

муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
г. Новосибирска «Детский сад №443» комбинированного вида

Согласовано:

Старший воспитатель МКДОУ № 443

 Ячменёва Е. С.

Принято на заседании педсовета

Протокол № от 31.08.2019

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ №443

2019 г.

 Заурвальд Н. В.



«Секреты здоровья»

Рабочая программа

по оздоровлению и формированию здорового образа жизни воспитанников
ДОУ

Подготовил воспитатель:

высшей категории

Иванова Елена Анатольевна

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 1.1 Пояснительная записка3-6
- 1.2 Цели и задачи6-8
- 1.3 Принципы и подходы к формированию Программы8-11
- 1.4 Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста
.....11-18
- 1.5 Планируемые результаты освоения программы18-20

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 2.1 Планирование физкультурно – оздоровительной
работы.....20-26
- 2.2 Нетрадиционные здоровьесберегающие технологии в
ДОУ.....26-28
- 2.3 Педагогическая диагностика и мониторинг28

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 3.1 Система организации контроля над выполнением программы
.....29-30
- 3.2 Организация работы с часто болеющими детьми.....30-37
- 3.3 Особенности организации, развивающей предметно - пространственной
среды37-42
- 3.4 Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями
детей42-46

4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Оздоровительная и здоровьесберегающая работа проводится в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации», с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и нормами СанПиНа 2.4.1.3049-13 от 30.07.2013 года.

Дошкольное детство, является начальной ступенью в образовательной системе нашего государства. Именно в дошкольном детстве закладываются те основы всесторонне развитого ребенка, который затем шагает вверх по ступеням образования.

ДОУ являясь открытой социальной системой, не может быть вне процессов обновления, которые влекут за собой повышение требований к качеству образовательных услуг по различным направлениям развития и воспитания ребенка.

В современной системе образования много проблем. Одна из них - это ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание. Перед дошкольным образованием в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению и сохранению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей в соответствии с ФГОС; об охране и укреплению здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы.

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии усваивать полученные знания и, в будущем, способны заниматься общественно - полезным трудом.

В нашем детский саду №443 был сделан глубокий анализ посещаемости ДОУ детьми дошкольного возраста, анализ сведений о здоровье воспитанников ДОУ, показал неуклонный рост процента заболеваемости детей и рост дней,

пропущенных по болезни одним ребенком, как раннего, так и дошкольного возраста.

Анализ состояния здоровья воспитанников позволил прийти к выводу о том, что главная задача, на ближайшее время это - снижение риска развития хронических заболеваний, укрепление и развитие имеющегося ресурса здоровья. С помощью анализа было выявлено, что на ухудшение здоровья влияют многие факторы, связанные с высоким уровнем соматических заболеваний у детей и со снижением иммунитета; в том числе и неправильное отношение населения к своему здоровью и здоровью своих детей и др.

Следовательно, возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходила интеграция оздоровительной деятельности в образовательную, что в конечном итоге способствовало сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию привычки здорового образа жизни.

От того насколько эффективно проводится оздоровительная работа, зависит дальнейшее обучение ребенка в школе.

Ведущей задачей представленной Программы является: пропаганда преимущества здорового образа жизни, способствующего успешной социальной адаптации и противостоянию вредным привычкам, через внедрение инновационных систем оздоровления, здоровьесберегающих технологий. **Данная программа рассчитана на три года** и введена в работу ДООУ по реализации ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы.

Климатические особенности:

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона. Новосибирская область расположена на юго-востоке Западно-Сибирской равнины. Климат континентальный, средняя температура января от -16 на юге, до -20 °С в северных районах. Средняя

температура июля +18...+20 °С. Средняя годовая температура воздуха — 0,2 °С. Абсолютный максимум — +40 °С, минимум — -51 °С. Заморозки на почве начинаются во второй половине сентября и заканчиваются в конце мая. Продолжительность холодного периода — 178, тёплого — 188, безморозного — 120 дней.

Годовое количество осадков \approx 425 мм, из них 20 % приходится на май—июнь, в частности, в период с апреля по октябрь выпадает (в среднем) 330 мм осадков, в период с ноября по март — 95 мм. 86 безоблачных дней в году, 67 — со сплошной облачностью.

Национально – культурные особенности:

Этнический состав воспитанников группы: основной контингент – дети из русскоязычных семей. Обучение и воспитание в ДОУ осуществляется на русском языке. Основной контингент воспитанников проживает в условиях города. Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально - культурными особенностями города Новосибирска. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через целевые прогулки, беседы, проекты в разделе Программы «Мой город». В разделе Программы «Человековедение» дети знакомятся с жизнью коренного населения Сибири, с понятием «Сибирское здоровье».

«Сибирское здоровье»

В Сибири проживают ряды этнических групп, отличающиеся крепким здоровьем и исключительным долголетием. Исторически так складывалось, что в Сибири издавна жили люди, у которых было особое состояние здоровья, то есть существовал особый генотип с крепкой иммунной системой. Таким образом, сформировывалась определенная прослойка населения, которая характеризовалась большой устойчивостью здоровья. Сибиряки являются исконно маленькими людьми, они крепкие и выносливые, такие способности

дают им массу возможностей даже в самых суровых погодных условиях повышать свою выживаемость и сопротивляемость к разным заболеваниям. Люди, живущие в Сибири – здоровые люди. В экологически чистых лесах, которыми окружена Сибирь большое количество дичи, а в многочисленных сибирских реках изобилие рыбы.

Также существуют причины, почему люди, проживающие именно в Сибири, славятся своим крепким сибирским здоровьем и повышенным иммунитетом: - Закаливание. Многие из сибиряков сплавляются по горным рекам и часто занимаются моржеванием.

- Тайга. Преобладание большого количества деревьев хвойных пород в тайге, которые имеют хорошую способность к очищению воздуха от вредных микроорганизмов и препятствуют воздействиям химического влияния.

- Чистые воды сибирской реки Енисея и озера Байкала. Реки Ангара, Енисей, озеро Байкал, источники Саян – это хранилище чистой кристальной воды.

- Многочисленные дары природы. Золотой корень (радиола розовая), черемша (победный лук), тархун (эстрагон), кедровые орехи – кладезь витаминов и микроэлементов, адаптогены и комплексы, укрепляющие иммунный статус человека. С их помощью организм человека справляется с перепадами температуры и нервными стрессами.

- Доброжелательность, оптимизм, человеколюбие. Суровый климат и природные особенности Сибири делают сибиряков добрыми и участливыми к судьбам окружающих их людей. Оптимизм и вера в человека являются «национальной» чертой жителей гостеприимного Сибирского края. Таким образом, вышеперечисленные особенности – основные приметы сибиряков и основа их сибирского здоровья.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Законом «Об образовании РФ» от 21.12.2012 № 273-ФЗ

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» - «СанПиН 2.4.1.3049-13»
- «Федеральным государственным образовательным стандартом» (утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155, вступившим в силу с 01.01.2014 г.)
- Письмом Рособнадзора от 07.02.2014 № 01-52-22/05-382 "О дошкольных образовательных организациях"
- Основная образовательная программа ДООУ № 443, г. Новосибирска.
- Устав ДОО.
- Положение о рабочей программе педагогов дошкольной образовательной организации.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Цель программы:

Создать необходимый инновационный потенциал для комплексного решения проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Задачи программы:

- Обеспечить выполнение законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада;
- Создать условия для полноценного сбалансированного питания детей;
- Внедрить инновационные системы оздоровления, здоровьесберегающих технологий;
- Организовать проведение профилактических мероприятий по снижению заболеваемости в детском саду;
- Пропагандировать преимущества здорового образа жизни, способствующего успешной социальной адаптации и противостоянию вредным привычкам;

- Соблюдать валеологические требования на занятиях самоподготовкой, воспитательских часах, занятиях физической культурой;
- Совершенствовать систему спортивно-оздоровительной работы;
- Создать комплексную систему мероприятий, направленных на профилактику и просвещение физического, психологического и социального здоровья.

Сроки и основные этапы реализации Программы здоровьесбережения:

I этап. 2019-2020 гг. – организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей ДОУ на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

II этап. 2020-2021 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности ДОУ по здоровьесбережению.

III этап. 2021-2022 гг. – итогово-аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив.

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ЗАВЕДУЩИЙ ДОУ

1. Общее руководство по внедрению оздоровительной программы «Секреты здоровья».
2. Ежемесячный анализ реализации программы.
3. Ежедневный контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

СТАРШИЙ ВОСПИТАТЕЛЬ

1. Нормативно-правовое, программное обеспечение реализации программы.
2. Проведение мониторинга.
3. Контроль за реализацией программы.

СТАРШАЯ МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА

1. Обследование детей и выявление патологии; утверждение списков часто и длительно болеющих детей.
2. Определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья.
3. Составление индивидуального плана реабилитации.
4. Гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей.

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

1. Определение показателей двигательной подготовленности детей.
2. Коррекция отклонений в физическом развитии.
3. Дыхательная гимнастика, физкультурные занятия.
4. Закаливание (физкультурные занятия на воздухе, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).

ВОСПИТАТЕЛИ

1. Внедрение здоровьесберегающих технологий.
2. Пропаганда ЗОЖ.
3. Закаливающие мероприятия.
4. Ознакомление детей с методами оздоровления.
5. Проведение оздоровительных гимнастик.

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ

1. Внедрение здоровьесберегающих технологий.
2. Соблюдение охранительного режима.
3. Коррекция отклонений в психическом развитии.
4. Использование методов психологической разгрузки.

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ЗАВЕДУЩЕГО ПО АХЧ

1. Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ.
2. Создание материально-технических условий.
3. Контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы.

ШЕФ-ПОВАР

1. Осуществление контроля за соблюдением технологий приготовления блюд рационального питания.
2. Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания.

МЛАДШИЙ ОБСЛУЖИВАЮЩИЙ ПЕРСОНАЛ

1. Соблюдение санитарно-охранительного режима.
2. Помощь педагогам в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.

1.3. ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММЫ

Принципы реализации:

1. Принцип научности – использование научно – обоснованных и апробированных программ технологий и методик.
2. Принцип доступности – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей.
3. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
4. Принцип систематичности - реализация лечебно - оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.

Основные направления Программы здоровьесбережения

1. Организационное

- Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий.
- Разработка и внедрение Программы здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс.

- Создание в ДООУ организационно-педагогических и медико - социальных условий по внедрению Программы здоровьесбережения.
- Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников.
- Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы здоровьесбережения.
- Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы здоровьесбережения.
- Нарращивание материально-технической базы ДООУ для внедрения и реализации Программы здоровьесбережения.
- Корректировка Программы здоровьесбережения на всех этапах реализации.

2. Диагностическое

- Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков.
- Анализ здоровьесберегающей среды в ДООУ.
- Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения.
- Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни.
- Выявление групп детей, требующих внимания специалистов.

3. Информационно-методическое

- Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы здоровьесбережения.
- Повышение информационной культуры педагогических работников, обусловленной общими задачами Программы здоровьесбережения.
- Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДООУ.

- Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни.
- Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы здоровьесбережения.
- Распространение опыта оздоровительной работы.

4. Просветительское (образовательное)

- Создание мотивации в ДООУ на выбор здоровых альтернатив жизни.
- Организация пропаганды здорового образа жизни в ДООУ.
- Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни.
- Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни.
- Включение родителей в деятельность ДООУ как значимых участников оздоровительного процесса.
- Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.

5. Коррекционное

- Проведение коррекционно-оздоровительной работы с детьми.
- Решение оздоровительных задач всеми средствами физического воспитания.
- Обучение родителей основным методам профилактики детской заболеваемости и формирование основвалеологической грамотности.

6. Социально-педагогической адаптации

- Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям ДООУ.
- Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья.

- Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребёнка и процесс его развития.

7. Координационное

- Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями города.
- Взаимодействие ДООУ с семьёй и социальными институтами детства по вопросам укрепления здоровья детей.
- Использование в оздоровительной работе ДООУ перспективных форм социального партнёрства.

8. Аналитико-экспертное

- Анализ-экспертиза предлагаемых программ и проектов по ЗОЖ.
- Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации.
- Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей.
- Анализ-экспертиза результатов реализации Программы в динамике.
- Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций.
- Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса.
- Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья.

9. Правовое

- Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы здоровьесбережения:

- Ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья.

1.4. ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Развитие костной системы

Анализируя анатомо-физиологические особенности деток дошкольного возраста, стоит обратить внимание на состояние молочных зубов. Примерно к шести годам происходит интенсивное выпадение молочных зубов, освобождается место для коренных зубов. Первые коренные зубы появляются у детей к шести годам.

В скелете дошкольника преобладают хрящевые ткани, что обусловлено бурным ростом. В этом возрасте кости пока не приспособлены для интенсивных нагрузок, способны изменять форму. Что считается нагрузками? Для дошкольников это продолжительный бег или ходьба, ношение тяжестей. Кроме того, маленькие дети не способны долго находиться без движения в одной позе.

Формирование эндокринной и нервной систем у дошкольников

В дошкольном возрасте изменяются не только анатомо-физиологические особенности деток, но и поведение. Отчасти причина смены поведения заключается в активном развитии щитовидной железы, надпочечников и гипофиз. Половые железы уже в этом возрасте начинают готовиться к созреванию.

Основы интеллекта у деток дошкольного возраста закладываются одновременно с развитием нервной системы. Малыши с удовольствием учат стихи и сказки, рассказывают стихи на память, рисуют, фантазируют. В этот период стоит заниматься с ребенком, направляя его творческий потенциал в нужное русло.

Мышечная система

У детей дошкольного возраста мышечная система на порядок слабее взрослой. У деток мускулатура составляет пятую часть от общей массы тела, тогда как у взрослого это половина массы тела.

Детские мышцы волокнисты по структуре и в период роста малыша не только удлиняются, но и расширяются в толщину. Фасции, связки и сухожилия слабо развиты, как и брюшной пресс, который нельзя перегружать, иначе может появиться пупочная грыжа.

Особенно это актуально для мальчиков дошкольного возраста, у которых слабым местом является паховое мышечное кольцо, слабое развитие которого при излишних нагрузках может стать причиной образования паховой грыжи.

До 6 лет у детей слабо развиты мышцы кисти, а пальцы не обладают достаточной координацией. В нижней части тела мышцы развиваются более интенсивно, что, естественно, имеет прямое отношение к постоянной двигательной активности детей в этом возрасте.

Ближе к пяти годам процентное число мышечной массы увеличивается, мышцы становятся сильнее и выносливее. Работая над укреплением детского мышечного аппарата, нужно помнить о том, что большего эффекта получится достичь, правильно распределяя нагрузки с попеременным утомлением и расслаблением мышц.

В дошкольном возрасте дети не в состоянии адекватно оценивать собственные анатомо-физиологические особенности, поэтому могут принять резкое увеличение мышечной массы за сигнал к увеличению нагрузок.

Зрение дошкольников

У деток в дошкольном возрасте небольшое глазное яблоко и ограниченная преломляющая сила глаза. У отдельных дошкольников специфические анатомо-физиологические особенности становятся основной причиной развития дальновзоркости и отсутствия возможности фокусировать взгляд на близко расположенных предметах.

Как только ребенку исполняется 4 года, зрение его становится более острым, и глаза уже практически готовы к ежедневным урокам чтения. Ближе к 5 годам

дети уже могут соединять буквы в отдельные слоги, при условии работы с крупным шрифтом. А в 6 лет спокойно справляются с более мелкими буквами. Цветовое зрение у детей развивается после трех лет и продолжает совершенствоваться по мере взросления. Со временем малыши спокойно различают цвета и оттенки. К 6-7 годам процесс зрительного развития в основном завершается, и малыши уже обладают адекватным пространственным зрением. Кстати, следует помнить о том, что в дошкольном периоде глаза детей особенно чувствительны к проявлениям внешней среды.

Особенности развития слуха у дошкольников

Если анатомо-физиологические характеристики деток дошкольного возраста и отличаются от взрослых, то только не в отношении слуха. Малыши слышат так же хорошо, как и взрослые. Чтобы сохранить слух ребенка в отличном состоянии, необходимо следить за тем, чтобы он рос в комфортной обстановке, без излишнего шума. Важно помнить, что анатомические особенности строения уха могут привести к заболеваниям, которые понизят уровень слуха.

Система пищеварения дошкольников

За размельчение пищи отвечает зубочелюстная система, активно развивающаяся у детей в дошкольном возрасте – особенно вследствие замены молочных зубов коренными. Взрослые обязаны следить за тем, чтобы ребенок тщательно пережевывал пищу, так как от этого будет зависеть формирование у него прикуса.

Строение пищеварительной системы позволяет добиться тщательного переваривания пищи только при условии достаточной секреции слюны и соков. К сожалению, у детей до 6 лет пищеварительные соки недостаточно ферментативно активные, а увеличенная всасываемость стенок желудка и активно развивающаяся нервная система приводят к появлению заболеваний ЖКТ у ребенка.

Ближе к 5 годам желудок становится тяжелее в 6 раз, а вместительность его увеличивается до 600 мл. Клетки эпителия слизистой оболочки желудка

обновляются в период от 12 до 24 часов. К шести годам у детей имеется около 10 млн. желудочных желез.

Иммунная и дыхательная системы: особенности развития

Анатомо-физиологические особенности строения дыхательной системы детей дошкольного возраста способствуют постоянному увеличению объема легких вместе с совершенствованием органов дыхания. Ребенок уже не так часто дышит, объем легких увеличивается, но он по-прежнему меньше, чем у взрослого человека. Дыхание у дошкольников глубокое, поэтому кровь активно насыщается кислородом. Опасность нарушения дыхания снижается.

К 4 годам миндалины детей отлично развиты и могут быстро увеличиваться. Именно они являются основной причиной частых ангин, так как являются «бактерии сборником» и постоянно накапливают инфекции. Кроме того, дошкольники нередко сталкиваются с аденоидами и сложностями дыхания через нос, из-за чего может нарушиться прикус.

Анатомо-физиологические особенности иммунной системы дошкольников позволяют говорить о том, что дети становятся более устойчивыми к заболеваниям инфекционного характера. Чем старше становится ребенок, тем более зрелой является его иммунная система.

У детей в возрасте от трех до шести лет активный обмен веществ, пища хорошо и быстро усваивается, что способствует росту и развитию. На этом этапе крайне важно обеспечить дошкольникам сбалансированное питание. Ближе к 6 годам дети будут физически и психологически готовы к поступлению в первый класс.

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Ожидаемые результаты:

- повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения;
- улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;

- успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОУ;
- рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса;
- активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1 ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ осуществляется с учетом важнейших принципов воспитательно-оздоровительной работы – органичного сочетания воспитания и обучения в процессе активной деятельности детей в соответствии с возрастными, индивидуальными, психофизиологическими, типологическими особенностями дошкольников.

Блоки	Содержание
1. Физкультурный	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурные занятия: <ul style="list-style-type: none"> - традиционные; - тренировочные (на освоение основных видов движений); - игровые «Прогулка по сказочному лесу», «Как у наших у ворот»; - с использованием тренажеров (беговой дорожки «Малыш», велотренажера «Колибри», шагоходов, балансиров и т.д.); - занятия по интересам (по подгруппам); - тематические «Птицы прилетели», «Зимовье зверей»; - комплексные;

- контрольно - проверочные (1 раз в месяц).

- Физкультурные занятия на улице.

- Утренняя гимнастика:

- традиционная;

- игрового характера;

- с использованием полосы препятствий;

- с использованием простейших тренажеров;

- ритмическая;

- сюжетная.

- Гимнастика после сна:

- пробуждение под музыку;

- гимнастика в постели (потягивание, поднимание и опускание рук и ног, самомассаж, гимнастика для глаз и т.д.);

- корректирующая ходьба;

- упражнения для профилактики осанки;

- комплекс дыхательной гимнастики;

- водные процедуры (умывание, обливание рук холодной водой).

- Двигательная разминка:

- игровые упражнения;

- танцевальные движения;

- подвижные игры.

- Физкультминутка:

- общеразвивающие упражнения;

- подвижная игра;

- дидактическая игра с различными движениями;

- танцевальные движения;

- игровые упражнения.

- Логоритмическая гимнастика:

- подвижные игры;
- дыхательная гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- музыкотерапия;
- упражнения имитационного характера.
- Праздники и развлечения.
- Спортивные игры.
- Игры-эстафеты.
- Спортивные соревнования.
- Туристические походы.
- Музыкально-ритмические сюжетно-ролевые занятия.
- Самостоятельная двигательная деятельность:
 - движения с различными игрушками, пособиями;
 - сюжетно-ролевые игры, основанные на движении и имеющие спортивную и оздоровительную идею;
 - спектакли и театрализованные представления, разработанные и поставленные на сюжет сказок и рассказов на спортивную тематику;
 - подвижные игры разной степени интенсивности.
- Использование оздоровительных технологий на занятиях и в свободной деятельности:
 - точечный массаж по А. Уманской;
 - пальчиковая и артикуляционная гимнастика, рекомендованная для использования в ДОУ;
 - дыхательная и звуковая гимнастика по С. Стрельниковой;

	<p>- психогимнастика по методике Е. Алябьевой;</p> <p>- Оздоровительные игры для дошкольников Н. Галанова.</p>
2. Оздоровительный	<ul style="list-style-type: none"> • Занятия с ЧБД. • Игровой массаж. • Комплексы дыхательной гимнастики. • Гимнастика для глаз. • Вокальная гимнастика. • Сопряженная гимнастика (театр пальчиков и языка). • Оздоровительный бег в конце каждой прогулки (ср.- подг. гр.). • Воздушные ванны. • Корректирующая гимнастика. <p>Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня.</p>
3. Познавательный	<ul style="list-style-type: none"> • Познавательные занятия по ОБЖ в рамках проектной деятельности.
4. Индивидуально - ориентированный	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные и подгрупповые занятия. • Маршруты индивидуального развития. • Секционнo-кружковые занятия: • «Веселый мяч» (логопедические группы); • «Грация» (художественная гимнастика с элементами степаэробики); • «Детский фитнес»; ЛФК (занятия со специалистом).
5. Информационно - консультативный	<ul style="list-style-type: none"> • С педагогами. • С родителями.

<p>6. Психогигиенических мероприятий</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Психодиагностика. • Элементы аутотренинга и релаксации. Психогимнастика. • Элементы арттерапии. • Элементы музыкотерапии. • Элементы сказкотерапии, смехотерапия. • Индивидуальные и подгрупповые занятия в кабинете психолога, направленные на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы. • Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ.
<p>7. Профилактический</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Постоянный контроль осанки, профилактика нарушений зрения, переутомлений и т.д. • Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой; • Регулярный анализ и обсуждение на педсоветах, данных о состоянии здоровья детей ДОУ, • Регулярный анализ результатов наблюдений за состоянием здоровья, ведение карт здоровья ребенка; • Создание системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям; • Применение комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов

	<p>снятия напряжения, стрессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Зонирование образовательного пространства ДОУ; • Подбор мебели в соответствии с ростом детей; • Витаминотерапия.
8. Реабилитационный и коррекционный	<ul style="list-style-type: none"> • Реабилитация детей, перенесших простудные заболевания. • Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушения осанки. • Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движения. • Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой. • Коррекция психоэмоциональной сферы.

Мероприятия по реализации основных направлений

в здоровьесберегающей деятельности ДОУ

на период 2019-2022 гг.

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление			
Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению	январь 2019	Заведующая ДОУ

2.	Разработка общеобразовательной программы	июль-август 2019	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
3.	Организационно- методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	Постоянно	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
4.	Создание кадровых, психолого- педагогических, учебно- материальных, учебно-дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению: <ul style="list-style-type: none"> • определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста; 	постоянно	Заведующая ДОУ Заурвальд Н. В.

	<ul style="list-style-type: none"> • организация повышения квалификации участников здоровьесбережения; • организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению; • обеспечение ДОУ медицинскими препаратами, витаминами, аскорбиновой кислотой для витаминизации третьего блюда 		
5.	<p>Осуществление в практике ДОУ системно-синергетического подхода к управлению здоровьесбережением:</p> <ul style="list-style-type: none"> • описание стратегии работы по здоровьесбережению в ДОУ; • разработка структуры управления вопросами 	2019-2022 гг.	Администрация ДОУ

	<p>здоровьесбережения;</p> <ul style="list-style-type: none"> • разработка положения о службе здоровьесбережения ДОУ; • организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; отработка системы стимулирования участников процесса здоровьесбережения; • контроль системы здоровьесбережения. 		
6.	<p>Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)</p>	в течение периода	<p>Старший воспитатель Ячменёва Е. С.</p>
7.	<p>Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения детского</p>	2019-2022 гг.	<p>Старший воспитатель Ячменёва Е. С.</p>

	экспериментирования с детьми		
8.	Собеседование с педагогами и специалистами организации охранительного режима в группах	Постоянно	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
9.	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения Здоровья участников образования	2019-2022 гг.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
10.	Организация работы по физической культуре для детей: <ul style="list-style-type: none"> • разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре; • ведение кружковой работы (физкультурный кружок «Крепыш») • создание видеоряда занятий с показом коррекционной работы с детьми; 	постоянно	Инструктор по физкультуре Гундина Ю. А.

	<ul style="list-style-type: none"> создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре 		
11.	Разработка целевой комплексной программы повышения квалификации педагогических работников	2020 г.	Заведующая ДОУ
12.	Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями	2019 г.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
13.	Реализация индивидуализированной программы «Приобщение детей к народной культуре средствами музыкального фольклора»	в течение периода	Музыкальный руководитель Киселёва Е. Г.
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	в течение всего периода	Специалисты ДОУ
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей на	Ежегодно	Старший воспитатель

	формирование здорового образа жизни		
3.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.	В течение всего периода	Педагоги ДОУ
4.	Социальный анализ семей воспитанников ДОУ. Оформление социальных паспортов.	2019 г.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
5.	Мониторинг успеваемости выпускников ДОУ на начальном этапе обучения за последние 3 года	Ежегодно	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
6.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: <ul style="list-style-type: none"> • проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; • анализ 	Ежегодно	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.

	профессионального роста педагогов.		
III. Информационно-методическое направление			
Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса			
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий		Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	В течение всего периода	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2019-2022 гг.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
4.	Семинар «Здоровье детей – наше будущее». Фестиваль зимних игр. Стенгазета по ЗОЖ	2020-2021 г.	Творческая группа по здоровьесбережению

5.	Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников»	2021 г.	Старший воспитатель
6.	Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия»	2021 г.	Музыкальный руководитель Киселева Е. Г.
7.	Консультация «Культурный ребёнок – здоровый ребёнок»	2021 г.	Психолог Мирошникова К. Ю.
8.	Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка»	2022 г.	Заведующая ДОУ
9. С.Н	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке»	2022 г.	Инструктор по физкультуре Гундина Ю. А.
10.	Консультация «Лечебные подвижные игры»	2021 г.	Инструктор по физкультуре Гундина Ю. А.
11.	Рекомендации «Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий»	2022 г.	Инструктор по физкультуре Гундина Ю. А.
12.	Памятка «Безопасные для	2022 г.	Заведующая

	здоровья ребёнка условия общения с компьютером»		ДОУ
13.	Рекомендации по рациональному питанию Детей «Разговор о правильном питании»	2021 г.	Медсестра Байкалова Т. И.
14.	Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс». Сборник материалов.	2021 г.	Заведующая ДОУ
15.	Педсовет «Обеспечение восхождения дошкольника к культуре здоровья через Использование эффективных здоровьесберегающих средств»	декабрь 2021 г.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
16.	Круглый стол «Современные подходы к взаимодействию с родителями воспитанников ДОО в условиях модернизации дошкольного образования».	2021 г.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С. Воспитатель Иванова Е. А.
17.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по	2022 г.	Старший воспитатель

	работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.		
18.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОУ – творческий отчёт	2021-2022г.	Творческая группа по здоровьесбережению
IV. Просветительское направление			
Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках	Ежегодно	Старший воспитатель Карамова А. И.
2.	Консультация «Художественная литература – средство обогащения нравственного здоровья детей»	2021-2022 гг.	Логопед Косторева Е. Ю.
3.	Советы инструктора физкультуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей»	2022г.	Инструктор по физкультуре Гундина Ю. А.
4.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних	2021-2022 гг.	Музыкальный руководитель Киселёва Е. Г.

	условиях»		
5.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	Медсестра Байкалова Т. И.
6.	Конкурс «Лучший уголок здоровья»	2021г.	Администрация ДОУ
7.	Консультация «Средства укрепления иммунитета»	2022г.	Медсестра Байкалова Т. И.
8.	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки»	2021-2022 гг.	Воспитатели ДОУ
9.	Практические рекомендации для родителей ЧБД	Постоянно	Медсестра Байкалова Т. И.
10.	Участие в городском конкурсе «Питание и здоровье»	2021 - 2022	Воспитатель Юрк А. Л.
11.	Фотовыставка «Мы растём здоровыми!»	2021-2022 гг.	Медсестра Байкалова Т. И.
12.	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	В течение всего периода	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.
13.	Размещение в СМИ печатных материалов по вопросам здоровьесбережения	В течение всего периода	Педагоги ДОУ

14.	Музыкально-оздоровительное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»	2019-2022 гг.	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
15.	Игровой семинар – практикум для родителей «Здоровая семья – здоровый ребенок»	2022гг.	Воспитатель Рабенко О. Ю.
16.	НОД «Мы за здоровое питание»	2021-2022 гг.	Воспитатели старших групп
17.	Выставка детского рисунка «Как я занимаюсь спортом».	2021-2022 гг.	Воспитатель Рабенко О. Ю.
18.	Участие в городском конкурсе «Мы за здоровое питание»	2021 – 2022 гг.	Специалисты ДОУ

VI. Координационное направление

Управление здоровьесбережением в ДОУ,

взаимодействие с социальными институтами детства

1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведующая ДОУ
2.	Контроль процесса здоровьесбережения в ДОУ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ совещания; ▪ собрания трудового коллектива по 	1 раз в квартал 1 раз в полугодие	Заведующая ДОУ

	<p>вопросам снижения детской заболеваемости;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ анализ состояния заболеваемости; ▪ проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОУ; ▪ организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; ▪ организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; ▪ анализ тестирования детей по физическому воспитанию, ▪ организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий 	<p>3 раза в год</p> <p>1 раз в месяц</p> <p>2 раза в квартал</p> <p>ежегодно</p> <p>2 раза в год</p> <p>Ежемесячно</p>	
3.	<p>Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ составление сетки 	Постоянно	<p>Старший воспитатель</p> <p>Ячменёва Е. С.</p>

	<p>занятий в соответствии с требованиями САН ПиН;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ разработка режима работы секций и кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения; ▪ экспертиза программ дополнительного образования. 		
4.	<p>Установление взаимосвязи с детской поликлиникой:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ выявление детей с патологиями; ▪ консультирование родителей детей; ▪ ведение листов здоровья; ▪ выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима 	В течение всего периода	Медсестра Байкалова Т. И.
5.	Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах	Согласно плану	Заведующая ДОУ
6.	Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний	2019-2022 гг.	Старший воспитатель Ячменёва Е. С.

	<p>и травм,</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ связанных с социальной жизнью детей: разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; ▪ разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; ▪ разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности; ▪ создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей 		<p>Воспитатели групп, медсестра</p>
VII. Правовое направление			
1.	<p>Ознакомление с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей</p>	2019г.	<p>Заведующая ДОУ</p>

2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ.	2019г.	Заведующая Заурвальд Н. В.
----	--	--------	-------------------------------

Профилактическая работа

Диагностика

6.	<p>Определение уровня адаптации ребенка в условиях детского сада:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психическое здоровье; - физическое здоровье 	По окончании периода адаптации	Медицинская сестра, старший воспитатель
7.	<p>Диспансеризация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проведение профилактических осмотров детей согласно графику прохождения диспансеризации, приказа ЦРБ - Обследование: врачом-педиатром, (с проведением антропометрии, распределением детей на медицинские группы для занятий физкультурой) 	Согласно плану - графику	<p>Бригада узких врачей-специалистов детской поликлиники</p> <p>Врач-педиатр Медсестра</p>
8.	<p>Клинико-лабораторные исследования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функционально-диагностические; - обследование на гельминты 	По плану	Медицинская сестра

Профилактика

9.	<p>Проведение дальнейшего обследования детей с выявленной патологией после углубленного медосмотра и постановка нуждающихся на «Д» учет</p>	Постоянно	Медицинская сестра
10.	<p>Общеукрепляющая терапия: - витаминизация третьего блюда (витамин С)</p>	Постоянно	Медицинская сестра
11.	<p>Закаливание: - утренняя гимнастика; - обливание рук до локтя - подвижные игры на свежем воздухе - обширное умывание ног в летний период - облегченная одежда</p>	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
12.	<p>Разработка рекомендаций для оздоровления с учетом индивидуальных особенностей воспитанников ДОУ</p>	Постоянно	Старший воспитатель медицинская сестра
13.	<p>Санитарно-просветительная работа: - «Служба 03» (обучение детей оказанию первой помощи) - «Это должен знать каждый» (привитие гигиенических навыков, пропаганда здорового образа жизни)</p>	Согласно тематическому плану	Воспитатели

14.	<p>Первичная профилактика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ежедневный осмотр воспитанников (изоляция больных детей); - контроль за санитарно-гигиеническими условиями - контроль за организацией образовательного процесса (режим дня, занятия) - соблюдение СанПиН 	Постоянно	Медицинская сестра
15.	<p>Организация питания воспитанников:</p> <ul style="list-style-type: none"> а) ежедневное меню – раскладка б) контроль качества приготовления пищи в) контроль пищевого рациона воспитанников г) контроль за состоянием фактического питания и анализ качества питания д) санитарно-гигиеническое состояние пищеблока; е) бракераж готовой продукции ж) контроль за выполнением натуральных норм 	Постоянно	<p>Медицинская сестра</p> <p>Ревизионная комиссия ДОУ</p>
16.	<p>Контроль санитарного состояния пищеблока и соблюдения личной гигиены его работников</p>	Постоянно	Медицинская сестра

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТЕ

ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ

п/п	Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1.	Организованная деятельность	7ч. 15мин. в неделю	8ч. 20мин. в неделю	10 и более часов в неделю	12 и более часов в неделю
2.	Утренняя гимнастика	5-6 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	10 минут
3.	Гимнастика пробуждения	5-6 мин.	5-8 мин.	5-10 мин.	5-10 минут
4.	Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день			
		6-10 мин.	10-15 Мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
5.	Спортивные игры		Целенаправленное обучение педагогам не реже 1 раза в неделю		
6.	Спортивные упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение педагогам не реже 1 раза в неделю			
		10 мин.	8-12 мин.	12-15 мин.	15-20 мин.
7.	Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
		5-7 мин.	8-10 мин.	10 мин.	15 мин.
8.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю		3 раза в неделю	
		15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
9.	Музыкальные занятия (часть занятия)	2 раза в неделю			
		3-5 мин.	5 мин.	7-10 мин.	10 мин.

10.	Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
		3-5 мин.	5 мин.	7-10 мин.	10 мин.
11.	Спортивные развлечения	1 раз в месяц			
		15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
12.	Спортивные праздники	1 раз в месяц			
		15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
13.	День Здоровья	1 раз в месяц			
14.	Неделя Здоровья	2 раза в год			
15.	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами			

РЕАЛИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА К РЕБЕНКУ
В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

1.Медико-педагогическая диагностика	Выписка из медицинской карты.
	Анализ первичных навыков по основным движениям.
2. Индивидуальная карта ребенка	Составление медицинских «карт здоровья», индивидуальных маршрутов здоровья.
	Рекомендации родителям по оздоровлению ребенка.
3. Наблюдения, хронометраж	На занятиях, в свободной деятельности.
4. Повторная медико-педагогическая диагностика	Обследование специалистами, анализ заболеваемости, достижений в выполнении основных видов движений.
5. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами, родителями	Рекомендации по использованию разнообразных форм физкультурно - оздоровительной работы с ребенком на совместных тематических педсоветах, на родительских собраниях, на открытых просмотрах практической деятельности.

Система закаливания

Формы и методы	Содержание	Контингент детей
Гигиенические и водные процедуры	Умывание прохладной водой; - Мытьё рук; - Игры с водой; Обеспечение чистоты среды	Все группы
Световоздушные ванны	Проветривание помещений; Сон при открытых фрамугах; Прогулка на свежем воздухе; Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; Облегчённая одежда для детей в детском саду.	Все группы
Спец. закаливание	босоножье; игровой массаж по методикам А. Уманской, К. Динейки (закаливающее дыхание, массаж рук, «волшебных» точек ушей, самомассаж подошв ног); - обширное умывание после дневного сна;	ср.- подг. ср.- подг. ст.- подг. мл.- подг. ср.- подг.

	- дыхательная гимнастика; - полоскание рта после обеда.	
--	---	--

2.2 НЕТРАДИЦИОННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

Здоровьесберегающие образовательные технологии

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это, прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

По отношению к ребенку - обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека; знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

По отношению к взрослым - содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
- валеологического просвещения родителей;

- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду

Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДООУ - обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

- технологии профилактики заболеваний,
- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники,
- коррекция возникающих функциональных отклонений,
- отслеживание характера течения хронической патологии (*для детей, имеющих III-У группу здоровья*),
- реабилитация соматического состояния здоровья,
- противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами,
- витаминoproфилактика (*отвар шиповника в осеннее - зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты*),
- санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДООУ.

Физкультурно-оздоровительные технологии - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников:

- закаливание КГН;
- беседы по валеологии;
- спортивные праздники;
- спортивные развлечения и досуги;
- недели здоровья;
- соревнования;
- прогулки-походы.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Образовательные технологии здоровьесбережения

№	Название технологии/метода	Обоснование применения с точки зрения здоровьесбережения.
1	<i>Горизонтальный пластический балет</i> <i>(технология Н. Н. Ефименко)</i>	- Комплексы рассчитаны на детей от 4-х до 7 лет, продолжительностью 20-25 минут. Могут проводиться вместо комплексов гимнастики пробуждения - как утром, так и после дневного сна, на физкультурных занятиях. Объединяют положительные черты художественной гимнастики, балета, аэробики. Оказывает колоссальное положительное физическое, психическое и эмоциональное воздействие.
2	<i>Стретчинг</i>	– не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах, либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении специальные упражнения под музыку. Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием.
3	<i>Динамические паузы</i>	– во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех

		детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
4	Подвижные и спортивные игры	– как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.
5	Релаксация	– в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.
6	Гимнастика пальчиковая	– с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).
7	Гимнастика для глаз	– ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста.

		<p>Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.</p> <p>Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.</p>
8	<i>Динамическая гимнастика</i>	– ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.
9	<i>Гимнастика корригирующая</i>	– в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.
10	<i>Гимнастика ортопедическая</i>	– в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы
11	<i>Кинезиологические упражнения</i>	- в различных формах физкультурно-оздоровительной работы: как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате

Здоровьесберегающая инфраструктура, поддерживается благодаря постоянной связи с врачами узкой специализации детской поликлиники. По результатам мониторинга, по назначению участковых педиатров и врачей узкой специализации, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия. Отследить результаты

физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном отделении помогает медико-педагогический контроль, в который входят:

- Динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей;
- Обследование физического развития детей;
- Медико-педагогическое наблюдение за проведением физкультурных занятий;
- Медико-педагогическое наблюдение за осуществлением системы закаливания;
- Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий (спортивный зал, участок), оборудования, спортивной одежды, обуви и т.д.

В период подъема ОРВИ и гриппа, в группах проводятся профилактические мероприятия:

- Своевременное выявление и изоляция детей с первыми признаками заболевания;
- Контроль за качеством проведения утреннего приема детей в группах (измерение t^0 тела, осмотр кожных покровов);
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе;

План работы по здоровьесбережению на 2019 – 2022 г.

Требования	Мероприятия	Сроки за три года	Ответственные
1. Целостность системы формирования культуры	<ul style="list-style-type: none"> • Адаптация к условиям ДОУ образовательных технологий 	Сентябрь Сентябрь В теч. года	Заведующий Ст. воспитатель Мед. работник

<p>здорового безопасного образа жизни воспитанников</p>	<p>и («Развивающая педагогика оздоровления» В. Кудрявцева, «Я и мое здоровье» Т. Тарасовой др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разработка системы мероприятий по тематике здоровьесбережения; • Составление перспективных планов по ОТ и здоровьесбережению • Информационное обеспечение в родительских уголках • Участие в семинарах, МО, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей • Медико-педагогические совещания по проблемам адаптации старших дошкольников к обучению в школе 	<p>Январь, май Сентябрь</p>	<p>Воспитатели Ст. воспитатель Воспитатели Ст. воспитатель</p>
---	---	-------------------------------------	--

<p>2. Соответствие инфраструктуры ДОУ условиям здоровьесбережения воспитанников</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Консультирование пед. процесса по вопросам здоровьесбережения • Контроль состояния здания и территории, за соответствием требованиям санитарных правил, пожарной безопасности, БДД • Совершенствование предметно-развивающей среды ДОУ, внедрение новых эффективных моделей • Приобретение необходимого оборудования: спортивные мячи, мебель, мягкие спортивные модули и т.п. • Осуществление ремонта пищеблока, групповых комнат, спортивной площадки • Пополнение среды нестандартным 	<p>Октябрь Постоянно Апрель, май В теч. года В теч. года Июнь, август Постоянно В теч. года Октябрь, январь, май</p>	<p>Ст. воспитатель Заведующий Ст. воспитатель Завхоз Завхоз Воспитатели Заведующий Завхоз Ст. воспитатель Заведующий</p>
---	---	--	--

	<p>оборудованием: массажные коврики</p> <ul style="list-style-type: none"> • Приобретение настольных, дидактических игр • Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации НОД и свободного времени, своевременный ремонт мебели) • Проведение обучающих семинаров для сотрудников по формированию культуры здоровья, использованию здоровьесберегающих методов и технологий (с приглашением специалистов из др. организаций) 		
<p>3. Рациональная организация образовательного</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение и использование в работе эффективных технологий и методик 	<p>Ноябрь Постоянно</p>	<p>Воспитатели Педагоги Воспитатели,</p>

<p>процесса</p>	<p>оздоровления («Здоровьесберегающее пространство в ДОУ» Н.И. Крылова, «В стране здоровья» В.Т. Лободин, «Система физического воспитания в ДОУ» М. О. Литвинова «Основы безопасного поведения дошкольников» О. В. Чермашенцева, «Формы оздоровления детей 4-7 лет» Е. И. Подольская «Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет» Е. И. Подольская, «Оздоровительна работа в ДОУ по программе» Остров Здоровья» Е. Ю. Александрова инновационной деятельности) • Упорядочение учебной нагрузки и активного отдыха детей (сокращение количества коллективных занятий, введение каникул, гибкий график занятий)</p>	<p>Октябрь - май В теч. года Постоянно</p>	<p>ст. воспитатель</p>
-----------------	--	--	------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> • Разработка планов оздоровления и осуществления контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим развитием детей • Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей • Реализация Программы здоровьесбережения на 2019 – 2022 г. • Организация учебно-воспитательного процесса: соблюдение максимально-допустимого количества учебного времени в день, длительность занятий и перерывов между ними; наличие здоровьесберегающих моментов в ходе занятия и др. 		
<p>4. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Развлечения и досуги «Правил дорожных...», «Огонь – друг и враг», 	<p>1 раз в кв. Постоянно о Воспитатели</p>	<p>Воспитатели Муз. руководитель Мед. Работник Воспитатели</p>

<p>работы</p>	<p>«Учим правила движения...»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение здорового ритма жизни: щадящий режим в адаптационный период, гибкий режим, психологический фон занятий • Физические упражнения: утренняя гимнастика, физкультурно-оздоровительные занятия, спортивные игры, пешие прогулки и т.д. • Световоздушные ванны: проветривание помещений, сон при открытых фрамугах, прогулки, температурный режим в помещении • Активный отдых: развлечения и праздники, игры-забавы, дни Здоровья, каникулы 	<p>Муз. руководитель Мед. Работник Воспитатели</p>	
---------------	---	--	--

<p>5. Организация системы просветительской и методической работы</p>	<p>• Лечебно-профилактические мероприятия: закаливание (солнечные и воздушные ванны, ходьба босиком, игры с водой, оздоровительная гимнастика после сна); курсы профилактического лечения при подъёме простудных заболеваний (поливитамины, сироп шиповника, кварцевание помещений, полоскание горла и др.); точечный массаж</p> <p>• Консультации после прохождения детьми медицинского осмотра</p> <p>• Текущие инструктажи по ОТ и ТБ по охране жизни и здоровья детей и сотрудников</p> <p>• Организация выставок рисунков, выпуск листовок «Наша безопасность. Как вести себя дома и на улице»</p>	<p>В теч. года Март По плану Апрель 1 раз в квартал Октябрь, май Февраль</p>	<p>Воспитатели, мед. работник Мед. работник Заведующая Воспитатели Ст. воспитатель Заведующая Ст. воспитатель</p>
--	---	--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Наглядная информация «Правил дорожных на свете немало...» • Моделирование ситуаций «Незнакомый предмет в здании» • Смотр-конкурс уголков по ОБЖ 		
6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ воспитанниками	<ul style="list-style-type: none"> • Строгий запрет на все медицинские фарм. препараты в ДОУ • Контроль пед. персонала на недопустимость употребления воспитанниками лекарственных средств в ДОУ 	Постоянно	Мед. работник Воспитатели Ст. воспитатель
7. Комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников	<ul style="list-style-type: none"> • Организация качественного питания воспитанников в соответствии с требованиями санитарных правил с учётом сбалансированности рациона • Совместные мероприятия, проводимые с сотрудниками правоохранительных 	Постоянно По плану Январь, май Март	Заведующая Завхоз Мед. Работник Ст. воспитатель Мед. Работник

	<p>органов, физкультурного диспансера, санитарных служб</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сопещания с педагогами детского сада по проблемам здоровьесбережения старших дошкольников (в перспективе) • Углубленный медицинский осмотр с комплексной оценкой здоровья детей (договор с ЦРБ) 		
<p>8. Мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение состояния здоровья детей: определение групп здоровья; распределение детей по физкультурным группам. • Организация физиологического обследования детей • Проектирование оптимальной модели взаимодействия всех участников здоровьесберегающего воспитания 	<p>В теч. года Сентябрь, май Октябрь, май В теч. года В теч. года Постоянно о 1 раз в квартал Апрель-сентябрь</p>	<p>Ст. воспитатель Мед. работник Ст. воспитатель Воспитатели Воспитатели Мед. Работник Мед. Работник Воспитатели</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Анкетирования педагогов по проблемам в работе • Анкетирование родителей по вопросам здоровьесбережения • Комплексная диагностика физических качеств и физического развития дошкольников по программе • Ведение индивидуальных паспортов «Здоровья» • Заполнение медико-педагогических карт старших дошкольников • Проведение мониторинга физических, медицинских, речевых показателей дыхания; группы ЧБД • Антропометрия • Оздоровительный бег • Индивидуальная работа с часто болеющими детьми по освоению основных видов движений 	В теч. года	
--	--	-------------	--

Нетрадиционные здоровьесберегающие технологии

- Барабанотерапия. Ритмы барабанов размерные человеческому организму. Достаточно поиграть на нем 15-20 минут и отмечается нормализация

кровенного давления и дыхания. Улучшается настроение, мышцы тела расслабляются — наступает чувство успокоения и позитивного отношения к миру и к самому себе.

Африканские барабаны используются в арт-терапевтической технологии «Музыкотерапия» для профилактики «синдрома эмоционального выгорания», ритмы барабанов также успешно применяются в терапии синдрома гиперактивности. Такой ребенок делает много бесполезных движений тела, плохо владеет своим телом, непоседливый, склонен резкой смене настроения. Много хлопот этот синдром доставляет самому ребенку и его окружению в учебном процессе.

Барабан позволяет в непринужденной игровой манере научить ребенка сосредотачивать свое внимание и расслабляться, когда это нужно. Малыш учится слышать и слушать других детей, работать в паре, команде над поставленной целью. Полученные навыки полезны в тех случаях, когда необходимо овладеть своим волнением, собраться с мыслями, выйти из конфликтной ситуации.

- Эстетикотерапия - это целебность домашней одежды. В здоровом теле, еще по наблюдениям древних, здоровый дух. Доброе настроение («здоровый дух») способствует нормализации обменных процессов и регуляторных механизмов улучшающей здоровье. Красивая и удобная одежда как раз и поднимает настроение, вызывает удовлетворение, особенно проявляющееся в домашних условиях после напряжённого трудового дня.
- Камнетерапия - это «Волшебные» камни. Существует целая «отрасль» литературы о необыкновенных целительных свойствах минералов, о благотворном влиянии различных редких камней на здоровье психику человека.

- Металлотерапия (медетерапия (медь, монеты до 1961 года), термосталехирурготерапия, серебротерапия) - это целительные металлы. Свойства некоторых металлов, действуют на здоровье человека.
- Апитерапия. Лечение продуктами пчеловодства. Наружно и внутрь.
- Диетотерапия. Включает в себя сокотерапию, раздельное питание, сыроедение, вегетарианство, голодание.
- Водотерапия. Воздушные ванны; сухое обтирание; обтирание мокрым полотенцем; обливание; холодный душ; моржевание; аквабилдинг - упражнения в воде; бальнеотерапия - применение минеральных вод, грязей, морских и речных купаний; баня.
- Светотерапия. Помогает перенастроить биологические часы, лечит нарушение сна, связанное с депрессией, а также седативного аффективного расстройства - депрессии, вызываемой недостатком естественного освещения в зимний период.
- Смехотерапия. Ускоряет выздоровление, помогает справляться с трудностями, сохранять душевное равновесие оптимизм. Их не заменяет лечение, но служит сильным и приятным дополнительным средством. Смех позволяет полностью расслабиться, вот почему от смеха иногда падают.
- Игротерапия. Метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. Игра способствует созданию близких отношений между участниками группы, снимает напряжённость, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения, снимая социально значимых последствий.

Характерная особенность игры - её двуплановость. Отличительные признаки развёртывания игры - быстро меняющиеся ситуации, в которых оказывается объект после действий с этим, и столь же быстрое приспособление действий к новой ситуации.

Цель игровой терапии - утверждение уникального «Я» ребёнка, его самооценности; служить интересам детей.

- Биоэнергопластика. Данная технология представляет собой соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки. Значимость биоэнергопластики в том, что развитие артикуляционной моторики у детей с нарушенными кинестетическими ощущениями ускоряется, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. В коррекционно-педагогическом процессе используется комплекс динамических упражнений, направленный на нормализацию мышечного тонуса, переключаемости движений: “Качели”, “Утюжок”, “Футбол”, “Часики” и комплекс статических упражнений, способствующий развитию мышечной силы, динамической организации движения: “Улыбка”, “Хоботок”, “Лопаточка”, “Чашечка”, “Горка”, “Парус”. Педагог может самостоятельно подобрать движение руки под любое артикуляционное упражнение. Необходимо привлечь внимание каждого ребенка к одновременности выполнения артикуляционных движений с работой кисти; их ритмичности и четкости.

- Аурикулотерапия. Массаж ушных раковин — необходим детям с самого раннего возраста. Он помогает развиваться всем системам организма, усиливает концентрацию внимания, улучшает интеллектуальные возможности ребенка. Массаж около 200 биологически активных точек, которые находятся на ушных раковинах, быстро мобилизует силы организма, в результате чего можно моментально поднять общий тонус нервной системы, снять утомление, «пробудить» к работе все внутренние резервы.

Массировать необходимо оба уха — поочередно одной рукой или одновременно двумя руками. Массаж проводится только теплыми, разогретыми ручками. Во время массажа необходимо принять удобную комфортную позу, расслабить мышцы, успокоиться, не отвлекаться и не разговаривать. Самомассаж ушных раковин детскими пальчиками — это

доступная форма в работе с дошкольниками. Его продолжительность — не менее минуты. Педагоги дошкольных образовательных учреждений знают, что у многих воспитанников плохо развиты двигательные функции рук и отсутствует оформленная техника движений. Это порой заставляет их отступать перед любой задачей, связанной с выполнением данных действий. Очень важно учитывать то, что развитие мелкой моторики пальцев рук играет положительную роль в формировании и совершенствовании речевой функции. Поэтому, работая над формированием и совершенствованием тонкой моторики пальцев рук дошкольников, мы, педагоги, развиваем детскую речь, интеллект, способствуем психофизическому развитию ребенка, а также позволяем снять напряжение, даем ему возможность расслабиться.

РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- ✓ актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- ✓ просветительная работа по направлениям программы «Здоровый малыш» и т.д.;
- ✓ консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;
- ✓ обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приемам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия

- ✓ Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного

возраста.

- ✓ Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
- ✓ Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
- ✓ Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
- ✓ Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
- ✓ Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- ✓ Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- ✓ Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
- ✓ Пропаганда здорового образа жизни.
- ✓ Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению

- ✓ Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- ✓ Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- ✓ Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно

значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.

- ✓ Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
- ✓ Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- ✓ Беседы, валеологические занятия.

2.3. МОНИТОРИНГ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Показатели диагностики

В Программе используется диагностический инструментарий и методы контроля для обеспечения достоверности результатов:

- педагогические разработки;
- листы наблюдений;
- анкеты;
- контрольные вопросы;
- тесты;
- стенограммы занятий;
- интервью;
- видеозаписи и т.д.

Критерии оценки

- Состояние здоровья детей;
- Уровень физического развития детей;
- Уровень двигательной активности;
- Адаптация детей к ДОУ;
- Состояние развивающей здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- Психическое здоровье и развитие психических функций.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1 СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ НАД ВЫПОЛНЕНИЕМ ПРОГРАММЫ

Управление программой и осуществление контроля за ее реализацией осуществляется заведующим МКДОУ и старшим педагогом.

Администрацией совместно с медицинскими работниками определены основные условия природосообразного, здоровьесберегающего образования у *детей* - это потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа обоснованного поведения.

Но представление о здоровом образе жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребенка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется 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 ежедневного ухода;
- Выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения; понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

Существуют определенные факторы взаимодействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ. Поэтому работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ строится на определенных принципах организации воспитательно – образовательного процесса:

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, личностно - 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 пальчиковой гимнастики, и гимнастике для глаз, занятиям на тренажерах, способах страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни;
- Предоставление дополнительных услуг для детей (кружковая работа оздоровительной направленности);
- Проведение тематических занятий на группах;
- Проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю (одно на свежем воздухе);
- Проведение недели здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.

Педагогическим коллективом организуются и проводятся мероприятия по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в детском саду:

- по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ:
- создание развивающей среды в группах;
- 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;
- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребенок);
- предоставление дополнительных услуг (работа кружков оздоровительной направленности) для детей

- проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;
- проведение с детьми практических занятий по теме «Опасные ситуации».

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА ОСНОВЕ ИНТЕГРАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЕЙ

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача для дошкольников. И поэтому, главным аргументом в укреплении здоровья дошкольников остаётся ценность здоровья как основного показателя благополучия человека, что обуславливает обязательное включение образовательной области «Физическое развитие» (Физическая культура и Здоровье) в состав примерных основных общеобразовательных программ дошкольного образования.

Содержание образовательной области «Ф Р» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Целесообразна интеграция содержания областей «Ф Р» (Здоровье) с образовательными областями «С-К Р» (Безопасность, Труд), «П Р», «Р Р» (Чтение художественной литературы), «Х-Э Р» (Музыка).

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности

через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования. При этом использование здоровьесберегающих технологий, воздушное закаливание, игровая дыхательная гимнастика, самомассаж предусматривают интеграцию образовательной области «Ф Р (Физическая культура и Здоровье)». День детей в детском саду начинается с зарядки, после сна проводим воздушное закаливание, дети ходят по дорожкам здоровья. У каждого ребенка есть массажный мячик, с помощью которого выполняем массаж рук и ног.

Интеграция с ОО «С-К Р» (Безопасность) решается посредством формирования навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем.

Активизация мышления детей, усвоение нового материала, закрепление знаний об окружающем мире через подвижные игры и упражнения предусматривает интеграцию с ОО «П Р». На физкультурных занятиях дети встречаются с математическими отношениями: необходимо сравнить предмет по величине и форме или определить, где левая сторона, а где правая. Поэтому, предлагая детям различные упражнения, нужно не только давать физическую нагрузку, но и в формулировке заданий обращать внимание на разные математические отношения, предлагать выполнять упражнения не по образцу, а по устной инструкции. Также, дополнительно к предметам, которые обычно используются при выполнении физических упражнений, целесообразно использовать плоские и объемные геометрические фигуры, цифры, карточки с изображением характерных признаков времен года, частей суток.

С целью развития воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме используются художественные произведения, музыкально-ритмическая деятельность, что предполагает в рамках интеграцию области «Ф Р» с образовательными областями «Р Р» (Чтение художественной литературы) и «Х-Э Р» (Музыка). Интеграция физкультурных занятий и музыкальных создает положительный эмоциональный фон занятий, помогает детям

запомнить движения, выразительно передать их характер. В качестве музыкального оформления используются фонограммы музыкальных сказок, музыка из мультфильмов.

Интеграция с областью «С-К Р» происходит через взаимодействие и помощь друг другу во время эстафет, оценивании результатов игр и соревнований, где формируются первичные представления о себе, собственных возможностях.

В процессе занимательной двигательной активности происходит развитие свободного общения с взрослыми и детьми через проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности, что свидетельствует об интеграции с образовательной областью «Р Р». Интегрируя физическое воспитание и речевое развитие, у детей активизируется фантазия, развиваются творческие способности в процессе двигательной деятельности, развиваются умения действовать в коллективе, создаётся эмоциональный настрой на развитие интереса и желания заниматься спортом, формируется правильное дыхание, развивается фонематический слух.

При овладении детьми навыками по уходу за физкультурным инвентарем решается задача накопления двигательного опыта в рамках области «С-К Р» (Труд).

Таким образом, интегрированная организованная образовательная деятельность позволяет расширить познавательный материал, даёт возможность сочетать различные виды деятельности, направленные на обогащение знаний, умений и навыков детей, развитие их творческих способностей.

3.2 ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ В ДОУ

С ОСЛАБЛЕННЫМИ И ЧАСТО БОЛЕЮЩИМИ ДЕТЬМИ

Воспитательно-образовательный процесс построен на основе создания благоприятных условий для обеспечения физического и психического развития детей, эмоционального благополучия каждого ребенка,

повышения его познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей.

Для каждого ребенка составляется индивидуальный план оздоровления, куда вносятся все проводимые с ним мероприятия, а в конце года подводятся итоги оздоровительной работы с ослабленными и часто болеющими детьми.

Для ЧБД разработан гибкий режим, который предусматривает:

- увеличение периода приема детей в утренние часы (до 9.00);
- увеличение продолжительности дневного сна;
- строгое соблюдение продолжительности и организации прогулок на воздухе;
- творческий подход к содержанию и методике проведения занятий;
- чередование умственной и физической деятельности;
- разработана система оздоровления ЧБД с учетом регламентации воспитательно-образовательной и оздоровительной работы.

Формы методической работы	Участники
Семинары и семинары – практикумы	
«Физические упражнения для детей раннего и дошкольного возраста»	Воспитатели
«Медико-педагогический контроль во время организованных форм обучения»	Инструктор по физкультуре, старшая медсестра
«Организация и проведение обследования физической подготовленности дошкольников»	Инструктор по физкультуре
Консультации	
«Определение и общая характеристика группы ослабленных и ЧБД»	Воспитатели

«Двигательный режим ЧБД. Виды двигательной активности»	Воспитатели
«Формы проведения коррекционной гимнастики с детьми 2-4лет»	Воспитатели
«Разнообразные виды дыхательной гимнастики»	Воспитатели
«Лечебные игры»	Воспитатели, Инструктор по физкультуре
Проведение и анализ открытых просмотров и видеозаписей детской деятельности	
«Современные формы проведения утренней гимнастики с детьми 2-7 лет»	Воспитатели
«организация и проведение дней Здоровья совместно с родителями воспитанников»	Воспитатели, инструктор по физической культуре
«Организация гимнастики перед сном и после сна с младшими дошкольниками»	Воспитатели
«Проведение подвижных игр с ЧБД»	Воспитатели
Создание предметно – развивающей среды	
Смотр – конкурс оборудования физкультурных уголков в разных возрастных группах	Воспитатели
Совместная деятельность педагогов	
Организация занятия ЛФК для сотрудников детского сада	Медицинская сестра по ЛФК из детской поликлинике
Участие в методической работе	
Разработка комплексов коррекционной гимнастики для детей разных возрастных групп	Воспитатели

Составление комплексов физкультминуток и динамических разминок	Воспитатели
Разработка и апробация систем физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего и младшего дошкольного возраста	Творческая микрогруппа
Взаимодействие с родителями	
Анкетирование. Индивидуальное и групповое консультирование с приглашением специалистов медиков из детской поликлиники	Воспитатели, родители
Мастер – класс у инструктора по физической культуре	
Организация работы групповых тематических библиотек для родителей	
Круглый стол «Домашняя школа здоровья»	
Наглядная агитация (стенды, памятки, статьи из периодической печати)	
Видеосъёмки деятельности детей в разных режимных моментах	
Совместные мероприятия детей и взрослых	

Организация питания

Интеллектуальные и физические нагрузки, которые испытывает ребенок при правильном подходе к воспитанию, приводят к определенным энерго - затратам, которые требуется восполнять, в том числе и за счет питания. Поэтому в организации питания мы обращаем внимание не только на санитарно - гигиенический и нормативный компоненты, но и на оздоровительный и психологический.

Оздоровительный компонент предусматривает:

- введение в меню во время полдника кисломолочных продуктов,

- обогащенных бифидобактериями;
- обогащение меню натуральными соками, фруктами, свежей зеленью и овощами;
- С - витаминизация 3 - го блюда;
- включаются продукты, улучшающие аппетит, повышающие иммунзащиту (петрушка, редис, чеснок, витаминные салаты, редис, редька).

Психологический компонент связан с комфортными условиями приема пищи. Здесь важно все: качество предлагаемых детям блюд, их соответствие потребностям растущего организма, разнообразие меню, внешний вид столовой и чайной посуды и сама процедура приема пищи. Для того чтобы у ребенка не было проблем со столовыми приборами, сервировка стола должна быть полной. Во время приема пищи включается спокойная негромкая музыка.

Комфортность условий приема пищи в нашем детском саду обеспечивается возможностью для детей во время еды отдохнуть, немного расслабиться и пообщаться со сверстниками. Это достигается тем, что воспитатель обедает вместе с детьми. Он своим примером показывает, как пользоваться столовыми приборами, как общаться во время приема пищи. Культура еды, культура общения, доброжелательность во время приема пищи создают условия, при которых хорошие манеры поведения за столом вырабатываются достаточно быстро и остаются достоянием человека на всю жизнь.

Основные принципы организации питания в ДОУ:

- выполнение режима питания;
- гигиена приема пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- эстетика организации питания;
- индивидуальный подход к детям во время прием пищи;

- правильность сервировки стола и расстановки мебели.

Для того чтобы соблюдались физиологические интервалы между приемами пищи дети в нашем детском саду получают 5-разовое питание.

При составлении цикличного меню учитывается возрастная дифференциация в питании. Масса пищи строго соответствует возрасту ребенка. Летом, в связи с увеличением энергозатрат, калорийность суточного рациона на 10% выше, чем зимой. В оздоровительный период в меню увеличивается количество фруктов и молочных продуктов.

Питание детей, страдающих аллергией, избыточным весом индивидуализировано.

2 раза в год цикличное меню проходит процедуру согласования в органах Роспотребнадзор.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ В РАМКАХ ТВОРЧЕСКИХ ПРОЕКТОВ

Главная цель оздоровительных проектов – формирование здоровьесберегающей среды, способствующей конструированию вариантов здорового образа жизни для детей, педагогов и родителей; создание благоприятного психологического климата в детском образовательном объединении, раскрытия творческого потенциала ребенка как условия его эмоционального здоровья.

Проектная методика с детьми строится в направлении лично - ориентированного взаимодействия с ребенком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Проекты содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями.

Название проекта	Цель проекта
------------------	--------------

1. проект «Лук от семи недуг»	рациональное осуществление совместными усилиями специалистов ДОУ и родителей комплекса воспитательных и профилактических мер, направленных на укрепление здоровья растущего организма.
2. проект «Мячи разные нужны, мячи всякие важны!»	создать оптимальные условия для организации двигательной активности и оздоровительной работы с детьми через проведение подвижных игр с мячом.
3. спортивный проект «По дорожкам здоровья шагаем – ножки развиваем»	проводить профилактику развития плоскостопия у детей, создавая условия, соответствующие более высокому уровню двигательного развития ребёнка.
4. летне – оздоровительный проект «Лето! Ура! – весёлая пора!»	обеспечить охрану жизни и здоровья воспитанников, организовать здоровьесберегающий режим, предупреждать заболеваемость и травматизм.
5. проект «Русские народные игры»	создать условия для формирования комплексного развития ребенка, его физических, интеллектуальных и коммуникативно-личностных качеств через русскую народную игру.
6. мини - проект в рамках городского конкурса «Мы за	пропаганда здорового образа жизни, формирование основ культуры здорового питания.

здоровое питание» - «Весёлые игры с фруктами и овощами»	
7. Проект по нетрадиционным здоровьесберегающим технологиям «Секреты здоровья»	создать благоприятные условия для укрепления гармоничного физического развития ребенка; обеспечение детей необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранить и укрепить здоровье.
8. проект «Да здравствует мыло душистое...»	создать оптимальные условия для ознакомления со свойствами мыла, подвести к пониманию, что привычка мыть руки – это забота о своём здоровье.
9. проект «Каша – крупяняша»	создать оптимальные условия для ознакомления детей с видами каш, круп, и их значением для здоровья человека.
10. проект «Здоровые зубы здоровью любви»	создать оптимальные условия для выработки у детей на основе полученных знаний необходимых гигиенических навыков и привычек, которые нужны для укрепления здоровья.
11. проект «Молоко и молочные продукты»	создать оптимальные условия для расширения представлений детей о молоке, как о ценном и полезном продукте для роста и здоровья детского организма.

3.3 ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО - ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

В муниципальном казенном дошкольном образовательном учреждении города Новосибирска «Детский сад № 443 создана насыщенная развивающая, предметно-пространственная среда. Развивающая предметно - пространственная среда является основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка.

Физкультурный зал, оснащённый необходимым оборудованием (мини-комплекс, горка) и спортивными снарядами, которые усилят эффективность занятий, разовьют спортивный характер, повысят интерес к подвижным играм и физическим упражнениям.

Спортивная площадка, включающая беговую дорожку, яму с песком для прыжков, полосу препятствия, создаст материально-технические условия проведения занятий с ребятами на свежем воздухе.

Кабинет психолога, где профессионал проводит с детьми тренинги и занятия, которые помогут ребёнку овладеть своими эмоциями, минимизировать спонтанные реакции, держать под контролем своё поведение.

Медицинский кабинет, оснащённый специальным физиотерапевтическим оборудованием (кварцевые лампы, ингаляторы) для оздоровительных процедур, направленных на профилактику простудных, инфекционных заболеваний и укрепление иммунитета детей.

В каждой возрастной группе оформлен физкультурный уголок, оборудованный спортивным инвентарем, нетрадиционным физкультурным оборудованием, атрибутами спортивных игр.

«Уголки Здоровья» наполнены: ковриками, дорожками массажными; обручами диаметром 40-50см, 54-65см; мячами резиновыми разных диаметров; шариками пластмассовыми (диаметр 4 см); мячами массажными; атрибутикой к подвижным играм (шапочки, медали - эмблемы); флажками, платочками; кубиками; погремушками; шишками; шарами; плоскостными дорожками; ребристой доской; кеглями; мягкими лёгкими модулями, ленточки, верёвочки, бутылочки, теннис, хоккей с мячом и с шайбой, кольцоброс, дартс, скакалки, баскетбол, футбол, дорожки «Орто».

Разнообразные «косички», дуги, обручи помогут развить гибкость, укрепить мышцы спины, усовершенствовать пластические навыки, кроме того, снимут психологическое напряжение от умственных занятий.

Уголки уединения и умиротворения создают комфортную для малыша обстановку, располагающую к созерцанию, расслаблению на мягких ковриках, телефонной душевной беседе с мамой, если вдруг почувствовал себя одиноким.

Физкультурное оборудование и инвентарь

Для реализации активной двигательной деятельности детей используются спортивный и музыкальный залы, игровые и спортивные площадки на участке, оборудованные спортивным инвентарем: мат большой, мат малый, мешочек с грузом малый, мячи большие, мячи средние, мячи малые, обруч малый, обруч большой, палка гимнастическая короткая, ролик гимнастический, скакалка короткая, скамейка (выдерживают вес - >30кг), фишки, конусы для разметки, игрового поля, площадки, батут детский, гантели детские, диск «Здоровье», кегли (набор), контейнер для хранения мячей, флажки, султанчики, мячи ортопедические, детская механическая беговая дорожка, велотренажер «Гребной», велотренажеры, тренажер «Бегущая по волнам», тренажер «Растяжение», тренажер «Наездник», тренажер «Мини-Твистер», тренажер «Штанга», дуги для подлезания, стойки переносные (для прыжков), лыжи без палок, кегли, бадминтон, городки, кольцобросы, клюшки, степы (выдерживают вес - >50кг), игровые пособия для дыхательной гимнастики: «Паровозик», «Цветы», «Солнышко», нестандартное физкультурное оборудование, фитбол – мячи.

3.4. ХАРАКТЕРИСТИКА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ДЕТЕЙ

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребенка является *работа с родителями*. Проанализировав данные анкет, полученные в нашем дошкольном отделении, мы пришли к выводу, что,

хотя все родители имеют высшее средне - специальное, уровень знаний и умений в области воспитания привычки к ЗОЖ у большинства родителей не высок, а интерес к данной проблеме возникает лишь тогда, когда ребенку уже требуется медицинская или психологическая помощь. Большинство родителей не понимают самой сущности понятия «здоровье», рассматривают его только как отсутствие заболеваний, а средство оздоровления детского организма видят лишь в лечебных и закаливающих мероприятиях, совершенно не учитывая взаимосвязь всех составляющих здоровья: физического, психического и социального. Поэтому коллектив работает над реализацией следующих задач:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка.
- Ознакомление родителей с основами психолого-педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.
- Обучение родителей принципам оздоровительных технологий.
- Ориентирование родителей на ознакомление с современной литературой, программами ТВ, освещающими вопросы закаливания, систематических занятий физкультурой в домашних условиях с учетом регионального компонента.

ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

	Содержание
--	------------

1.	<p>Проведение тематических родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Точечный массаж при ОРВИ» • «Изготовление чесночных бус, кулонов для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей» • «Родь оздоровительных упражнений для развития равновесия, гибкости суставов» • «Как уберечь детей от простуды» • «Основы правильного питания» • «Как уберечь ребенка от травм» • «Контрастное воздушное и водное закаливание»
2.	Педагогически беседы с родителями (индивидуальные, подгрупповые) по проблемам
3.	Дни открытых дверей
4.	Участие в разработке физкультурно-оздоровительных проектов и оформлении мультимедийных презентаций
5.	Показ практических занятий по физической культуре
6.	Совместные спортивные праздники и развлечения
7.	Круглые столы с привлечение специалистов детского сада
8.	Родительский клуб «Здоровье для всех»
10.	Оформление тематических фото - стендов, рукописных семейных книг, плакатов
11.	Участие в творческих конкурсах
12.	Участие в организации и проведении дней Здоровья
13.	Обучение родителей принципам оздоровительных технологий
14.	Оформление «Уголков здоровья» в каждой возрастной группе

Для приобщения родителей к здоровому образу жизни в дошкольном отделении проводятся совместные оздоровительные мероприятия, занятия,

развлечения, досуги, соревнования, выставки, выпуск стенгазеты, конкурсы, викторины и т.д.

План мероприятий по реализации программы:

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», спортивно-музыкальных развлечений «Мама, папа, я – спортивная семья», праздников.
2. Для обогащения родителей знаниями о ЗОЖ разработать серию игровых практикумов «Здоровая семья – здоровый ребенок!» с привлечением специалистов.
3. Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений.
4. Посещение родителями физкультурных занятий, спортивных мероприятий с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
5. Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, беседы, консультации.

4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕСС

Основное методическое обеспечение реализации образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Двигательная деятельность»

Название источника / учебно - методического комплекса	Автор / авторский коллектив	Издательство, год издания
Основная литература		
Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования. Разработана на основе и в соответствии с ФГОС ДО	Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др.	СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.

ДЕТСТВО Примерная основная общеобразовательная программа. Переработано в соответствии с федеральными государственными требованиями	Т. И. Бабаева, О. В. Акулова, М. В. Крулехт, О. В. Солнцева, А. Г. Гогоберидзе, З. А Михайлова	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2011г.
Образовательная область «Физическая культура». Как работать по программе «Детство»	Т. С. Грядкина, научный редактор А. Г. Гогоберидзе	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2012г.
Мониторинг в детском саду. Соответствует «Федеральным государственным требованиям к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования»	Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, М. В. Крулехт, Н. А. Ноткина, З. А. Михайлова, Т. А. Березина, Т. С. Грядкина	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2011г.
Результаты итогового мониторинга образовательного процесса. Уровни овладения необходимыми навыками и умениями по образовательным областям.	Н. В. Верещагина	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2012г.
Результаты итогового мониторинга детского развития. Уровни развития интегративных качеств.	Н. В. Верещагина	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2011г.
Дошкольник 5-7 лет в детском саду. Как работать по программе «Детство». Учебно - методическое пособие	Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, З. А. Михайлова	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2010г.

Дополнительное методическое обеспечение реализации образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Двигательная деятельность»

Название источника / учебно - методического комплекса	Автор / авторский коллектив	Издательство, год издания
Дополнительная литература		
Физкультурные праздники в детском саду. Сценарии спортивных праздников и развлечений.	Т. Е. Харченко	Санкт-Петербург, «Детство - Пресс», 2011г.
Школа мяча	Н. И. Николаева	Санкт-Петербург, «Детство - Пресс», 2008г.

Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3-7 лет. Старшая и подготовительная группы	Ю. А. Кириллова	Санкт-Петербург, «Детство - Пресс», 2008г.
Подвижные игры с бегом (для детей 4-7 лет)	Е. А. Сочеванова	Санкт-Петербург, «Детство - Пресс», 2009г.

Основное методическое обеспечение реализации образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами»

Название источника / учебно - методического комплекса	Автор / авторский коллектив	Издательство, год издания
Основная литература		
Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования. Разработана на основе и в соответствии с ФГОС ДО	Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др.	СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.
Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет	Л. А. Уланова, С. О. Иордан	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2010г.
Мониторинг в детском саду. Соответствует «Федеральным государственным требованиям к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования»	Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, М. В. Крулехт, Н. А. Ноткина, З. А. Михайлова, Т. А. Березина, Т. С. Грядкина	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2011г.
Результаты итогового мониторинга образовательного процесса. Уровни овладения необходимыми навыками и умениями по образовательным областям. Подготовительная группа	Н. В. Верещагина	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2012г.
Результаты итогового мониторинга детского развития. Уровни развития интегративных качеств.	Н. В. Верещагина	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2011г.

Дополнительное методическое обеспечение реализации образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами»

Название источника / учебно - методического комплекса	Автор / авторский коллектив	Издательство, год издания
Дополнительная литература		
Школа мяча	Н. И. Николаева	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2008г.
Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием	Л. Н. Сивачева	Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2003г.
Физкультура для ослабленных детей	В. К. Велитченко	Москва, 2000г.