родителей	Один раз в год	Педагоги ОУ

### **Формирование представлений у воспитанников о здоровом образе жизни**

Представления у воспитанников о здоровом образе жизни формируется по следующим направлениям:

- Привитие стойких гигиенических навыков
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде, опасных ситуациях в быту, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях;
- Формирование привычки ежедневных физических упражнений;
- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, представлений о том, что полезно и что вредно организму;
- Выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения; понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

#### **Факторы воздействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ:**

- Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду
- Рациональное питание
- Полноценный сон
- Соблюдение оптимального температурного воздушного режима
- Психологически комфортная обстановка пребывания ребенка в ДОУ
- Социально-бытовые условия пребывания ребенка в семье, ее традиции

#### **Работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ**

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, лично-ориентированного общения взрослого и ребенка;
- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом);
- Обучение приемам дыхательной и пальчиковой гимнастики, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни;
- Проведение тематических занятий на группах;

- Проведение недели здоровья, организация активного досуга в каникулярные дни.

### **Комплекс психогигиенических мероприятий**

Это программа конкретных действий, направленных на обеспечение психологического благополучия детей во время их пребывания в детском саду. Оптимальный базовый режим дня в группе составляется воспитателем. При этом воспитатель руководствуется следующими принципами:

1. Понедельник и пятница не должны быть физически и интеллектуально нагружены. Нужно обеспечить ребенку легкое «вхождение» в рабочую неделю и состояние удовлетворенности своим пребыванием в детском саду в конце недели.
2. Каждый день должен отличаться от предыдущего по характеру игровой и образовательной деятельности, по месту и форме организации занятий.
3. В режиме дня должно быть предусмотрено время для индивидуальных контактов каждого педагога с детьми на основе неформального общения.
4. Занятий с высокой интеллектуальной и физической нагрузкой должно быть не более одного-двух в неделю.
5. Ежедневно в режиме дня указывается время игр. Причем инициатива в этих играх должна принадлежать детям, а взрослым следует ее всячески поощрять.
6. В режиме дня должно быть выделено время для проведения профилактических мероприятий, релаксационных и музыкальных пауз.

### **Консультативно-информационная работа**

*Организация работы с педагогическим коллективом* - одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей.

*Цель:* создание системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление психического и физического здоровья каждого ребенка.

*Задачи:*

- Внедрение новых технологических методов коррекции в психическом и физическом развитии, а также системы их социального сопровождения выпуска в школу
- Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ и технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев оценки состояния здоровья
- Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, санитарно - гигиеническим и методическим составляющим здоровья

- Пропаганда здорового образа жизни
- Внедрение сбалансированного питания (десятидневное меню)
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий.

- Максимальное обеспечение двигательной активности в детском саду, использование физминуток, релаксации, элементов пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.

- Просветительская работа с родителями по направлениям программы «Здоровый малыш»

*Формы:*

- Анкетирование
- Индивидуальные беседы
- Консультации по запросу
- Педсоветы, круглый стол, семинары - практикумы
- Праздники и досуги

### **Организация мероприятий с педагогическим коллективом по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ:**

*1. Обеспечение гибкого режима дня в детском саду*

*2. Проведение профилактических и медицинских мероприятий*

- профилактическая работа с родителями и педагогами по снижению заболеваемости;

- вакцинация в соответствии с национальным календарем прививок;
- контроль за санитарным состоянием учреждения;
- контроль за питанием;
- проведение с детьми образовательной деятельности по теме ЗОЖ.

*3. Организация и проведение мероприятий по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в детском саду:*

- создание развивающей среды в группе;
- создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;
- спортивные и музыкальные праздники и развлечения;
- создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольном учреждении в целом;
- рациональное использование музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов;
- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребенок);
- применение психолого-педагогических приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей (индивидуальные беседы педагога с ребенком и родителями, проведение подвижных, сюжетно-ролевых и режиссерских игр и др.)

*4. Обеспечение безопасного пребывания ребенка в ОУ;*

- проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;

-проведение с детьми практических занятий по теме «Опасные ситуации»

### **5. Работа с родителями и пропаганда ЗОЖ в семье**

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 и привитие общечеловеческой культуры. Приобщение родителей к спортивно-оздоровительным мероприятиям, проводимым в ОУ.

*Задачи работы с родителями:*

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

*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 в семье, а родителей - в детском саду.

*Методы, используемые педагогами в работе:*

- анкетирование родителей.
- беседы с родителями
- беседы с ребенком
- наблюдения за ребенком
- изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми

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



1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
3. Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
4. О питании дошкольников.
5. Профилактика острых кишечных заболеваний у детей.
6. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
7. Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

*Пропаганда ЗОЖ:*

- Информационный стенд
- Родительские собрания
- Консультации о ЗОЖ в семье
- Спортивные праздники «Папа, мама, я - спортивная семья», «Веселые старты» и др.
- Консультации, памятки, информация о безопасном поведении в быту
- Совместные походы
- Организация досуга в семье
- Празднование Дня именинника в группе
- Наглядные виды работ: выставки детских рисунков, дидактических пособий, фотовыставки.

**План работы с родителями**

Мероприятия	Ответственные, форма проведения мероприятия
Консультативная помощь родителям	Педагоги
*«Коррекция плоскостопия и осанки» *«Что такое здоровый образ жизни» *«Речь на кончиках пальцев» *«Адаптация - это серьезно» *«Как воспитать здорового малыша» *«Закаливание детского организма» *«Воспитание интереса к спорту у детей дошкольного возраста» *«Игровой массаж, как средство подготовки руки к письму»	воспитатели
День защитника Отечества	Муз.руководитель воспитатели
Здравствуй, лето	Муз.руководитель воспитатели

**6. Методическое обеспечение (программы, технологии, методические рекомендации по организации оздоровительной деятельности)**

<b>Организационно-педагогическое и психолого-педагогическое обеспечение</b>	
Определение содержания и структуры, разработка уровней и методик	Педагоги ОУ

	диагностики физической подготовленности детей по возрастным группам	
	Упорядочение времени непосредственно организованной образовательной деятельности и активного отдыха детей (сокращение времени и количества занятий)	Педагоги ОУ
	Создание здорового психологического микроклимата коллектива взрослых и детей	Воспитатели
	Проведение здоровьесбережения через все виды деятельности детей	Воспитатели
	Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды ДОУ	Воспитатели
	Организация работы с родителями по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей в ОУ и в семье	Руководитель Воспитатели
	Организация контакта с медицинскими и социальными институтами района, села (ЦРБ, школа)	Руководитель Воспитатели
	Участие в конкурсах, семинарах, совещаниях по вопросам оздоровления детей	Руководитель Воспитатели

## 7. Повышение квалификации педагогических кадров

Вопросы повышения педагогической культуры родителей необходимо рассматривать в тесной связи с повышением квалификации воспитателей, поскольку уровень их профессионального мастерства определяет отношение семьи к детскому саду, педагогам, узким специалистам и их требованиям.

Повышение квалификации - это учебный процесс, предполагающий сохранение приобретенной квалификации, а также приведение ее в связи с изменяющейся обстановкой, доведение до уровня, который соответствует деятельности учреждения.

Повышение квалификации педагогических в физкультурно-оздоровительной деятельности ставит перед собой следующие задачи:

- внедрение в практику инновационных педагогических технологий;
- совершенствование планирования;
- совершенствование видов и форм диагностики и контроля;
- обобщение и распространение передового педагогического опыта педагогов;
- совершенствование информационного обеспечения.

## 8. Циклограмма контроля по сохранению и укреплению здоровья детей

№ п/п	Контролируемый материал	Определяемые показатели контроля	Периодичность контроля
1.	<b>Помещения детского сада, связанные с пребыванием детей:</b>		
	- Игровая, спальни	Температура воздуха	1 раз в неделю
		Относительная влажность воздуха	1 раз в квартал
		Уровень искусственного освещения	1 раз в год
		Режим проветривания	1 раз в месяц
	- Мебель	Маркировка и соответствие росту	2 раза в год
- Постельное белье,	Индивидуальная маркировка	1 раз в месяц	

	- Предметы ухода		
	- Санитарное состояние	Соблюдение частоты проведения генеральных уборок и их качество	1 раз в квартал
		Качество проведения текущей уборки	1 раз в месяц
		Состояние обеспеченности уборочным инвентарем, моющими и дезинфицирующими средствами. Условиями их хранения	1 раз в месяц
<b>2.</b>	<b>Территория детского сада</b>		
	- Двор	Исправность ограждения	2 раза в год
		Исправность искусственного освещения	1 раз в год
	- Игровой участок	Состояние малых форм	2 раза в год
		Наличие песка для игры детей	2 раза в год
		Обработка песка	1 раз в неделю
		Санитарное содержание	Ежедневно
<b>3.</b>	<b>Организация учебно-воспитательного процесса</b>		
	- Непосредственно-образовательная деятельность с детьми	Исследование учебной нагрузки Соблюдение максимально допустимого количества учебного времени в день и в неделю; Использование здоровьесберегающих технологий в ходе непосредственно образовательной деятельности	2 раза в год 1 раз в месяц
		Развлечения, праздники	1 раз в квартал
		Условия применения технических средств обучения, соблюдение правил расстановки ТСО, соблюдение длительности занятий ТСО	1 раз в месяц
		Оценка составления двигательного режима детей в разновозрастной группе, его соблюдение	2 раза в год
		Организация и длительность проведения прогулки с детьми	1 раз в неделю
<b>4.</b>	<b>Организация детского питания</b>		
	- Рацион питания	Качественный и количественный состав рациона питания, его соответствие возрастным и физиологическим потребностям; соблюдение требований и рекомендаций по формированию рациона; ассортимент продуктов, используемых в питании	1 раз в 10 дней
	- Режим питания	Соответствие режима питания и условий приема пищи возрастным и гигиеническим требованиям	1 раз в неделю
	- Технология производства пищи	Соблюдение санитарно-технологических требований при	1 раз в 10 дней

		производстве пищи.	
	- Столовая посуда	Качество мытья посуды, ее маркировка	1 раз в месяц
	- Продукты	Сроки и условия хранения. Исправность холодильного оборудования и соблюдение температурного режима в холодильных шкафах. Хранение продуктов.	1 раз в неделю
	- Реализация продуктов и готовой продукции	Сроки реализации, условия реализации. Соблюдение требований по температуре готовой пищи. Сроки хранения на пищеблоке подготовленных к кулинарной обработке продуктов и готовой пищи.	Ежедневно
	- Персонал, связанный с питанием детей	Состояние осмотра персонала на предмет наличия простудных и гнойничковых заболеваний, опрос на наличие кишечных инфекций.	1 раз в неделю
		Соблюдение правил личной гигиены работников пищеблока	постоянно
		Наличие и своевременность прохождения медицинских осмотров, прививок, гигиенической аттестации.	2 раза в год
	- Санитарное состояние помещения	Соблюдение частоты проведения генеральных уборок.	1 раз в два месяца
<b>5.</b>	<b>Персонал</b>		
	- Все работники детского сада	Наличие санитарных книжек у всех работающих в учреждении с результатами медицинских осмотров	2 раза в год
		Своевременность прохождения медосмотров	1 раз в год
		Своевременность прохождения гигиенического обучения	1 раз в год, некоторые в 2 года.
	- Педагоги и обслуживающий персонал	Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей.	1 раз в месяц
<b>6.</b>	<b>Организации и проведение ремонтных работ.</b>		
	Текущий ремонт помещений	Недопущение проведения работ в присутствии детей.	При проведении работы

### **9. Мониторинг воспитательно-образовательной работы детского сада включает**

<b>Вид работы</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Срок</b>	<b>Ответственный</b>
Диагностика профессиональных	Изучение педагогического коллектива, деловых и личностных качеств		Руководитель

умений и качеств педагога	педагогов	По мере Необходимости	
Анкетирование педагогов	Содержание определяется по мере подготовленности, выявление уровня эмоционального выгорания и др.		
Анкетирование родителей	Оценка результатов деятельности детского сада Выявление запросов по различным темам	По мере Необходимости	Воспитатели
Мониторинг состояния здоровья	Посещение детьми ДОУ, анализ причин пропуска, заболеваемости	Ежемесячно	Воспитатели
Мониторинг по разделам образовательной программы	Соответствие возрастной норме	2 раза в год	Воспитатели

## 10. Заключение

Мы считаем, что система работы по оздоровительной программе «Здоровый малыш» позволит нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей, в формировании у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

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

В результате внедрения и реализации основной оздоровительной программы «Здоровый малыш», дети ОУ должны показать высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости и достаточный уровень развития основных движений.

## 11. Ожидаемые конечные результаты:

1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.

2. Воспитание в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям большого спорта.

3. Развитие основных физических качеств (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных

условиях.

4. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно психическое и физическое развитие.