

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
г.Мурманска № 34

Комплексная программа оздоровления и физического развития детей
в условиях детского сада
«РОСТКИ ЗДОРОВЬЯ»



г.Мурманск

Оглавление:

1. Информационная справка
2. Пояснительная записка
3. Задачи ДООУ, основные пути решения, ожидаемые результаты
4. Задачи физического воспитания, принципы работы
5. Используемые программы
6. Предметно-развивающая среда
7. Блок организационно-методического и материального обеспечения оздоровления детей
8. Задачи адаптации
9. Стратегический план улучшения здоровья детей
10. Расписание утренних гимнастик, график проведения прогулок
11. Работа с детьми с аллергопатологией
12. Принципы полноценного питания детей-аллергиков
13. Каникулярные дни
14. Дети «группы риска»
15. Дополнительные образовательные услуги физической направленности
16. Работа с семьей
17. Тематический контроль
18. Результативность работы по программе

Информационная справка

МДОУ № 34 г. Мурманска было открыто в 1970 году и принадлежало ведомству Мурманского рыбного порта.

В 1996 г. в связи со слиянием с ДООУ № 52 появились специализированные группы для детей с аллергопатологией.

В 2007 г. МДОУ было лицензировано как учреждение комбинированного вида.

МБДОУ – отдельно стоящее здание, расположено внутри жилого комплекса.

Ближайшее окружение – школа № 26, детский городок, зеленая зона Семеновского озера.

Участок МДОУ озеленен, имеет спортивную площадку.

В МБДОУ оборудованы физкультурный и музыкальный залы, логопедический кабинет, кабинет психолога, изостудия, медицинский блок и ряд служебных помещений.

В МБДОУ функционирует 11 групп:

- * одна группа детей раннего возраста общеразвивающего вида (от 1,5 до 3 лет)

- * одна оздоровительная группа раннего возраста для детей с аллергопатологией

(от 1,5 до 3 лет)

- * одна коррекционная группа для детей с тяжелыми нарушениями речи

- * пять оздоровительных дошкольных групп для детей с аллергопатологией

- * три дошкольные группы общеразвивающего вида (от 3 до 7 лет)

Предназначение МДОУ определяется его местом в муниципальной системе образования:

Это дошкольное образовательное учреждение, обеспечивающее право семьи на оказание ей помощи в воспитании и образовании детей раннего и дошкольного возраста, в том числе страдающим аллергопатологией и с тяжелыми нарушениями речи, на основе реализации комплекса мер медико-профилактического характера и усвоения детьми обязательного минимума содержания учебных программ, реализуемых в образовательном учреждении.

Методическая тема МДОУ:

Обновление содержания образовательного процесса по сохранению психофизического здоровья дошкольников в условиях Крайнего Севера.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Программа оздоровления и физического развития детей в условиях ДОУ» – опыт систематизации и научной коррекции оздоровления разных категорий детей:

- Общеобразовательных групп;
- Оздоровительных групп для детей с аллергопатологией;
- Речевых групп.

Различия состава воспитанников потребовали внести коррекцию в организацию физкультурно-оздоровительной работы специалистов, медиков и педагогов ДОУ. На основе современных технологий были разработаны рекомендации по работе с детьми, страдающими аллергопатологией:

- ◆ особенности адаптационной работы;
- ◆ поддержание пищевой диеты;
- ◆ организация гипоаллергенной предметно-развивающей среды;
- ◆ стратегический план улучшения здоровья детей;
- ◆ лечебно-профилактические мероприятия;
- ◆ оптимальная двигательная нагрузка;
- ◆ дополнительная кружковая работа;
- ◆ каникулярные дни;
- ◆ схема валеологической работы;
- ◆ нетрадиционные методы оздоровления.

Данный опыт рекомендуется для организации работы в ДОУ с частоболеющими детьми и детьми, страдающими аллергопатологией.

Задачи ДОУ

1. Сохранять и укреплять здоровье детей. Формировать осознанное отношение к своему здоровью.
2. Формировать у детей двигательные умения и навыки, достигать определенного уровня физической подготовки.
3. Корректировать нарушения речи.
4. Способствовать стиханию кожных проявлений у детей в группах с аллергопатологией.
5. Укреплять связи с семьей в целях обеспечения единства интеллектуального, физического, психического и личностного развития ребенка.

Основные пути решения

1. Разработка и внедрение вариативных программ как комплексных, так и парциальных по оздоровлению и физическому развитию дошкольников.
2. Разработка моделей организации физического воспитания в соответствии с видом и уставом ДОУ.
3. Интегрирование физкультурно-оздоровительной работы с двумя видами деятельности (познавательная, художественно-речевая и др.)
4. Разработка десятидневного меню для детей с аллергопатологией.
5. Оказание квалифицированной медицинской помощи, проведение физиопроцедур под контролем педиатра.
6. Поиск путей оптимизации традиционных видов оздоровительной деятельности с детьми (физкультурные занятия, праздники, досуги).
7. Пропаганда ЗОЖ в коллективе детей и родителей, разработка современных форм активного отдыха воспитанников.
8. Разработка педагогических технологий с целью использования современного физкультурно-спортивного оборудования в работе с детьми.

Ожидаемые результаты

1. Снижение заболеваемости на 5%.
2. Повышение двигательной активности на 10%.
3. Формирование потребности в здоровом образе жизни.

Залог успеха своей деятельности видим прежде всего в скоординированности действий педагогов, медиков и родителей.

Для этого разработана **«Программа оздоровления и физического развития детей в условиях ДОУ»**.

Задачи физического воспитания

Специфические

Общепедагогические

Оздоровительные

*обеспечивать всестороннее и гармоничное развитие физических качеств детей

*способствовать функциональному развитию органов (сердце, легкие и др.) и систем организма (сердечно-сосудистая, дыхательная и др.)

*содействовать формированию гармоничного телосложения, правильной осанки и стопы

*закаливать организм, используя естественные факторы природы (солнце, воздух, вода), различные традиционные и современные методики закаливания

*способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей

Образовательные

- формировать и совершенствовать у дошкольника жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, лазание, метание и т.д.)

- сделать достоянием каждого ребенка элементарные базовые знания по гигиене, анатомии и физиологии человека, валеологии, биомеханике движений, технике выполнения различных упражнений, правилам соревнований по спортивным играм и т.д.

- воспитывать привычку соблюдать режим дня, выполнять правила личной гигиены, потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями

- способствовать развитию воли, целеустремленности

- формировать позитивные качества характера

- способствовать эмоциональному развитию детей

- воспитывать эстетические потребности личности ребенка

Принципы работы

- гуманизм всей педагогической деятельности, создание условий для развития личности, индивидуальности каждого ребенка
- самостоятельность в организации педагогического процесса
- саморазвитие, основанное на современных достижениях психолого-педагогической и медицинской науки

Гарантии ребенка

1. Охрана и сохранение физического и психического здоровья, квалифицированная помощь и коррекция имеющихся недостатков
2. Обеспечение интеллектуального и личностного развития, развития творческих способностей и интересов
3. Забота об эмоциональном благополучии каждого ребенка, право на свободу развития в соответствии с индивидуальными способностями
4. Взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития, обучение родителей методике коррекции
5. Право выбора занятия в группе по интересам.

Используемые программы

а) Л.Д.Глазырина «Физическая культура – дошкольникам»

б) М.Л.Лазарев «Здравствуй!» (программа формирования здоровья детей дошкольного возраста)

Парциальные программы физической направленности выбраны с целью «усиления» разделов Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ № 34 .

Парциальная программа **«Физическая культура – дошкольникам»**

Л.Д.Глазыриной реализуется в дошкольных группах через интеграцию ее содержания в физкультурных занятиях. Инструктор по физической культуре использует игровые сюжетные занятия программы с целью повысить интерес детей к физической культуре, оздоровить детей через организацию занятий в физкультурном зале, на улице, на спортивной площадке, в лесопарке, на горке, на дорожках детского сада.

Парциальная программа **«Здравствуй!»** М.Л.Лазарева реализуется в

оздоровительных группах для детей с аллергопатологией через организацию специальных занятий по музыкально-дыхательному тренингу, которые направлены на оздоровление детей и получение ими валеологических знаний.

Педагоги ДОУ внедряют **инновационные технологии:**

1. Развивающая педагогика оздоровления В.Т.Кудрявцева в дошкольных группах (упражнения на развитие основных движений, мелких мышц руки и лица, музыкально-ритмические упражнения, подвижные игры, силовые упражнения, элементы спортивных игр, закаливание, дыхательные и звуковые упражнения, упражнения для коррекции осанки, профилактики плоскостопия, психогимнастика)
2. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой в дошкольных группах для детей с аллергопатологией, особенно для детей с астматическим компонентом.

Предметно-развивающая среда

Физкультурный зал	Кабинет педагога-психолога	Медико-профилактический центр	Прогулочные участки
*гимнастические стенки *гимнастические скамейки *сухой бассейн *мячи разного размера *обручи разного диаметра *гимнастические палки *атрибуты для общеразвивающих упражнений *кольцебросы *кегли *дуги для подлезания *мишени *спорткомплекс *хип-хопы *скакалки *шипованные дорожки *набивные мячи *мат гимнастический *мешочки с грузом *мячи массажные *корзина баскетбольная *сетка волейбольная	*методическая зона *игровая зона *учебная зона *зона для релаксации	*медицинский кабинет *процедурный кабинет *физиокабинет *изолятор	*спортивная площадка *горки *рукоходы *пеньки *стенка для лазания *щит-мишень *стойки для натягивания сетки, веревки *корзина баскетбольная

Оборудование для физкультурного зала

Тип оборудования	Основной набор	Размеры, масса	Количество
Оборудование для ходьбы, бега, равновесия	Доска гладкая	Длина 240см, ширина 12см	1
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150см, ширина 20см	1
	Дорожка-змейка (канат)	Длина 200см	1
	Массажный круг пластиковый	Диаметр 12см	12
	Дорожка массажная	Длина 200см	1
	Куб полый деревянный	Ребро 20см, 30см	4
	Скамейка гимнастическая	Длина 300см, ширина 24см, высота 40см	2
Оборудование для прыжков	Обручи	Диаметр 50см, 70см, 90см	20
	Гимнастический набор: палки, подставки, зажимы		1
	Мат гимнастический	Длина 200см, ширина 100см	1
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75см	20
	Скакалка короткая	Длина 120-150см	15
	Мяч для футбола	Диаметр 80см, 45см	10
Оборудование для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		4

	Мешочек с грузом	Масса 150-200г	15
	Мишень навесная		1
	Баскетбольный щит с корзиной		1
	Волейбольная сетка	Длина 300см	1
	Городки (набор)		1
	Мяч средний	Диаметр 10-12см, 20-25см	40
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,5кг, 1,0кг	10
	Мяч баскетбольный	Диаметр 18-20см	3
	Мяч для массажа	Диаметр 6-8см	10
Оборудование для ползания и лазания	Дуга большая	Высота 50см, ширина 50см	2
	Дуга малая	Высота 30-40см, ширина 50см	2
	Обруч на стойке	Диаметр 90см	5
	Тоннель	Длина 300см	1
	Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270см, ширина 75см	1
	Комбинированная установка для подвесных снарядов: веревочная лестница, канат, шесты, гимнастические кольца		1

Оборудование для общеразвивающих упражнений	Кольцо пластмассовое	Диаметр 18см	10
	Кубики пластмассовые	Ребро 5см	40
	Флажки		20
	Лента короткая	Длина 50см	20
	Мяч массажер	Диаметр 6-8см	10
	Мяч малый	Диаметр 6-8см	20
	Обруч малый	Диаметр 50см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75см	20

Способы повышения эффективности использования физкультурно-игровой среды

- Создание разных игровых зон: для игр с мячом, ракеткой и воланом, со скакалкой, с обручем, для упражнений с простейшими тренажерами.
- Размещение на стационарном и переносном оборудовании дополнительных видов пособий (с целью подвешивания, прикрепления их и т.п.): доски, ленты, цели для метания.
- Изменение пространственного расположения пособий, рациональная их смена и чередование.
- Объединение разных пособий в определенные комплексы: полоса препятствий, игровые и массажные дорожки, заборчики, домики.
- Создание новизны – за счет смены переносного оборудования, применения новых пособий.

Моделирование вариативной физкультурно-игровой среды для всестороннего развития ребенка

Создание физкультурно-игровой среды определяется программными задачами всестороннего воспитания детей.

Удовлетворение, получаемое в результате преодоления возникающих трудностей различного характера (встречающиеся на пути различные препятствия, нерешительность, волнение, незнание способов выполнения движений), способствуют развитию волевых усилий, обогащению двигательного опыта.

Комплексы упражнений общеразвивающего воздействия с применением различных пособий и предметов (**мячи, обручи, гимнастические палки**) будут содействовать укреплению разных групп мышц и мышечного тонуса. Для укрепления мышц стопы и профилактики плоскостопия следует широко использовать различные массажеры, мелкие предметы (**колечки, палочки, шарики** – для захвата пальцами ног), ребристые доски.

В процессе выполнения разных видов упражнений с использованием пособий (**прыжки через скакалку, лазанье по канату**) у детей формируются двигательные навыки.

Физические упражнения могут выполняться с мелкими физкультурными пособиями (**резиновым кольцом, флажком, веревкой, палкой, обручем, мячом**), на гимнастической стенке, бревне, рукоходе, на санках или около этого оборудования (у **гимнастической стенки, скамейки, бревна** и др.)

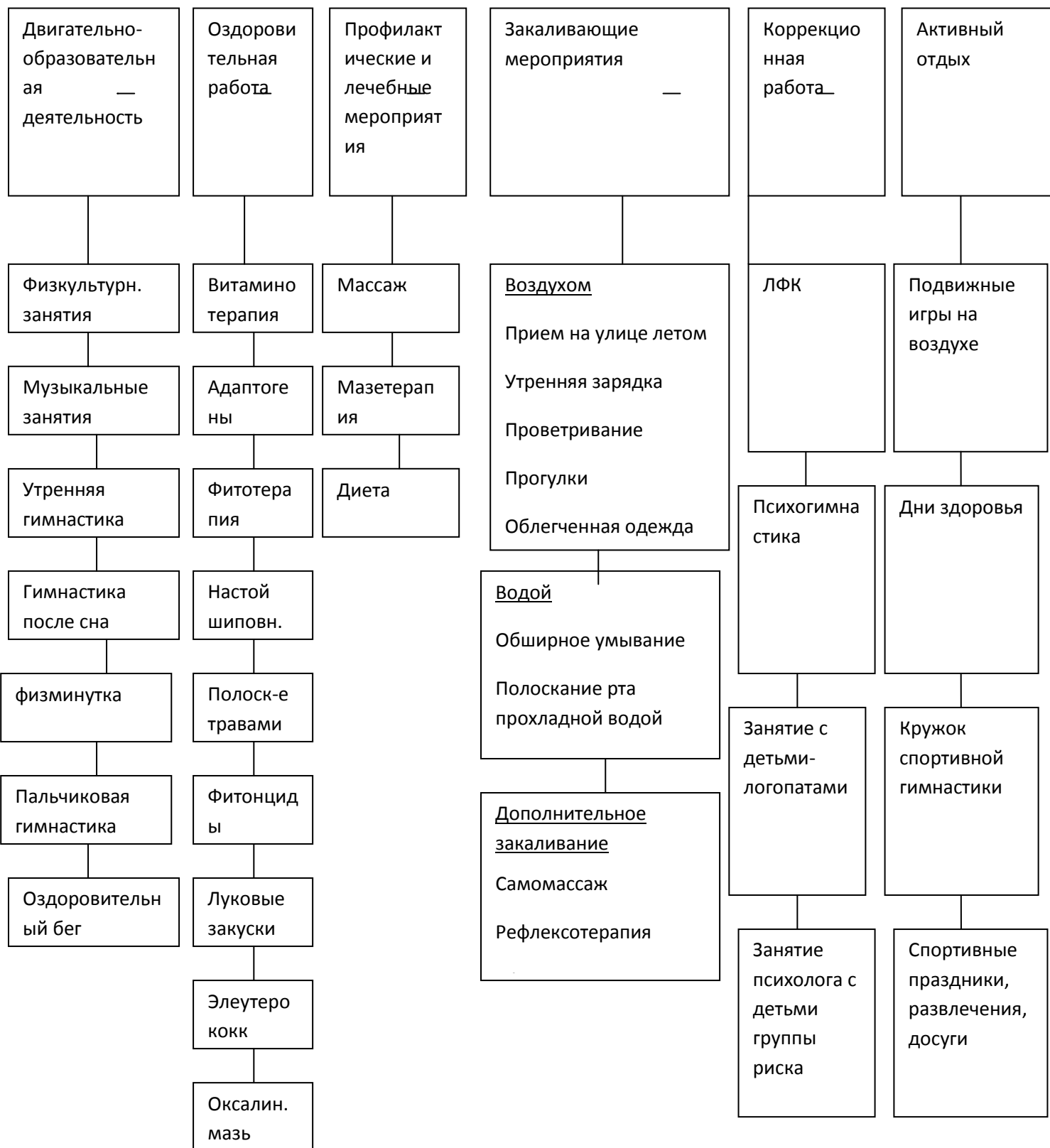
Физкультурные пособия в значительной мере способствуют повышению интереса к выполнению различных двигательных заданий в необычных условиях (на улице, на спортивной площадке), что ведет к удовлетворению потребности в двигательной активности, а также благотворно сказывается на состоянии здоровья, физическом и умственном развитии.

Рациональная организация двигательной активности детей в сочетании с многообразием условий физкультурно-игровой среды формирует у них привычку к регулярным занятиям физической культурой.

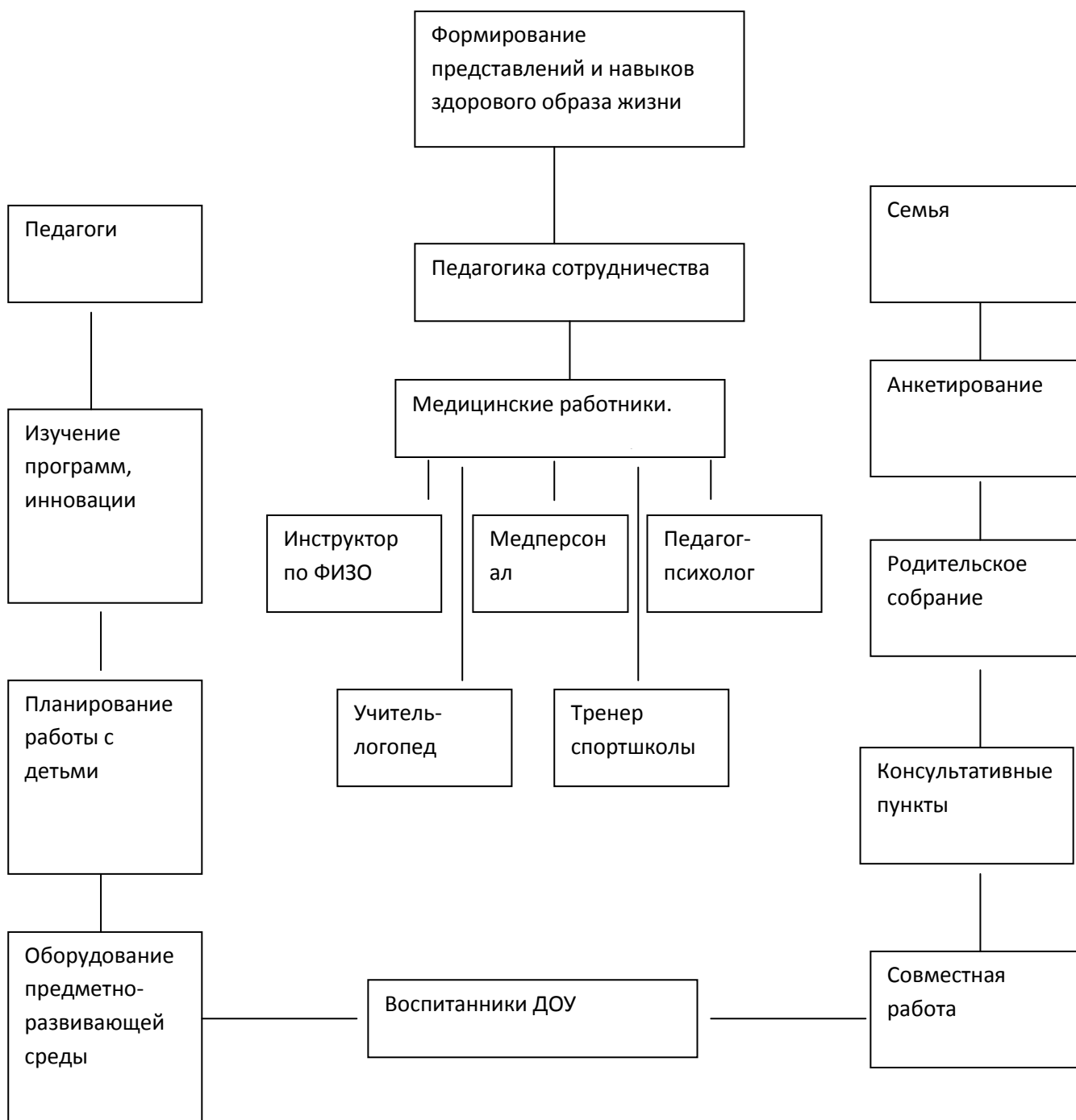
Блок организационно-методического и материального обеспечения оздоровления детей



Блок – система воспитательно-образовательной, оздоровительной, профилактической и коррекционной работы



Модель организации работы по формированию представлений и навыков здорового образа жизни



Задачи адаптации

1. Помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками, с учетом возрастных и индивидуальных возможностей детей.
2. Помощь персоналу детского сада в установлении отношений с детьми и их родителями.
3. Помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, посещающими эту группу, с сотрудниками детского сада.

Задачи психолога в период адаптации

1. Прогноз вероятной степени адаптации ребенка.
2. Разработка схемы введения ребенка в группу детского сада.
3. Консультирование родителей.
4. Консультирование персонала.

Задачи первой встречи с семьей

1. Провести предварительную диагностику ребенка.
2. Выявить особенности семейного воспитания.
3. Дать возможность родителям проговорить свои опасения, связанные с помещением ребенка в детский сад.
4. Прояснить намерения и возможности родителей в организации первого месяца пребывания ребенка в детском саду.
5. Дать индивидуальные рекомендации по подготовке ребенка к посещению детского сада.

Результаты адаптации

Учебный год	Количество вновь поступивших детей в младшие группы	Уровень адаптации
2013-2014	20	Легкая – 75% (15) Средняя – 20% (4) Тяжелая – 5% (1)
2014-2015	27	Легкая – 59% (16) Средняя – 33% (9) Тяжелая – 8% (2)

2015-2016	23	Легкая – 61% (14) Средняя – 39% (9) Тяжелая – нет
-----------	----	---

Использовалась методика А.Остроуховой (карты адаптации).

Оценивались поведенческие реакции ребенка по:

- эмоциональному состоянию,
- коммуникабельности,
- послеполуденному сну,
- аппетиту.

Определялись сроки привыкания.

Памятка родителям по сопровождению процесса адаптации ребенка

Как вести себя с ребенком:

- показать ребенку его новый статус (он стал большим),
- не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни,
- обратить внимание на положительный климат в семье,
- следует снизить нервно-психическую нагрузку,
- сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребенка, специфике режимных моментов и т.д.
- при выраженных невротических реакциях не посещать учреждение несколько дней.

Как не надо:

- отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах,
- не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка,
- препятствовать контактам с другими детьми,
- увеличивать нагрузку на нервную систему,
- одевать ребенка не по сезону,
- конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

Стратегический план улучшения здоровья детей

№	Содержание	Группа	Периодичность	Ответственные	Время
1.	<i>Оптимизация режима</i>				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Яс.,мл. гр.	ежедневно	Воспитатели Психолог врач	сент
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индив. особенностей	1 - 11		Психолог врач	Уч.год
2.	<i>Организация двигательного режима</i>				
	Физкультурные занятия	1 - 11	2-3 раза в нед.	Физорг в дошк.гр.	Уч.год
	Гимнастика после дневного сна	1 - 11	ежедневно	воспитатель	Уч.год
	Прогулки с включением подвижных игр	1 - 11	ежедневно	воспитатель	Уч.год
	Музыкально-ритмические занятия	1 - 11	2 раза в нед.	Муз.рук. воспитатель	Уч.год
	Спортивный досуг	Дошк.гр		физорг	Уч.год
	Гимнастика для глаз	1 - 11	На занятиях	воспитатель	Уч.год
	Пальчиковая гимнастика	1 - 11	3-4 раза в день	Воспитатель логопед	Уч.год
	Оздоровительный бег	Ст.,подг гр.	ежедневно	воспитатель	Осень весна
3.	<i>Охрана психического здоровья</i>				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	1 - 11	ежедневно	Воспитатель специалисты	Уч.год
4.	<i>Профилактика заболеваемости</i>				
	Точечный массаж	Дошк.гр	3-4 раза в день	воспитатель	Уч.год
	Дыхательная гимнастика	1 - 11	3 раза в день	воспитатель	Уч.год
	Оксалиновая мазь	1 - 11	Перед прогулкой	Медсестра воспитатель	зима
5.	<i>Оздоровление фитонцидами</i>				

	Чесочно-луковые закуска	1 - 11	Перед обедом	медсестра	
	Чесночные амулеты	1 - 11	В теч.дня	воспитатель	зима
6.	<i>Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка</i>				
	Воздушные ванны	1 - 11	ежедневно	воспитатель	Уч.год
	Прогулки на воздухе	1 - 11	ежедневно	воспитатель	Уч.год
	Хожение босиком по «дорожке здоровья»	1 - 11	После сна	воспитатель	Уч.год
	Обширное умывание	1 - 11	После сна	воспитатель	Уч.год
	Обливание ног	1 - 11	До сна	воспитатель	лето
	Игры с водой	1 - 11	На прогулке	воспитатель	лето
	Полоскание рта	Дошк.гр	После обеда	воспитатель	Уч.год
7.	<i>Лечебно-оздоровительная работа</i>				
	Лечебное полоскание горла	ЧБД	После сна	медсестра	Уч.год
	<i>Витамиотерапия</i>				
	«Ревит», поливитамин	1 - 11	1 раз 10 дней	медсестра	зима
	Шиповник	1 - 11		медсестра	зима
	Витаминизация третьего блюда	1 - 11	ежедневно	медсестра	зима
	<i>Природные адаптогены</i>				
	Элеутерококк	1 - 11	ежедневно	медсестра	зима
8.	<i>Работа с детьми, имеющими плоскостопие, нарушения осанки</i>				
	Корректирующая гимнастика	Дошк.гр.	2 раза в неделю	физорг	Уч.год
	Ароматизация спален травами	Кроме АД	Во время сна	медсестра	Уч.год

РАСПИСАНИЕ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

Группа	Физкультурный зал с инструктором по физической культуре	Музыкальный зал с музыкальным руководителем
Младшая группа	08.07 – 08.12	
Младшая группа АД		08.07 – 08.12
Средняя группа	08.15 – 08.20	
Средняя группа		08.15 – 08.20

Старшая группа АД		08.23 – 08.30
Логопедическая группа	08.23 – 08.30	
Подгот. группа АД		08.33 – 08.40
Подгот. группа	08.33 – 08.40	

Группы раннего возраста – в групповой комнате 08.10 – 08.15

ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГУЛОК

	Утренний прием	Одевание	Дневная прогулка	Одевание	Вечерняя прогулка
Группы раннего возраста	07.00 – 08.00	09.30 – 09.45	09.45 – 11.15	17.15 – 17.30	17.30 – 19.00
Младшие группы	07.00 – 08.00	09.40 – 10.00	10.00 – 11.30	17.15 – 17.30	17.30 – 19.00
Средние группы	07.00 – 08.00	09.55 – 10.15	10.15 – 11.45	17.15 – 17.30	17.30 – 19.00
Старшие группы	07.00 – 08.00	10.35 – 10.50	10.50 – 12.20	17.15 – 17.30	17.30 – 19.00
Подготовительные группы	07.00 – 08.00	10.45 – 11.00	11.00 – 12.30	17.15 – 17.30	17.30 – 19.00

Направления работы на оздоровительных группах для детей с аллергопатологией

1. Работа с кадрами.

- * подготовлен медицинский, педагогический и обслуживающий персонал для работы с данными детьми
- * созданы условия пребывания детей в группе, удалены аквариумы, животные, растения, мягкие игрушки, перьевые подушки
- * выработаны требования к одежде детей
- * определен режим дня с учетом медицинских процедур и более длительного пребывания детей на свежем воздухе
- * физиокабинет МДОУ пополнен медицинскими аппаратами
- * увеличен медицинский штат

2. Лечебно-оздоровительные мероприятия.

- * мазевая терапия
- * медикаментозная терапия
- * фитотерапия
- * массаж
- * гипоаллергенная диета
- * консультации врача – аллерголога

3. Воспитательно-образовательный процесс.

- * внедряется парциальная программа М.Л.Лазарева «Здравствуй!»
- * внесены изменения в содержание занятий по изобразительности, лепке
- * уменьшена нагрузка на физкультурных занятиях
- * введена музыкальная релаксация в режимные моменты
- * организована работа с родителями, которая продолжается по окончании ДОУ

4. Критерии оздоровления.

- * стихание кожных проявлений
- * улучшение показателей физического развития
- * отсутствие обострений очагов инфекции
- * привитость детей

Схема оздоровительных мероприятий для детей с аллергопатологией

1. Создание оптимальных санитарно-гигиенических условий внешней среды (постоянно).
2. Щадящий индивидуальный режим (постоянно).
3. Рациональное питание с обогащением пищи витаминами, минеральными солями, микроэлементами, с исключением аллергенов, ограничением соли, углеводов. Дома ребенку ежедневно давать фрукты, соки.
4. Физическое воспитание в объеме программы с обеспечением индивидуального подхода и по показаниям щадящее. Использование элементов дыхательной гимнастики при проведении утренней гимнастики, физкультурных занятий, физических упражнений после дневного сна.
5. Использование закаливания воздухом, предупреждение перегрева ребенка. Обеспечение рационального сочетания температуры воздуха и одежды ребенка, достаточное пребывание детей на воздухе, рациональная организация сна.
6. Антигистаминные препараты (тавегил, супрастин, глюконат калия и др.)
7. Фитотерапия (по показаниям) дома – ванны с чередой, дубовой корой. По показаниям – местная терапия (мази).
8. Щадящий метод иммунопрофилактики на фоне гипосенсибилизирующих препаратов.
9. Санация кариозных зубов.
10. Физиотерапия – УФО.

План оздоровительных мероприятий для детей с аллергопатологией

Сентябрь:

1. Фитотерапия – успокаивающие сборы в виде настоев
2. Ароматерапия – сухие успокаивающие сборы во время сна
3. Натуропатия – использование в питании морской капусты

Октябрь:

1. Фитотерапия – успокаивающие сборы для вновь поступающих
2. Адаптогены растительного происхождения: элеутерококк – 2 нед.
3. Витаминотерапия - витамины группы В – 2 недели
4. Натуропатия – полоскание горла чесночным настоем перед прогулкой
5. Точечный массаж

Ноябрь:

1. УФО + витамины («Витрум»)
2. Натуропатия
 - ношение чесночных бус;
 - чесночные полоскания;
 - чесночные ингаляции по показаниям;

- использование в пищу йодированной соли;
- 3. Пробиотики - биокефир
- 4. Санэпидрежим – жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевание.

Д е к а б р ь:

1. Лекарственная терапия – иммунал; оксолиновая мазь
2. Адаптогены – рыбий жир
3. Натуропатия – сок, фрукты на полдник

Я н в а р ь:

1. Фитотерапия – противодиатезные сборы
2. Натуропатия:
 - чесночные полоскания;
 - чесночные ингаляции;
 - минеральная вода «Боржоми»;
 - сок, фрукты на полдник.

Ф е в р а л ь:

1. Витаминотерапия – витамины группы В
2. Фитотерапия – желчегонный сбор, наринэ
3. Натуропатия – мин.вода «Славяновская», пшеничные отруби
4. Оливковое масло – 2 нед.

М а р т:

1. Витаминотерапия – «Витрум» – 2 недели.
2. Натуропатия – соки на полдник, чесночные бусы
3. Лекарственная терапия: иммунал, оксолиновая мазь – по показаниям
4. Точечный массаж

А п р е л ь:

1. УФО + витамины
2. Лекарственная терапия: иммунал, оксолиновая мазь – по показаниям
3. Натуропатия :
 - полоскание горла чесночным настоем перед прогулкой;
 - оливковое масло натошак – 2 нед.;
 - минеральная вода «Ессентуки-4» - 2 нед.
4. Санэпидрежим – жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевание

М а й:

1. Фитотерапия – «Аверин чай» – противодиатезный сбор
2. Натуропатия – соки, фрукты на полдник; морская капуста

Основные направления валеологического образования детей

Младшая и средняя группы:

- развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела, освоение проживания
- знакомство со схематическим изображением лица
- развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику
- развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания
- развитие способности к пониманию символических обозначений различных эмоциональных состояний
- развитие представлений о группе, принадлежности к ней, освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим детям
- развитие положительного отношения к себе и к своему имени
- развитие представлений детей о принадлежности к женскому или мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек

Старшая и подготовительная группы:

- развитие представлений о своем теле:
 - а) опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела
 - б) кожа и кровеносная система
 - в) дыхательная и пищеварительная система
 - г) нервная система и органы чувств
- развитие представления о себе и о своей семье

Все группы:

- на занятиях по физической культуре и ритмике беседы и пояснения о пользе и влиянии на организм физических упражнений

ПЛАН РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ М.Л. ЛАЗАРЕВА «ЗДРАВСТВУЙ!»

Мероприятия	Ответственный
1. Направление на курсы по программе М.Л.Лазарева «Здравствуй!» педагогов ДОУ	Ст. восп.
2. Консультация для воспитателей «Современные оздоровительные программы»	Ст. восп.
3. Создание условий: <ul style="list-style-type: none">а) приобретение программыб) изготовление пособий, дидактических игр для занятий кружкав) изготовление оздоровит. карточек	Ст. восп.

г) составление перспективных планов по углубленной теме	
4. Использование диагностики из программы «Здравствуй!» музыкальным руководителем, физоргом, воспитателями.	Ст. восп.
5. Показ открытых моментов внутри д/сада, для курсов МОИПКРО	Ст. восп.
6. Конференция для родителей «Дорога в страну Здоровье»	Заведующая Ст. восп. Ст. медсестра
7. Творческие отчеты педагогов на педсоветах	Ст. восп.
8. Обобщение опытов работы педагогами, работающими на АД группах	Ст. восп.
9. Внедрение АРТ-терапевтических технологий на группах АД	Ст. восп.
10. Педчасы врача—аллерголога для воспитателей	Заведующая врач

ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГОПАТОЛОГИЕЙ

НАПРАВЛЕНИЯ И МЕРОПРИЯТИЯ	ГРУППА	ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ	ПРОДОЛЖИ ТЕЛЬНОСТЬ (МИН.)
1. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА			
1. Утренняя гимнастика	все	8.00-8.30	7-10
2. Физкультурные занятия	все	По сетке 2 раза в неделю	15-30
3. Физкультурные занятия на улице	ст. гр., подг. гр.	По сетке 1 раз в неделю	25-30
4. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	все	По необходимости	3-5
5. Физкультминутка	все	Во время занятий	3-5
6. Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная деятельность детей	все	Во время прогулок	Не менее 3-х часов
7. Самостоятельные игры в помещении с элементами двигат. активности. Использование пособий физ. уголка.	все	Свободное от занятий время	30-40
8. Физкультурный досуг	все	1 раз в месяц	15-30
9. Соревнования, эстафеты	ст. гр. подг. гр.	По плану	25-30
10. Спортивные праздники	дошк. гр.	3 раза в год	30
11. Кружок «Адаптивная физкультура»	ср.гр., ст. гр., подг. гр.	2 раза в неделю	30
12. Хореография	дошк. гр.	2 раза в неделю	30
13. Дыхательная гимнастика на	дошк. гр.	2 раза в неделю	30

основе вокала			
14. Совместная физк.-оздоровит. работа ДОУ и семьи -неделя здоровья «Белый медвежонок» -день здоровья «Здравствуй, Солнце!» -«Веселые старты» - участие родителей в массовых городских пробегах, соревнованиях вне ДОУ	все	По желанию родителей	30
15.Индивидуальная работа по развитию движений	все	ежедневно	15
16. Посещение спортивного зала и галереи: подвижные игры, занятия на тренажере, купание в «сухом» бассейне, игры с хип-хопами	все	По графику работы зала	15-30
2. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ			
1.Закаливающие мероприятия -прием детей на улице -проветривание помещений - воздушные ванны -гимнастика после сна -обширное умывание -сон без маек -оздоровительный бег -ходьба босиком	дошк. гр. все все все все дошк. гр. все	летне-осенний период по графику после сна после сна после сна после сна в конце прогулки после сна	35 В соотв. с САН ПИН 3-7 7-15 5 1,5 часа 3-7 3-7
2. Профилактические мероприятия -самомассаж ушных раковин -самомассаж стоп (ходьба по дорожкам здоровья) -полоскание рта и горла -фитотерапия -дыхательная гимнастика -сухие бассейны для рук	дошк. гр. все ст. гр., подг. гр. дошк. гр. все все	на физ. занятиях после сна после обеда по плану на физ. занятиях по плану	3 3-7 3 постоянно 3 постоянно
3. Просветительская работа -журнал «Здоровячок» -информационные уголки здоровья -библиотечка для родителей -выставки детских рисунков по ЗОЖ	все все все все	По желанию родителей	постоянно
3. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА			
1.Упражнения для профилактики плоскостопия	все	На физ. занятиях	3-5
2.Упражнения на формирование правильной осанки	все	На физ. занятиях	3-5
3.Реабилитация после болезни	все	На физ. занятиях	Постоянно

4.Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений	дошк. гр.	По плану физорга	Постоянно
5.Коррекция психоэмоциональной сферы	дошк. гр.	По плану психолога	Постоянно
6. Элементы релаксации, психогимнастика и арт-терапии	все	По необходимости	5-7
7. Наличие паспорта закрепления мебели в соответствии с ростовыми данными детей и маркировка, корректировка мебели 2 раза в год	все	В течении года	-
4. СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ			
1. Формирование навыков личной гигиены - наличие индивидуальных и личных туалетных принадлежностей -обучение (объяснение, напоминание, поощрение) - демонстрация схем, моделей, правил гигиены - беседы о полезности, целесообразности и необходимости выполнения правил личной гигиены - демонстрация информативного и дидактического материала на тему «Я и мое здоровье» -кружковая работа по ЗОЖ	все	В соответствии с режимом, с учетом необходимости	постоянно
2. Формирование навыков культуры питания - сервировка стола -эстетика подачи блюд -этикет приема пищи -кружковая работа по формированию знаний о вредной и полезной пище -работа по осознанию пищевой диеты	все	В соответствии с режимом питания, с учетом необходимости.	Постоянно
3. Создание развивающей среды -оформление оздоровительных уголков -создание физкультурных уголков с атрибутами -продумывание организации среды в соответствии с диагнозом детей -внесение дидактического материала по ЗОЖ	все	С учетом необходимости.	Постоянно

Формы работы с детьми

Физкультурно-оздоровительные мероприятия	Сохранение психического здоровья	Закаливание	Медико-профилактические мероприятия	Организация рационального питания
<ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика в облегченной одежде - пробуждающая и бодрящая гимнастика после сна - соблюдение двигательного режима в течение дня - три физкультурных занятия в неделю - пролонгированный сон в проветренном помещении - две прогулки в день на свежем воздухе - физминутки на занятиях - зрительная гимнастика - самомассаж - дыхательная гимнастика - элементы спортивных игр - физдосуги и развлечения - купание в «сухом бассейне» - валеологическая работа 	<ul style="list-style-type: none"> - элементы психогимнастики - программа адаптации - игры-релаксации - коммуникативные игры - минуты тишины - музыкотерапия в режимных моментах - спонтанный танец - каникулярные недели - выявление детей группы риска - разработка индивидуальных маршрутов развития 	<ul style="list-style-type: none"> - хождение по «дорожкам здоровья» после дневного сна - босохождение на физзанятиях - полоскание полости рта после обеда - закаливание носоглотки - прогулки на воздухе - сон без маек - обширное умывание прохладной водой - игры с водой - соблюдение режима проветривания - использование рациональной одежды для группы и улицы - обливание ног в летний период 	<ul style="list-style-type: none"> - медицинские осмотры педиатром и врачом-аллергологом - мазетерапия - фитотерапия - витаминотерапия - использование бактерицидных ламп, ионизаторов воздуха - профилактические мероприятия против гриппа и ОРВИ - УФО - гигиенические процедуры - работа физорга по профилактике плоскостопия и нарушений осанки 	<ul style="list-style-type: none"> - меню 10-дневка - питьевой режим - гипоаллергенная диета - индивидуальные замены блюд - ведение пищевых дневников на группах АД - витаминизация третьего блюда

Нетрадиционные методы оздоровления детей

Самомассаж	<ul style="list-style-type: none"> - точечный массаж - массаж пальцев и кистей рук - игровой массаж спины - массаж ушей - массаж шеи и головы - массаж рефлекторных зон ног
Зрительная гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> - тренажер для коррекции зрения - упражнения со зрительными метками

	- гимнастика для глаз
Пальчиковая гимнастика	- упражнения для пальчиков рук - упражнения для рук с предметами - гимнастика для пальцев ног
Психогимнастика	- мимические и пантомимические этюды - игры на выражение отдельных качеств характера и эмоций - этюды и игры, имеющие психотерапевтическую направленность - психомышечная тренировка
Дыхательная гимнастика	- методика парадоксального дыхания А.Н.Стрельниковой - звукотерапия - дыхательные игры
Песочная игротерапия	- игры на развитие тактильно-кинестетической чувствительности рук - игры-упражнения на развитие мелкой моторики рук

Закаливающие процедуры

Воздухом

- Утренний прием на улице в летне-осенний период;
- воздушные ванны после сна;
- облегченная одежда в соответствии с сезоном;
- прогулки;
- оптимальный температурный режим;
- сон с доступом свежего воздуха;
- хождение босиком по «дорожке здоровья»;
- дыхательная гимнастика (звуковая, физиологическая, фоноционная);
- дневной сон без маек;
- соблюдение графика проветривания (сквозное без детей, одностороннее)

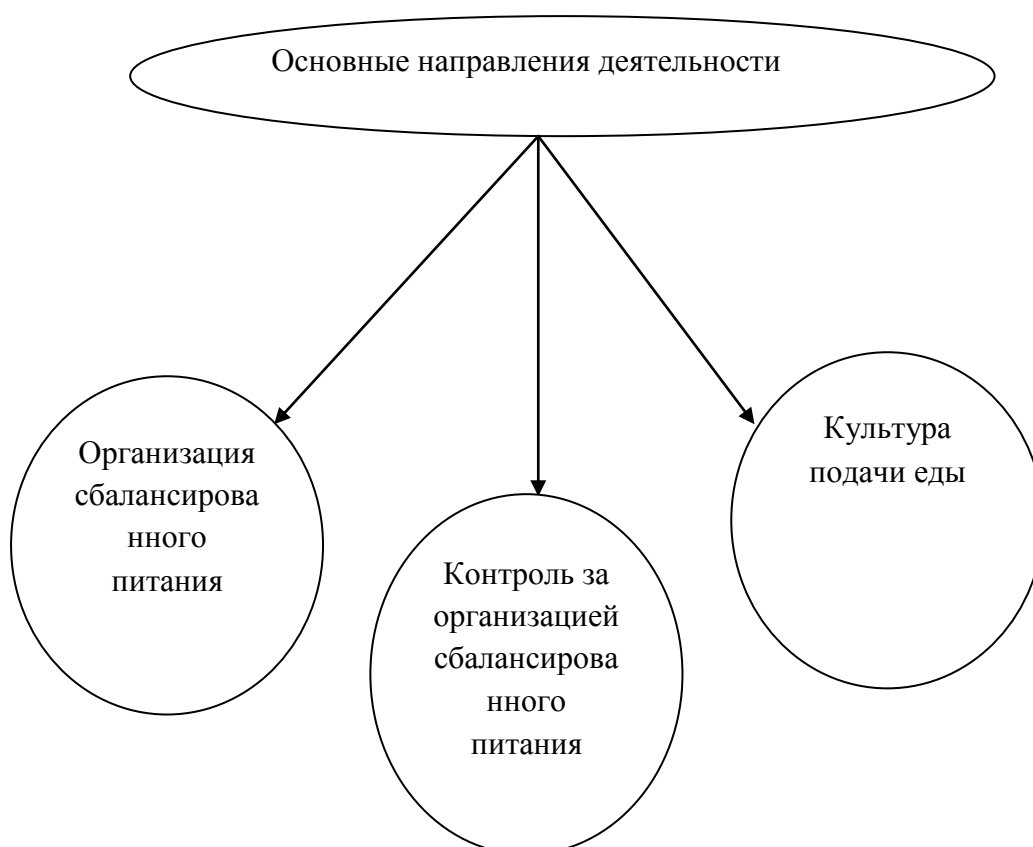
Водой

- обширное умывание;
- игры с водой;
- мытье рук до локтя;
- полоскание зева после еды

Принципы обеспечения полноценного питания детей

1. В организации питания следует придерживаться естественной потребности ребенка, исключить насилие. Старшие дети определяют свою норму самостоятельно, а малыши – с помощью взрослых по договоренности.
2. Практикуется использование общего стола для детей и воспитателей (обед или сладкий стол). При этом культура еды прививается через подражание взрослым.
3. В организации питания следует использовать рекомендации Н.Амосова, В.Леви, Г.Шаталовой. Объяснить детям, что пищу, которую взял, выбрасывать аморально.
4. В питании должны преобладать овощи, фрукты, злаки, бобовые, лук, чеснок. Применять в пищу следует продукты нерафинированные, естественные.

Питание в ДОУ



Меню дней здоровья

Понедельник

Завтрак – Запеканка «Мечта спортсмена»

Чай «Бодрость»

Булка «Толстячок»

Обед - Салат «Красная бейсболка»

Суп «Богатырский»

Плов «Быстрые ноги»

Ужин - Салат «Здоровье»

Какао «Чемпион»

Плюшка «Объединение»

Вторник

Завтрак – Макароны с сыром «Спортивные дорожки»

Чай «Настроение»

Печенье «Шахматное»

Обед - Чеснок «Здоровая улыбка»

Салат «Догонялки»

Суп «Кто быстрее»

Запеканка «Силачи»

Компот «Дружные ребята»

Ужин – Крокеты «Геркулес»

Морс «Здоровячки»

Среда

Завтрак – Каша «Солнечный лучик»

Кофе «Минутка»

Обед - Салат «Ледяная гора»

Борщ «Красная заря»

«Снежки» в соусе

Компот «Эстафета»

Ужин – Салат «Дружная команда»

Чай «Старт»

Сухарик «Смелость»

КАНИКУЛЯРНЫЕ ДНИ

День физкультурника

1. Утренняя аэробика.
2. Коллективная лепка «Стадион»
3. Составление альбома пословиц о здоровье, спорте
4. Физдосуг в спортзале «Физкульт-ура!»
5. Санные катания на прогулке
6. Разучивание считалок для проведения подвижных игр
7. Игры с атрибутами в физуголке
8. Семейный картопробег на неделю «В страну здоровья»

День гигиены

1. Ритмическая гимнастика
2. Составление кроссвордов на тему личной гигиены
3. Экспериментально-опытническая работа «Микробы передаются руками»
4. Выпуск санитарной газеты «Чистота – залог здоровья»
5. Дидактическая игра «Придумай рассказ о том, что было бы...
- если люди не умывались,
- если люди не стирали одежду,
- если бы не было ложек и т.д.
6. Разучивание песни «Микробы и мыло»
7. Подвижные игры на прогулке
8. Игровой тренинг «Чистка зубов»

Природа – источник здоровья

1. Звериная зарядка
2. Викторина «Как вести себя в природе»
3. Фитотерапия с посещением медицинского кабинета
4. Конкурс стихов о силе, ловкости, выносливости зверей
5. Подвижные игры в физкультурном зале с героями-животными
6. Оздоровительный бег после прогулки
7. Экологическая акция «Кормушки для птиц»
8. Беседа «Опасности в природе» - гроза, ядовитые растения, опасные насекомые, домашние животные – друзья или враги

День спорта

1. Занятия на тренажерах
2. Репортаж «Мой спортивный уголок дома»
3. Спортивный праздник на улице
4. Конкурс рисунков о спорте с родителями
5. Вечер спортивных загадок
6. Заполнение странички «Спорт для здоровья»:
 - я могу подтянуться...раз
 - я могу прыгнуть...раз
 - я могу отжаться...раз
 - я могу присесть...раз
7. Игровой тренинг «Нахождение пульса» в спокойном состоянии и после физической нагрузки
8. Занятия адаптивной физкультурой

День подстерегающих опасностей

1. Утренние игры малой подвижности
2. Выпуск листовок «Как избежать беды»
3. Урок «Основы безопасности жизнедеятельности»
4. Сюжетно-ролевые игры по правилам дорожного движения
5. Изготовление фриза «Опасные предметы» (острое, колющее, режущее, ядовитое, электроприборы, воспламеняющиеся)
6. Целевая прогулка к светофору
7. Чтение С. Михалкова «Дядя Степа», С. Маршака «Кошкин дом», «Рассказ о неизвестном герое»
8. Игровой тренинг «Как вызвать помощь по телефону»
9. Разучивание песни «Остановись, подумай»

День здоровячков

1. Танцевальная гимнастика
2. Изготовление цветка здоровья
3. Урок здоровья по программе «Здравствуй!»
4. Викторина «Вредно – полезно»
5. Придумывание антирекламы вредных продуктов
6. Спортивные зимние игры на прогулке
7. Дыхательные игры с воздушными шарами, соломинками, пушинками после дневного сна
8. Разучивание песни «Знай свое тело»
9. Дидактическая игра «Что вредно, а что полезно для глаз, ушей, кожи»

10.Драматизация по сказке К.Чуковского «Айболит»

11.Консультация для воспитателей «Целебный мир запахов, звуков и красок»

День борьбы с вредными привычками

1. Силовая гимнастика
2. Конкурс сказок «Как Стобед отучился грызть ногти», «Никотиновая сказка», «Как стать чистюлей»
3. Занятия по ОБЖ «Научись говорить нет»
4. Разучивание песни «Это вредная еда»
5. Экспериментально-опытническая работа «Курить – здоровью вредить» с курительной машиной
6. Лыжный пробег на прогулке
7. Чтение рассказов о Стобеде

Ежедневно

- физкультурные занятия по сетке
- гимнастика после сна
- разные виды гимнастик (зрительные, пальчиковые, дыхательные)
- психогимнастика
- самомассаж
- музыкотерапия в режимных моментах

Дети «группы риска»

Группы критериев	Критерии, определяющие «группу риска»
Медицинские	<ul style="list-style-type: none">- имеют хронические заболевания внутренних органов- имеют проблемы с органами слуха, зрения, речи- часто и длительно болеют- состоят на учете у психоневролога- перенесли сложные медицинские операции- перенесли стрессы
Социальные	<ul style="list-style-type: none">- живут в асоциальной семье- живут в малообеспеченной семье- в семье беженцев, переселенцев (проблемы адаптации, языковые проблемы)
Педагогические	<ul style="list-style-type: none">- по результатам педагогической диагностики имеют

	<p>низкий уровень</p> <ul style="list-style-type: none"> - педагогическая запущенность - познавательная активность низкая
Поведенческие	<ul style="list-style-type: none"> - имеют нарушения поведения - трудности во взаимоотношениях со сверстниками, педагогами, родителями - повышенная тревожность

Кто нуждается в сопровождении?

- дети, имеющие предпосылки к возникновению тех или иных проблем в развитии,
- дети, имеющие проблемы в развитии на данный момент,
- дети, имеющие отклонения в развитии.

МАРШРУТ ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

Ф.И.О. ...

Дата рождения ...

Адрес ...

Опекун ...

Место работы опекуна ...

Медико-психолого-педагогический консилиум выявил следующие проблемы:

1. Медицинская – атопический дерматит.
2. Социальная – неблагополучная семья.
3. Учебно-педагогическая – общее недоразвитие речи, педагогическая запущенность.
4. Поведенческая – упрямство.

Рекомендовано:

1. Учет рекомендаций врача-аллерголога, пищевая диета.
2. Взаимодействие с опекуном по плану работы с семьями группы риска.
3. Подгрупповые коррекционно-развивающие занятия с педагогом-психологом на развитие эмоциональной сферы.
4. Коррекционная работа на логопункте.

МАРШРУТ ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

Ф.И.О. ...

Дата рождения ...

Адрес ...

Медико-психолого-педагогический консилиум выявил следующие проблемы:

1. Медицинская – последствия менингита – ННД.

2. Социальная – неблагополучная семья.
3. Учебно-педагогическая – общее недоразвитие речи, дизартрия, низкий уровень развития памяти, мышления, внимания.
4. Поведенческая – педагогическая запущенность, агрессивность.

Рекомендовано:

1. Наблюдение у невролога, посещение психиатра.
2. Взаимодействие с родителями по плану работы с семьями группы риска.
3. Подгрупповые коррекционные занятия на развитие эмоциональной сферы с педагогом-психологом. Индивидуальные занятия на развитие психических процессов.
4. Рекомендации педагогам группы по работе с агрессивными детьми.
5. Коррекционная работа в логопедической группе.

Реабилитационная программа ребенка-инвалида

Ф.И.О. ...

Дата рождения ...

Адрес ...

Диагноз – бронхиальная астма.

Реабилитационная программа:

1. Создание благоприятного психологического микроклимата в группе для детей с аллергопатологией.
2. Пищевая гипоаллергенная диета.
3. Наблюдение врачом-аллергологом еженедельно.
4. Коррекционная работа с учителем-логопедом на логопункте.
5. Замена обычного пластилина на гипоаллергенный или тесто, исключение рисования гуашью.
6. Снижение нагрузки и интенсивности на физкультурных занятиях.
7. Использование дыхательной гимнастики по методике Стрельниковой.
8. Участие в еженедельных дополнительных занятиях по оздоровительной программе М.Л.Лазарева «Здравствуй!»
9. Создание специальных условий в МДОУ для содержания детей-аллергиков, соблюдение санитарных правил.

**Дополнительные образовательные услуги
физической направленности**

Учебный год	Вид услуги
2007-2009	Оздоровительная дыхательная гимнастика (на основе вокала)
2008-2009	Спортивная гимнастика
2009-2011	Адаптивная физкультура
2011-2012	Хореография
2012-2016	Музыкально-дыхательный тренинг

**Соотношение
дополнительных образовательных услуг
на бесплатной и платной основе**

Платная основа	Бесплатная основа
1. Оздоровительная дыхательная гимнастика на основе вокала (педагог дополнительного образования ДДТ «Лапландия» - Воронович Ольга Евгеньевна)	1. Адаптивная физкультура (тренер ДЮСАШ № 15 – Алексеева Светлана Леонидовна)
2. Спортивная гимнастика (тренер МОУ ДОД ДЮСШ № 1 – Арнаутова Любовь Георгиевна)	2. Музыкально-дыхательный тренинг (музыкальный руководитель МДОУ № 34 -Левина Виолетта Геннадьевна)
3. Хореография (преподаватель хореографии оздоровительного клуба «Калипсо» - Попова Анжела Николаевна)	

Принципы преемственности в работе с семьей

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

Система работы с семьей:

1. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного здоровья.
2. Участие в составлении индивидуальных программ оздоровления детей.
3. Целенаправленная санпросветработа, пропагандирующая общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.
4. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие.
5. Обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания и т.д.).
6. Ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДООУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.).

Формы работы с семьей:

1. Информация в родительских уголках, в папках-передвижках, в библиотеке ДООУ.
2. Консультации.
3. Устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физвоспитанию, а также родителей с опытом семейного воспитания.
4. Семинары-практикумы.

5. Деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми, разбором проблемных ситуаций, решением педагогических кроссвордов и т.д.
6. «Открытые дни» для родителей с просмотром занятий в физкультурном зале, на спортивной площадке, закаливающих и лечебных процедур и т.д.
7. Совместные физкультурные досуги и спортивные праздники.

Семейный клуб «Здоровье»

1 занятие «Профилактика плоскостопия у детей-дошкольников»

1. Особенности строения детской стопы. Понятие о продольном, поперечном и комбинированном плоскостопии. Причины появления плоскостопия.
(Врач функциональной диагностики)
2. Диагностика и профилактика плоскостопия. Плантограмма. Комплекс ЛФК при плоскостопии или для его предупреждения. Самомассаж стоп.
(Медсестра по массажу)
3. Демонстрация оборудования для профилактики плоскостопия – Профилактические дорожки, массажные коврики, массажеры для стоп, кегли, мячи, степы и т.д.
(Инструктор по физвоспитанию)

2 занятие «Профилактика нарушений зрения у дошкольников»

1. Гимнастика для глаз по методике Э.Аветисова. Самомассаж биологически активных точек на лице, зрительная гимнастика.
(Инструктор по физвоспитанию)
2. Работа по схеме зрительно-двигательных траекторий В.Базарного.
(Воспитатель)
3. Рекомендации по использованию ароматерапии для профилактики нарушений зрения. (Медсестра)

3 занятие «Приятного аппетита»

1. Фрагмент занятия по программе «Здравствуй!» - «В стране Манной каши»
(Воспитатель, музыкальный руководитель)
2. Только овощи и фрукты – вот полезные продукты
(Врач-аллерголог)
3. Дегустация диетических блюд.
(Повар)

План проведения тематического контроля

Тема: «Организация работы с детьми дошкольного возраста по физическому воспитанию»

Цель: выявить эффективность работы педагогов по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

Возрастная группа: дошкольные группы от 3 до 6 лет.

Дата проведения:

Воспитатели:

Объекты контроля	Цель	Дата проведен	Ответств
Планы работы педагогов	Выявить систему и вариативность планирования работы по физическому воспитанию		Ст.восп.
Развивающая среда в групповых комнатах	Выявить наличие и разнообразие инвентаря и атрибутов для организации физического воспитания в группах		Инстр.по физкульт
Организация профилактических и оздоровительных мероприятий	Выявить систему организации и проведения профилактических и оздоровительных мероприятий с воспитанниками		Ст.м/с
Организация индивидуальной и коррекционной работы с детьми	Определить умение педагогов эффективно организовывать индивидуальную и коррекционную работу с воспитанниками		Ст.восп.
Проведение подвижных игр с воспитанниками	Определить эффективность и умение организовать с воспитанниками подвижные игры в соответствии с требованиями программы, физическими возможностями детей		Инстр.по физкульт
Проведение утренней гимнастики	Выявить умение организовывать и методически грамотно проводить утреннюю гимнастику в соответствии с медицинскими показаниями воспитанников		Ст.восп., ст.м/с
Проведение занятия по физической культуре	Выявить систему физического воспитания детей дошкольного возраста, умение грамотно организовывать и проводить занятия по физической культуре в соответствии с методическими требованиями и медицинскими показаниями		Ст.восп., ст.м/с
Анкетирование педагогов	Определить знание педагогами задач физического воспитания детей данной возрастной группы		Ст.восп.
Анкетирование родителей	Выявить мнение родителей о системе физического воспитания в ДОУ		Педагог-психолог
Анкетирование воспитанников	Выявить эмоциональное отношение детей к занятиям физической культурой		Педагог-психолог

Анализ развивающей среды для организации физического воспитания

Воспитатель:

Ответственный: ст.воспитатель.

Объекты анализа	Да	Нет	Рекомендации
<p>1. Наличие в группе места для организации физического воспитания.</p> <p>2. Инвентарь и атрибуты:</p> <ul style="list-style-type: none">- дуги,- кегли,- кольцеброс,- кольца малые,- ленты цветные,- мешочки с грузом,- обручи,- гимнастические палки,- скакалки,- флажки,- шнуры короткие и длинные,- маски, шапочки для п/игр,- мячи разных размеров,- массажеры,- городки. <p>3. Соответствие инвентаря санитарным, возрастным, методическим требованиям.</p> <p>4. Картотека подвижных игр для данного возраста.</p> <p>5. Картотека корригирующих упражнений.</p> <p>6. Наличие оборудования и инвентаря для корригирующих упражнений.</p> <p>7. План занятий спортивными играми и упражнениями.</p>			

Анализ профилактических и оздоровительных мероприятий

Воспитатель:

Ответственный: старшая медицинская сестра.

Объекты анализа	Да	Нет	Рекомендации
1. Наличие облегченной одежды на утренней гимнастике и физкультурной формы на физкультурных занятиях.			
2. Соблюдение графика проветривания.			
3. Соблюдение графика проведения влажной уборки.			
4. Соблюдение температурного режима в спальнях и групповых комнатах.			
5. Организация и проведение профилактики кариеса.			
6. Соблюдение режима занятий и перерывов.			
7. Проведение физкультурных минуток на занятиях статического характера.			
8. Соблюдение режима и длительности прогулок.			
9. Выполнение плана профилактических, оздоровительных и закаливающих мероприятий.			
10. Выполнение рекомендаций врача.			
11. Соблюдение санитарно-гигиенических норм.			
12. Организация часа двигательной активности.			
13. Организация коррекционной работы.			
14. Соблюдение ограничений по медицинским показаниям на занятиях физкультурой и в двигательной активности.			

Анализ утренней гимнастики

Воспитатель:

Ответственный: старший воспитатель.

Объекты анализа	Да	Нет	Рекомендации
<p>1. Содержание утренней гимнастики:</p> <ul style="list-style-type: none">- построение, перестроение,- ходьба,- упражнения на внимание,- ОРУ,- бег,- релаксация,- коррегирующие упражнения,- дыхательные упражнения. <p>2. Подбор физических упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none">- влияющие на крупные группы мышц (плечевой пояс, спина, живот, ноги),- влияющие на мелкие группы мышц (шея, кисти, стопы),- использование предметов, атрибутов,- соответствие возрасту,- соответствие подготовленности,- соответствие месту проведения,- учет регионального компонента,- сюжетное проведение гимнастики. <p>3. Физическая нагрузка:</p> <ul style="list-style-type: none">- двигательная (моторная плотность),- длительность (10-12 минут). <p>4. Использование музыкального сопровождения.</p> <p>5. Использование строевых упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none">- построения,- перестроения,- повороты. <p>6. Объяснения педагога:</p> <ul style="list-style-type: none">- краткие,- с показом,- с указаниями.			

Анализ календарного плана педагогов

Воспитатель:

Ответственный: старший воспитатель.

Объекты анализа	Да	Нет	Рекомендации
<p>1. Список детей с указанием группы здоровья воспитанников, диагнозов, ограничений в физических упражнениях.</p> <p>2. Комплексы утренней гимнастики с усложнениями и изменениями.</p> <p>3. Профилактические, оздоровительные и закалывающие мероприятия на месяц.</p> <p>4. Физкультурные досуги и развлечения.</p> <p>5. Игровая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none">- игры малой подвижности,- подвижные игры с прыжками,- подвижные игры с бегом,- подвижные игры с метанием,- подвижные игры с лазаньем,- спортивные игры. <p>6. Работа с родителями воспитанников по данной теме:</p> <ul style="list-style-type: none">- традиционные формы,- нетрадиционные формы. <p>7. Индивидуальная работа по физическому воспитанию.</p> <p>8. Коррекционная работа с воспитанниками.</p>			

**Отслеживание результативности работы
по «Программе оздоровления и физического развития
детей в условиях ДОУ»**

1. Заболеваемость воспитанников в 2015 году по сравнению с предыдущим годом снизилась на 5%.
2. В связи с введением третьего физкультурного занятия и увеличением длительности прогулки уровень двигательной активности дошкольников повысился на 10%.
3. По результатам педагогической диагностики сформированность представлений о здоровом образе жизни у выпускников 2014-2015 учебного года по сравнению с предыдущим годом улучшилась на 10%.
4. Выпускники оздоровительных групп для детей с аллергопатологией имеют стойкое стихание кожных проявлений, уходят в школу в состоянии ремиссии, без обострений, со 100% привитостью.
5. Выпускники коррекционной группы с тяжелыми нарушениями речи и выпускники логопункта ежегодно имеют на выходе 70-84 % диагнозов «речь в норме», остальные – со значительным улучшением.

Сведения о заболеваемости воспитанников

№	Показатели		2013 год	2014 год	2015 год
1.	Число дней, пропущенных одним воспитанником по болезни	Ранний возраст	24,1	15,1	21,3
2.	Число дней, пропущенных одним воспитанником по болезни	Дошкольный возраст	10,1	8,9	8,7
3.	Индекс здоровья (% неболеющих воспитанников)		33,8%	16,2%	28%

Анализ заболеваемости в ДОУ за 3 года

Год	Списочный	Количество случаев заболеваний	Пропуск и по болезни	Пропущено одним ребенком по болезни	Диагнозы	Примечания
2013	188	421	3216	17,1	ОРВИ г/энтерит в/оспа	Преобладают инфекции верхних дыхательных путей Вспышка в/оспы
2014	195	356	2342	12	ОРВИ Краснуха в/оспа	Преобладают инфекции верхних дыхательных путей Вспышка в/оспы
2015	197	369	2968	15	ОРВИ Отит в/оспа	Преобладают инфекции верхних дыхательных путей Вспышка в/оспы

Выводы:

1. преобладающее количество случаев заболеваний составляют инфекции верхних дыхательных путей
2. из инфекционных заболеваний – инфекции вирусной этиологии (ветряная оспа, краснуха)

Диагностика двигательных качеств выпускников

Двигательные качества	2012-13 уч.г. (35 выпускников)	2013-14 уч.г. (26 выпускников)	2014-15 уч.г. (34 выпускника)
Координация	Выс.- 25% Ср.- 75% Низк.- нет	20% 80% нет	28% 69% 3%
Реакция	Выс.- 5% Ср.- 70% Низк.- 25%	10% 70% 20%	18% 65% 17%
Гибкость	Выс.-25% Ср.- 75% Низк.- нет	20% 80% нет	25% 75% нет

Прыгучесть	Выс.- 30%	25%	50%
	Ср.- 60%	67%	50%
	Низк.- 10%	8%	нет
Скорость	Выс.- 25%	8%	25%
	Ср.- 75%	92%	75%
	Низк.- нет	нет	нет
Выносливость	Выс.- 25%	25%	25%
	Ср.- 75%	67%	75%
	Низк.- нет	8%	нет