

РАССМОТРЕНА:
На заседании Педагогического
совета МДОБУ ЦРР –
д/с № 4 «Лесовичок» № 5
«03» 06 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом МДОБУ ЦРР –
д/с № 4 «Лесовичок»
№ 01 от 07.06.2019 г.
Т.А. Кладько



ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ЦЕНТРА РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА –
ДЕТСКИЙ САД № 4 «ЛЕСОВИЧОК»

2019 – 2022 ГГ.



Содержание

Пояснительная записка	3
1. Аналитическое обоснование программы	6
1.1. Анализ оздоровительного процесса дошкольном образовательном учреждении	8
1.2. Анализ заболеваемости детей, и организация работы по образовательной области «Физическое развитие»	9
1.3. Анализ ресурсного обеспечения программы	10
1.4. Материально – технические условия	11
1.5. Кадровое обеспечение	11
2. Концептуальные подходы к построению программы	12
2.1. Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования.....	18
3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровье сбережения.....	19
4. Взаимодействие семьей	20
5.План реализации мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников ДОУ.....	22
6. Мониторинг эффективности реализации программа.....	27
Приложения.....	29

1. Пояснительная записка

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОУ;
- организация деятельности ДОУ, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем, в условиях ДОУ.

Наиболее существенными для нашей проблемы являются противоречия между:

- общественной потребностью в сохранении, укреплении и развитии здоровья дошкольников и реальной социально-экономической ситуацией;
- стихийно сложившимся и целенаправленно управляемым положительным опытом коллективов по оздоровлению воспитанников ДОУ;
- между необходимостью повышения уровня здоровья воспитанников и отсутствием медико-педагогических условий;
- между необходимостью осуществления эффективного управления оздоровительным процессом и отсутствием оздоровления.

Разрешение данных противоречий позволяет обосновать проблему: Полноценное здоровье ребенка невозможно без создания программы оздоровления.

Цель: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью, коллективом были определены следующие **задачи:**

- Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- Определить медико-педагогические условия, повышающие качество воспитательно-образовательного процесса.
- Разработать концептуальную модель программы.
- Внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу.
- Отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОУ.

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

- **принцип** научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- **принцип** целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- **принцип** концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
- **принцип** систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- **принцип** связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- **принцип** повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются Динамические стереотипы.
- **принцип** индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути

совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

- **принцип** доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- **принцип** успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- **принцип** активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- **принцип** целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.
- **принцип** индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.
- **принцип** коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- **принцип** креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.
- **принцип** взаимодействия ДОУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- **принцип** результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

Предполагаемые результаты программы «Здоровье»:

1. Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
2. Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников.
3. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду. Создание современной предметно-развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий.
4. Осознание взрослыми и детьми понятия "здоровье" и влияние образа жизни на состояние здоровья.
5. Снижение уровня заболеваемости детей.

6. Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду.
7. Форсированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.).
8. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровью и сохранению детей. Использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.

1. АНАЛИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.1. Анализ оздоровительного процесса в ДОУ

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление деятельности нашего детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая специфику дошкольного учреждения (у каждого ребенка свой период оздоровления и пребывания в детском саду) и необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определены *следующие особенности организации деятельности ДОУ:*

Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель», посредством:

- создание союза заинтересованных в здоровье детей партнеров;
- мотивацию родителей на совместную оздоровительно-профилактическую работу;
- преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка;
- разработку индивидуальной программы воспитания, обучения и оздоровления.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки, самомассаж и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах с целью обеспечения профилактико - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДОУ.

Совершенствование профессионального мастерства педагогов посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей

культуры.

Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.

В МДОБУ ЦРР – д/с №4 «Лесовичок» создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, оздоровительные мероприятия (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (полоскание горла, применение чесночных бус и др.);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд).
- двадцатидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия: - рациональный режим жизни;
 - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры, игровые часы);
 - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, обширное умывание в летний период);
 - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
 - использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, ритмопластика и др.);
 - режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- врач-педиатр;
- медицинские сестры;
- педагог - психолог;
- учитель - логопед;
- воспитатели;

Благодаря созданию медико-педагогических условий и системе оздоровительных мероприятий показатели физического здоровья детей улучшились.

Динамика снижения числа часто болеющих детей яркий показатель эффективности работы коллектива ДООУ по оздоровлению детей.

**1.2. Анализ посещаемости в МДОБУ ЦРР – д/с № 4
«Лесовичок» за период 2018-2019 учебный год**

Месяцы	с	о	н	д	я	ф	м	а	м	сред
%	78	80	80	86	79	66	75	81	78	78

Анализ Количества часто болеющих и индекс здоровья

Годы	Количество часто болеющих детей	Количество детей на «Д» учета	Индекс здоровья
Отделение 1	12	-	57 %
Отделение 2	14	17	
итого	26	17	

Анализ заболеваемости детей

	Бактериальная дизентерия	Энтериты, колиты и гастроэнтериты	Скарлатина	Ангина (острый тонзиллит)	Грипп и ОРВИ	Пневмония	Отравления, травмы	Ветряная оспа	Другие заболевания
Отделение 1	-	-	-	-	12	-	-	3	-
в том числе, 3 года и старше	-	-	-	-	10	-	-	3	
Отделение 2	-	-	-	-	25	-	-	1	
в том числе, 3 года и старше	-	-	-	-	18	-	-	2	
Итого	-	-	-	-	65	-	-	9	

Распределение детей по группам здоровья детей по группам здоровья

Группы здоровья	I	II	III	IV
Отделение 1	53	77	-	-
Отделение 2	87	34	2	-
Итого	140	111	2	-

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДОУ является «**мониторинг здоровья**» ребенка, который осуществляется медицинским и педагогическим персоналом.

Цель мониторинга:

Повышение уровня здоровья детей.

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДОУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- периоды обострения детской заболеваемости в разных возрастных группах;
- оценка адаптации детей к ДОУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- общее физическое развитие детей;
- уровень физической подготовленности детей.

Общее физическое развитие и уровень физической подготовки детей отслеживается в процессе мониторинга реализации примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой (ФГОС ДО). Работа по образовательной области «Физическое развитие» в рамках данной программы выглядит следующим образом:

Образовательная область «Физическое развитие»

Цели и задачи:

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности.

Предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Совместная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<ul style="list-style-type: none">➤ интегрированная детская деятельность➤ игра➤ игровое упражнение➤ проблемная ситуация	<ul style="list-style-type: none">➤ утренняя гимнастика➤ подвижная игра (в том числе на свежем воздухе)➤ физическая культура➤ гимнастика после дневного сна➤ лечебная физкультура (по рекомендациям специалиста)➤ физкультурный досуг➤ физкультурные праздники➤ день здоровья➤ ГТО	<ul style="list-style-type: none">➤ игра➤ игровое упражнение➤ проблемная ситуация	<ul style="list-style-type: none">➤ физкультурный досуг➤ музыкальная ритмика➤ физкультурные праздники➤ совместные досуги➤ консультативные встречи

Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. В ее организации выделены **три блока**:

1 блок. Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера-инициатора. Используются различные варианты физкультурных занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные – интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями).

2 блок. Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает разные формы активности: ежедневный оздоровительный бег, динамические паузы между занятиями, игровой час во вторую половину дня ежедневно. Подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», спортивные праздники, физкультурные досуги, индивидуальная и кружковая работа с детьми.

3 блок. Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности.

Игровые помещения групп, оборудованные спортивными уголками и физкультурный зал ДОУ наполнен необходимым оборудованием и атрибутикой. Рационально организованную деятельность по физическому воспитанию позволяет получать положительную динамику физической подготовленности детей

Воспитанники ДОУ являются постоянными участниками Спартакиады дошкольников Бурейского муниципального района.

1.3. Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой. М.А. Васильевой (ФГОС ДО).

Физическое развитие детей в детском саду осуществляется руководителем физического воспитания на основе методических рекомендаций к общеобразовательной программе «От рождения до школы» и оздоровительной гимнастики Л.И. Пензулаевой.

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом дошкольного образовательного учреждения. В основе данного планирования лежит программа Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста».

Психическое здоровье ребенка – это не только биологическое, но и социальное понятие. Педагоги ДОУ, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения.

1.4. Материально-технические условия

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

- медицинские кабинеты;
- изоляторы;
- процедурные.

В детском саду имеются бактерицидные лампы.

Организация развивающей предметно-пространственной среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «центры здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закалывающих процедур.

Для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий функционируют два музыкальных зала, физкультурный и тренажерный, оснащенные необходимым спортивным оборудованием.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивных площадках расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

1.5. Кадровое обеспечение

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой. М.А. Васильевой (ФГОС ДО):

- заведующий – 1 чел.
- заместитель заведующей - 1 чел.
- старший воспитатель – 2 чел.
- педагог - психолог – 1 чел.
- музыкальный руководитель – 2 чел.
- воспитатели – 20 чел.
- учитель-логопед – 1 чел.

На текущий момент штат укомплектован на 100%

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровье», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

2. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПОСТРОЕНИЮ ПРОГРАММЫ

Известно, что дошкольное детство – старт развития личности, во многом определяющий ее жизненный путь.

Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма.

Вырастить крепких, здоровых детей – наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи.

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей. Сокращение числа часто болеющих детей.

Задачи:

- Разработать индивидуальные маршруты оздоровления часто болеющих детей на основе взаимодействия с семьей;
- Обеспечение семей часто болеющих детей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей;
- Разработать комплексный план оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов ДООУ.

Программа нацелена на воспитание ребенка-дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого.

Она включает в себя 3 основных направления, соответствующие целевым ориентирам:



Каждое направление реализуется одной или несколькими подпрограммами.

Целевые подпрограммы учитывают комплексный подход, включающий различные компоненты, совокупность которых объединена в понятие «*Полноценное здоровье ребенка*». Подпрограммы имеют физиологическое обоснование в каждом разделе наряду с учетом закономерностей возрастной психофизиологии и педагогической психологии.

Физическое здоровье

Цель: *Повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДОУ и в семье.*

Задачи:

- изучение уровня физической выносливости и развития детей дошкольного возраста;
- анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
- укрепление здоровья детей;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- организация специальной коррекционно-воспитательной работы с учетом индивидуальных особенностей детей, структуры их двигательного дефекта.

Принципы построения раздела «Физическое здоровье»

Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима.

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом

и по каждой возрастной группе.

Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.

Ежедневные занятия физической культурой, игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

Психическое здоровье

Цель: Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Задачи:

- создание в ДООУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
- купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Принципы построения раздела «Психическое здоровье»

Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДООУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

- формирование навыков общения;
- гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
- коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
- коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сенситивных периодов в развитии психических процессов

Каждый ребенок обладает только одному ему присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера, каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

Реализация *деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательной работы – образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности. С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках.

Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.

Ежедневные занятия физической культурой, игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

Психическое здоровье

Цель: Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Задачи:

- создание в ДОУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
- купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Принципы построения раздела «Психическое здоровье»

Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДОУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

- формирование навыков общения;
- гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
- коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
- коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов

Каждый ребенок обладает только одному ему присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера, каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

Реализация *деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательной работы – образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности.

С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках, свойствах и отношениях объектов реальной действительности проводятся специальные дидактические игры, используются специальные коррекционные упражнения

(игровые варианты психотерапии, суггестивные – основанные на внушении, тренировочные, разъясняющие).

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности (бытовой, игровой, изобразительной, трудовой).

Формирование представлений о необходимости здорового образа жизни (приобщение ребёнка к общечеловеческим ценностям)

Цель: Формирование духовных общечеловеческих ценностей.

Задачи:

- воспитание основ духовности, гуманизма, созидательно-творческого отношения ребенка к миру;
- формирование высоконравственных начал личности через культуру речевого общения;
- формирование представлений у ребенка о взаимосвязи природы и человека.

Принципы построения раздела «Формирование представлений о необходимости здорового образа жизни»

Принцип постепенного усиления осознанности социально-нравственных представлений:

- понимания красоты и смысла нравственных поступков;
- необходимости выбора той или иной линии поведения в зависимости от обстоятельств;
- осознания последствий положительных или отрицательных поступков; - установление причинно-следственной связи между отношениями;
- чувствами к поступкам людей;
- усиление роли самооценки в поведении.

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительно-коррекционной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического, психического и социально-нравственного здоровья детей.

Работа по реализации программы ***Здоровье*** рассчитана на три года 2019-2022 гг., и планируется в три этапа.

1 этап, его продолжительность третий квартал 2019 года

Цель: Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.

Тема: Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей как необходимое условие для создания комплекса оздоровительно-профилактической работы.

Условия достижения цели:

- Наличие методик медико-педагогического диагностирования индивидуальных особенностей детей.
- Изучение особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей разного возраста.
- Разработка индивидуальных карт развития детей дошкольного возраста.
- Наличие оптимальных условий для проведения оздоровительно-профилактической работы.

- Создание системы мер для усиления семейного воспитания по физическому, психическому здоровью и социально-нравственному развитию детей.

Предполагаемый результат:

- Воспитатели имеют высокий профессиональный уровень и отлично владеют теорией и методикой диагностирования.
- Определен уровень физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.
- Укреплена материальная база для осуществления оздоровительно-профилактической работы.
- Налажен тесный контакт педагогического коллектива со специалистами и родителями.

II этап, его продолжительность четвёртый квартал 2019 года

Цель: Организация оздоровительно-профилактической системы работы в условиях ДОУ.

Тема: Разработка комплекса оздоровительно-профилактической работы, как основа полноценного здоровья ребенка.

Условия достижения цели:

- Наличие системы контроля за динамикой физического, психического и социально-нравственного развития детей.
- Наличие резерва для повышения уровня полноценного здоровья детей.
- Создание творческих и проблемных групп.
- Создание моральных и материальных стимулов к профессиональному росту педагогов и их творчеству.

Предполагаемый результат:

- Повышена результативность работы индивидуально-групповым методом.
- Повышены тренированность организма и устойчивость к утомлению, создана атмосфера психологической защищенности; созданы условия для гуманистической направленности поведения ребенка.
- Создана творческая атмосфера и повышен уровень педагогического мастерства по вопросам полноценного здоровья ребенка.
- Отработан экономический механизм, определено экономическое стимулирование ответственных и творчески работающих сотрудников.
- Создан благоприятный психологический климат.

III этап, его продолжительность с 2020-2022 гг.

Цель: Реализация программы оздоровительно-профилактической работы в ДОУ.

Тема: Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса системы оздоровительно-профилактической работы в условиях ДОУ.

Условия достижения цели:

- Применение всех рациональных форм и методов организации работы с детьми по укреплению полноценного здоровья.
- Базирование оздоровительно-профилактической работы на новых достижениях в области педагогики, психологии и медицины.

- Выявление передового педагогического опыта семейного воспитания, обобщение и последующее его распространение среди родителей.
- Полное соответствие материально-технической базы.

Предполагаемый результат:

- Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
- Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.
- Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДООУ.
- Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

Планируемый конечный результат:

- Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.
- Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.
- Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.

2.1. Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования

Удовлетворение потребностей населения в услугах дошкольного образования:

- Использование потенциальных возможностей ДООУ (вариативность форм оказания дошкольных образовательных услуг).
- Открытость системы дошкольного образования социальной среде, взаимодействие ее с другими социальными институтами детства.
- Охват детей развивающим обучением в ДООУ.
- Инновационная деятельность ДООУ.
- Реализация приоритетного направления деятельности детского сада.
- Использование валеологической поддержки образовательного процесса в ДООУ.
- Коэффициент посещаемости ДООУ.

Реализация мониторинга осуществляется на основе документов и материалов, полученных в ходе:

- лицензирования
- оценка деятельности ДООУ при помощи анкетирования родительской общественности.
- самоанализа деятельности ДООУ, ВСОКО в аспекте качества образования;

Результаты мониторинга фиксируются в таблицах, соответствующих целям и задачам конкретных исследований на основании которых дается оценка деятельности ДООУ

3. СИСТЕМА МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПОВЫШЕНИЮ КОМПЕТЕНЦИИ ПЕДАГОГОВ

В нашем детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптированные, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

В учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: музыкальные, физкультурные залы оснащены спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован центр физического развития, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания. Благодаря грамотно выстроенной системе физкультурно-оздоровительной работы и широкому применению игровой деятельности в ДОУ, мы смогли значительно снизить уровень заболеваемости у детей.

Однако, главное действующее лицо в педагогическом процессе – воспитатель, именно ему предъявляются требования, ориентируя его на получение качественных показателей.

В связи с этим, работа кадрами предусматривает:

- реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- обеспечение дифференцированного подхода к физическому воспитанию с разными группами здоровья;
- снижение и профилактику детской заболеваемости;
- повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

Обновление содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ

В рамках обновления содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ постоянно повышается профессиональная компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводится мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводятся совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни здоровья», «Недели Здоровья», в которых используется нетрадиционное спортивное оборудование.

В детском саду созданы оптимально возможные условия для реализации оздоровительной деятельности.

4. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЕЙ

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

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

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
- Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

- Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
- Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
- Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Весь процесс образования и коррекции рассчитан на совместную работу детского сада и семьи. Взаимодействие состоит из трех этапов:

1. «На пороге сада» (до адаптационный период).
2. «Здравствуйте, я пришел» (адаптационный период).
3. «Хочу быть здоровым и умным!» (после адаптационный период).

«На пороге сада»

1. Создание информационно-рекламной среды.

Привлечь внимание родителей к учреждению через информационно-рекламную среду: рекламные проспекты, визитная карточка ДООУ, публикации в местных СМИ.

2. Сбор информации о потенциальных воспитанниках (через банк управления образования, МУЗ «Бурейская ЦРБ» Талаканская участковая больница).

3. Подготовка документов для проведения психолого-медико-педагогической диагностики (стартовые возможности поступающих детей).
4. Свободное посещение ДОО родителями с детьми.
5. Создание комфортной обстановки в группах детского сада.
6. Проектирование алгоритма прохождения адаптации в ДОО.

«Здравствуйте, я пришел»

1. Работа с родителями и детьми: знакомство с особенностями развития детей до поступления в ДОО через беседы с родителями, выявление проблем в развитии психики ребенка, организация единого режима в семье и детском саду. Создание портрета семьи (биографические данные о родителях, социально-бытовые условия, взаимоотношения между членами семьи, методах воспитания, особенностях соматического здоровья ребенка).

2. Постепенное вхождение ребенка в коллектив сверстников, организация гибкого плана работы в период адаптации.

3. Выявление групп медико-биологического и медико-социального риска среди детей.

4. Организация индивидуально-профилактических мероприятий.
5. Разработка индивидуальных маршрутов работы с детьми.
6. Подведение итогов адаптационного периода (переход на полный режим пребывания в ДОО, составление отчетных материалов).

«Хочу быть здоровым и умным»

1. Согласование индивидуальных лечебно-профилактических, оздоровительных и коррекционных мероприятий с родителями.

2. Ознакомление родителей с результатами педагогической диагностики, уровнем физического и психического развития ребенка, определение направлений совместной деятельности.

3. Организация и проведение психолого-педагогической просветительной работы.

Консультационная и просветительская деятельность

Индивидуальная

1. С педагогами:
 - по запросам воспитателей и специалистов, по результатам диагностики;
 - экспресс-обзор групп по результатам диагностики познавательной сферы.
2. С родителями:
 - по запросам родителей и результатам диагностики.

Групповая

1. С родителями:
 - экспресс-выступления на родительских собраниях;
 - тематические встречи с родителями по заранее выбранной проблеме;
 - оформление информационных листов в каждой группе;
 - подбор педагогической литературы для библиотеки родителей.
2. С педагогами:

- семинары-практикумы (по годовому плану ДОУ);
- мастер-классы;
- тренинги;
- методическая помощь в организации и проведении открытых занятий (по плану работы детского сада);
- рекомендации, памятки при организации игровой и познавательной деятельности воспитанников.

5. ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА УЛУЧШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОУ

Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми с применением современных оздоравливающе и здоровье сберегающих технологий.

№	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Прод-сть, мин.
1	2	3	4	5
1. Организация двигательного режима в ДОУ				
1.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Утро, до завтрака	7-10
1.2	Физическая культура в зале и на улице	Все группы	По сетке занятий	15-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	Все группы	По необходимости	3-5
1.4	Физкультминутка	Все группы	Во время занятий	3-5
1.5.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	ежедневно	3-5
1.6.	Музыкально-ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	15-30
1.7.	Оздоровительный бег	Все группы	ежедневно	3-5
1.8.	Физкультурные занятия детей вместе с родителями	Ранний возраст	1 раз в неделю	15
1.9.	Самостоятельная двигательная активность детей	Все группы	ежедневно	Не менее 20-45
1.10	Гимнастика для глаз	Все группы	ежедневно на занятиях	
1.11	Пальчиковая гимнастика	Все группы	ежедневно	
1.12	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей	Все группы	Во время прогулок	Не менее трех часов
1.13	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все группы	В свободное от занятий время	30-40
1.14	Физкультурный досуг	Все группы	Один раз в месяц по	40-60

			плану	
1.15	Соревнования, эстафеты	Подготовит. группа	По плану	40-60
1.16	Спортивные праздники	Все, кроме 1 младшей гр.	Три раза в год	60
1.17	Кружковая работа: ✓ «Театральные ступени» ✓ «Здоровячок»	Старшие, подготовительные группы	Один раз в неделю	25-30
1.18	Походы, экскурсии в лес, парк	Старшая, подготовительная группы	Два раза в месяц	60-120
1	2	3	4	5
1.19	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: • Неделя здоровья • Международный день здоровья • «Папа, мама, я – спортивная семья» • «Веселые старты» • участие родителей в массовых мероприятиях вне ДОУ	Все группы	По желанию родителей и педагогов Ежеквартально По программе районных мероприятий	45-60
1.20	Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	Ежедневно	12-15
1.21	Посещение спортивного зала: подвижные игры	Все группы	По графику работы зала	10-15
2. Оздоровительная работа с детьми				
2.1	Закаливающие мероприятия: • прием детей на улице • проветривание помещений • воздушные ванны • гимнастика после сна • сухое обтирание тела • обширное умывание • сон без маек • ходьба по мокрым дорожкам	Все Все 1 и 2 мл группы Все Все, кроме 1 мл. группы Старшая и подг. Группы 2 младшая и средняя группы	В зависимости от сезона и погоды По графику После сна После сна После сна После сна	35 СанПиН 5,10,15 7-15 30 10-12 5-10 1,5 ч. 3-7

	<ul style="list-style-type: none"> • оздоровительный бег • босохождение 	Ст. и подг. группы Все, кроме 1 мл. группы То же	До и после сна Весна, лето, утренний прием	3-7 3-7
2.2.	Обеспечение здорового ритма жизни <ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим (адаптационный период); • гибкий режим 	Ранний возраст	По плану	
2.3.	Гигиенические и водные процедуры: <ul style="list-style-type: none"> • умывание; • мытье рук; • местный душ (в летний период); • игра с водой; 	Все группы	По режиму дня; в соответствии с гигиеническими требованиями	
2.4.	Световоздушные ванны: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений; • сон при открытых фрамугах; • прогулки на свежем воздухе; • обеспечение температурного режима и чистоты воздуха 	Все группы	ежедневно	
2.5.	Арома- и фитотерапия: <ul style="list-style-type: none"> • ароматизация помещений; 	Все группы	2 раза в год по 2 недели	
2.6.	Профилактические мероприятия: <ul style="list-style-type: none"> • Самомассаж по системе А.А. Уманской • Самомассаж стоп • Полоскание рта и горла (простое и контрастное) • Фитотерапия 	Все, кроме 1 мл. гр То же Ст. и подгот. группы Все	Перед прогулкой На физ. Занятиях После приема пищи 2 раза в неделю	По плану По плану По плану По плану
2.7.	Диетотерапия: <ul style="list-style-type: none"> • рациональное питание (стол ясельный, стол для садовских групп); • индивидуальное меню 	Все группы	ежедневно	По назначению врача

	(аллергия, хронические заболевания)			
2.8.	Свето – и цветотерапия: <ul style="list-style-type: none"> • обеспечение светового режима; • цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса 	Все группы	ежедневно	
2.9.	Музтерапия: <ul style="list-style-type: none"> • музыкальное сопровождение режимных моментов; • музыкальное оформление фона занятий; • музыкально – театральная деятельность • вокальное и хоровое пение 	Все группы	Ежедневно по учебному плану	15-30
2.10	Аутотренинг и психогимнастика: <ul style="list-style-type: none"> • игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; • игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; • коррекция поведения 	Все группы	по плану педагогов	15-30
2.11	Просветительская работа: <ul style="list-style-type: none"> • уголки здоровья по рекомендациям • выставки детских рисунков и семейных работ, посвященных формированию здорового образа жизни 	Все группы	Материал используется на месте или берется в группу для изучения в повседневной жизни	По желанию детей
2.12	Оздоровление детей по методу В.С. Коваленко: <ul style="list-style-type: none"> • утренняя и бодрящая гимнастика; • закаливание дома и в детском саду; • фитотерапия 		По желанию родителей	
3. Коррекционная работа				
3.1	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия	Все	На физкультурных занятиях	3-5
3.2	Упражнения на формирование правильной осанки	Все	На физкультурных занятиях	3-5
3.3	Наличие паспорта закрепления мебели в	Все	В течение года	

	соответствии с ростовыми данными детей и маркировка согласно ГОСТу, своевременная корректировка на основе антропометрии			
4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни				
4.1	<p>Формирование навыков личной гигиены:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наличие индивидуальных и общих туалетных принадлежностей • демонстрация различных схем, моделей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий • беседы о полезности и необходимости выполнения правил личной гигиены • демонстрация информативного и дидактического материала на тему «Я и мое здоровье» 	Все	В соответствии с режимом дня, с учетом необходимости	-
4.2	<p>Формирование навыков культуры питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сервировка стола • эстетика подачи блюд • этикет приема пищи и т.д. 	Все	В соответствии с режимом питания, с учетом необходимости	-
4.3.	<p>Формирование у дошкольников общего представления о значении здоровья для человека;</p> <p>Формировать основные первоначальные навыки сохранения своего здоровья</p> <p>ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ «ЗДОРОВЯЧОК»</p>	Подготовительные группы	1 занятие в неделю (всего 16 занятий в год)	30-35 минут

Применяемые педагогами нашего дошкольного образовательного учреждения здоровьесберегающие педагогические технологии повышают результативность воспитательно-образовательного процесса, формируют детей и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психологическое

Просветительское направление

- Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)
- Собеседование (сбор информации)
- Анкетирование, тесты, опросы
- Беседы
- Встречи со специалистами
- Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- Индивидуальные консультации по возникшим вопросам
- Круглый стол
- Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
- Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

Культурно - досуговое направление

- Дни открытых дверей.
- Совместные праздники и развлечения.
- Организация вечеров вопросов и ответов.

Психологическое направление

- Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
- Спортивные соревнования.
- Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с детьми
- Открытые занятия педагога – психолога с детьми
- Тренинги, семинары – практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени удовлетворенности родителями оказанными образовательными услугами.

Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

6. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

6.1. Мониторинг здоровья детей

Цель: Выявить и определить эффективность реализации программы «Здоровье» на определенном этапе.

Критерием эффективности оздоровительной работы ДОО служит улучшение состояния здоровья детей. Оценку состояния здоровья детей проводят на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров.

Без информации о ходе промежуточных результатах, без постоянной обратной связи процесс управления здоровьесбережением невозможен.

Физическое развитие и освоение ребенком образовательной области «Физическое развитие», диагностируется мониторингом в рамках примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой. М.А. Васильевой (ФГОС ДО), реализуемой в ДОУ.

Эффективность воспитательно – образовательной работы по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, а также адекватность организации здоровьесберегающей предметно - пространственной среды определяется системой фронтального, оперативного и тематического контроля, проводимого согласно годовому плану ДОУ.

Таблица тематического контроля «Охрана жизни и здоровья детей».

Цель: определить, насколько эффективна воспитательно-образовательная работа по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, выяснить причины и факторы, определяющие качество педагогической работы с детьми по развитию двигательных навыков.

№ п/п	Направление работы	Предлагаемые рабочие материалы
1.	Обследование уровня развития детей	- схемы обследования детей младшего и старшего дошкольного возраста; - карта анализа занятия (с точки зрения оценки деятельности детей)
2.	Оценка профессиональных умений воспитателя	- оценочный лист «Работа педагога по физическому воспитанию»; - вопросник для оценки профессионализма воспитателя; - карта анализа самообразования воспитателя; - карта анализа занятия.
3.	Оценка создания условий - в группе; - на участке; - в спортивном зале	- оценочный лист «Создание условий (с точки зрения компетентности педагогов при её создании) - оценочный лист «Создание условий для развития двигательной активности детей в разных возрастных группах детского сада» - оценочный лист «Оснащение спортивного зала»
4.	Оценка планирования работы	-анализ планирования воспитательно - образовательной работы
5.	Оценка форм взаимодействия с родителями по данной проблеме	- анкета для родителей «Физкультура в Вашей семье»; - выводы по результатам анкетирования; - карта анализа наглядной информации для родителей.

Приложения

Структура и содержание диагностико-коррекционного направления

№	Структура	Содержание	Сроки
1.	<u>Диагностика:</u> - физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • бег 10м,30м, • прыжки в длину с места • метание правой (левой) рукой • бег на выносливость проводится в начале и конце года	Сентябрь Май
	- психическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • адаптация детей к условиям ДОУ • соответствие возрастным нормам • готовность детей к школе • развитие коммуникативной сферы • определение функциональной зрелости нервных процессов • развитие познавательных интересов • эмоциональное благополучие 	Период адаптации конец уч. года В течение года
2.	<u>Коррекция:</u> Психолого-эмоциональное состояние	<ul style="list-style-type: none"> • игровые тренинги • деловые игры • игро- и сказкотерапия • песочная терапия • коррекционные занятия • проведение родительских собраний 	В течение года

Содержание коррекционно-развивающей работы воспитателей с детьми в повседневной жизни

Формы коррекционной работы	Содержание коррекционной работы
<i>младшая группа</i>	
Утренняя коррекционная гимнастика	Коррекция дыхания. Развитие слухового внимания, мелкой моторики рук, двигательной активности, ориентировки в пространстве
Засыпание под музыку	Релаксация: переход от активной деятельности ко сну
Пробуждение под музыку	Выравнивание фаз пробуждения детей. Эмоционально- положительный настрой детей на дальнейшую деятельность во второй половине дня
Коррекционная гимнастика пробуждения	Развитие общей и мелкой моторики. Коррекция дыхания. Формирование умений ориентироваться в пространстве
Дидактическая игра	Закрепление навыков и умений детей, полученных на коррекционных занятиях
Сюжетно-ролевая игра	Формирование умения поддерживать игровую деятельность. Обогащение лексики. Формирование связной речи. Развитие коммуникативной стороны речи
Досуги, праздники, театрализованная деятельность	Формирование адекватных эмоционально- волевых реакций. Развитие мелкой и общей моторики
Прогулка (подвижные игры)	Коррекция психических процессов. Развитие двигательной активности, коммуникативной стороны речи, ориентировки в пространстве, эмоционально- волевой сферы
Культурно-гигиенические навыки	Развитие мелкой моторики
<i>Средняя группа</i>	
Утренняя коррекционная гимнастика	Коррекция дыхания. Развитие слухового внимания, мелкой моторики рук, двигательной активности, ориентировки в пространстве
Засыпание под музыку	Релаксация: переход от активной деятельности ко сну.
Пробуждение под музыку	Выравнивание фаз пробуждения детей. Эмоционально – положительный настрой детей на дальнейшую деятельность во второй половине дня
Коррекционная гимнастика пробуждения	Развитие общей и мелкой моторики. Коррекция дыхания. Формирование умения ориентироваться в пространстве
Дидактическая игра	Закрепление навыков и умений детей, полученных на коррекционных занятиях
Сюжетно-ролевая игра	Формирование умения организовывать и поддерживать игровую деятельность. Обогащение лексики. Формирование связной речи. Развитие коммуникативной стороны речи

Досуги, праздники, театрализованная деятельность	Выравнивание эмоционально – волевой сферы. Формирование навыков сценической речи. Развитие мелкой и общей моторики
Прогулка (подвижные игры)	Коррекция психических процессов. Развитие двигательной активности, коммуникативной стороны речи, ориентировки в пространстве, эмоционально- волевой сферы
Культурно-гигиенические навыки	развитие мелкой моторики, внимания, мышления
<i>старшая и подготовительная группы</i>	
Утренняя коррекционная гимнастика	Коррекция дыхания, опорно-двигательного аппарата. Элементы фонетической ритмики. Развитие слухового внимания, мелкой моторики, пальцев рук, двигательной активности, ориентировки в пространстве
Засыпание по музыку	Релаксация: переход от активной деятельности ко сну
Пробуждение под музыку	Выравнивание фаз пробуждения детей. Эмоционально- положительный заряд детей для дальнейшей деятельности во второй половине дня
Коррекционная гимнастика пробуждения	Развитие общей моторики и мелкой моторики. Коррекция дыхания. Элементы фонетической ритмики. Умение ориентироваться в пространстве
Дидактическая игра	Закрепление навыков и умений детей, полученных на коррекционных занятиях
Сюжетно-ролевая игра	Закрепление умений организовывать и поддерживать игровую деятельность. Обогащение лексики. Развитие связной речи. Развитие коммуникативной стороны речи
Досуги, праздники, театрализованная деятельность	Развитие эмоционально- волевой сферы. Формирование предпосылок к развитию творческого воображения. Развитие мелкой и общей моторики
Прогулка (подвижные игры)	Коррекция психических процессов. Развитие двигательной активности, коммуникативной стороны речи, ориентировки в пространстве, эмоционально- волевой сферы
Культурно-гигиенические навыки	Развитие мелкой моторики, коммуникативной стороны речи, внимания, мышления
Трудовая деятельность	Развитие мелкой моторики, коммуникативной стороны речи. Обогащение и активизация словарного запаса. Выравнивание психических процессов: анализа, синтеза, внимания, памяти.

Совместная работа детского сада и семьи по вопросам здоровья детей

№	Задачи	Мероприятия	Период
I этап			
1.	Анализ состояния здоровья ребенка на момент поступления в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> • изучение медицинских карт; • ведение адаптационных листов; • анкетирование родителей; • беседы с родителями; • наблюдение за ребенком; 	Адаптацион. Период Сентябрь
II этап			
2.	Формирование у родителей системы знаний в вопросах укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей	<p>1. Родительские собрания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ «Адаптация ребенка к детскому саду» ✓ «Задачи и содержание физкультурно-оздоровительной работы на год» ✓ «Оздоровление детей в условиях детского сада и семьи» ✓ «Итоги работы по физическому воспитанию и оздоровлению детей за учебный год» ✓ «Двигательная активность дошкольника – залог улучшения физического состояния» ✓ «Закаливаем детей дома и в детском саду» ✓ «Игротека подвижных игр дома»; ✓ «Босохождение – элемент закаливания организма» <p>2. Памятки для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ «Как сформировать правильную осанку» ✓ «Что сделать, если у ребенка плоскостопие» ✓ «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью» ✓ «Профилактика заболеваний дошкольников» ✓ «Компьютер: за и против» ✓ «Принципы рационального питания» ✓ «Как организовать полноценный сон ребенка» ✓ «Надежная защита от гриппа» (точечный массаж по А.А. Уманской) 	<p>Сентябрь</p> <p>Сентябрь</p> <p>Январь</p> <p>Май</p> <p>Ноябрь</p> <p>Март</p> <p>Октябрь</p> <p>Март</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>Март</p> <p>Апрель</p> <p>Май</p> <p>Сентябрь-октябрь. Ноябрь-декабрь</p> <p>Февраль</p> <p>Апрель.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> ✓ «Как сохранить зубы ребенка здоровыми» ✓ «Как сохранить зрение ребенка» ✓ «Соки – напитки защиты организма от простуды» ✓ «Массаж десен начинается с зубной щетки» ✓ «Простуда, или ОРВИ, у малышей» ✓ «Массаж ушей – важная процедура при простуде, насморке, кашле, аллергии» ✓ «Как сохранить сердце здоровым» ✓ «О детской одежде» ✓ «Босохождение – элемент закаливания организма» ✓ «Физическое воспитание ребенка» <p>3. Знакомство родителей с методиками оздоровления; М.Ю. Картушиной, А. Стрельниковой, А. Уманской, Коваленко, А. Аветисова; (в форме консультаций, презентаций, открытых показов)</p> <p>1. индивидуальные беседы и консультации с родителями по запросу</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Январь</p> <p>Март</p> <p>Апрель</p> <p>Ноябрь.</p> <p>Январь</p> <p>Март</p> <p>Апрель</p>
3.	Разработка системы оздоровительных мероприятий при активном участии и помощи родителей	<ul style="list-style-type: none"> • выбор из предложенных методик наиболее эффективной и удобной для выполнения; • заключение соглашения между родителями воспитанников ДОУ по вопросу совместного проведения оздоровительной работы 	Начало учебного года
III этап			
4.	Создание условий для непрерывности оздоровительных мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> • разъяснительная работа с родителями; • проведение дома утренней гимнастики, прогулок в выходные дни 	ежедневно
5.	Привлечение родителей к активному участию в процессе физического и психического развития детей	<ul style="list-style-type: none"> • проведение занятий вместе с родителями; • участие родителей в пеших прогулках совместно с детьми; • походы за город в теплое время года; 	По годовому плану ДОУ

		<ul style="list-style-type: none"> • проведение совместных с родителями праздников, развлечений, досугов (по плану ДОУ) • участие родителей в тренингах • помощь родителей в пополнении развивающей среды как стандартным, так и нестандартным оборудованием для развития движений детей 	
IV этап			
6.	Анализ проведенной работы по оздоровлению детей в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> • диагностика физического и психического развития детей; • проведение сравнительного анализа заболеваемости за 3 года; • анкетирование родителей на предмет удовлетворенности работой ДОУ по данному направлению; • составление плана работы по оздоровлению детей на следующий учебный год, основываясь на результатах диагностики и анкетирования; • освещение всех вопросов на заключительном родительском собрании 	<p>Май Май Май Май</p> <p>Апрель-май</p> <p>Июнь</p> <p>Май</p>

Оздоровительные мероприятия по методу В.С. Коваленко

№	Сроки	Мероприятия
1.	Дома утром родители	<ul style="list-style-type: none">• обливание ног холодной водой (t12) одновременно
2.	В ДОУ воспитатели до завтрака	<ul style="list-style-type: none">• вымыть руки, умыть лицо• адаптационная гимнастика• экологический гомеопатический комплекс 2-е недели месяца (1гр. «Око» + 1гр. «Реприз»)
3.	Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• занятия в группе по расписанию
4.	После сна перед полдником	<ul style="list-style-type: none">• гимнастика мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы• вымыть руки, умыть лицо• адаптационная гимнастика
5.	Полдник	<ul style="list-style-type: none">• занятия по расписанию
6.	Дома вечером родители	<ul style="list-style-type: none">• одновременное обливание ног (t +12)• последние 2 недели месяца 1 столовая ложка меда на ночь

Использование метода К. П. Бутейко на занятиях по физической культуре:

- 1.** Измерение показателей здоровья каждого ребёнка до занятий (МП, частота пульса), фиксация результатов в журнале. В итоге – отбор детей, которым физические нагрузки не показаны.
- 2.** Самоконтроль носового дыхания с закрытым ртом. Отрабатываются критерии нагрузки (перегрузки) в движении и при физических упражнениях. Обучение детей индивидуальной остановке движения или упражнений при ощущении большого недостатка дыхания.
- 3.** Проведение занятия в движении и при нагрузке (малыши учатся правильной осанке, расслаблению мышц и дыхательной мускулатуры).
- 4.** Движение с поджатыми локтями, животом и грудью, т.е. механическое ограничение глубины дыхания («сами себя обняли»).
- 5.** Изучение и применение метода ВЛГД, правило «левой руки».
- 6.** Физкультура и движение с одновременным использованием метода ВЛГД.
- 7.** Достижение с помощью физических нагрузок эффекта ВЛГД в покое.
- 8.** Изучение дополнительных поз и упражнений, например:
 - «внутриутробная»,
 - «лук»,
 - «кошка»,
 - «тигр»,
 - «лодочка» и т.п.
- 9.** Проведение упражнений с максимально возможной задержкой дыхания: приседания и разные другие движения.
- 10.** Изучение основных четырёх поз из методики К.П. Бутейко:
 - «вис»,
 - «поза змеи»,
 - «поза молящегося»,
 - перекрут позвоночника в положении лёжа на спине.
- 11.** Изучение последовательности поз и перехода из одной в другую.
- 12.** Самоисправление в позах различных отделов позвоночника:
 - шейных позвонков,
 - грудных позвонков,
 - поясничных позвонков,
 - крестцовой и копчиковой части.
- 13.** Измерение МП в положениях: сидя, стоя у стены, в позе на пятках и в других.
- 14.** Окончание занятия (в удобной позе дети «слушают» дыхание). Полный покой («замерли, затаились»).

Гимнастика для глаз

1. «Филин»

Закрывать глаза и держать закрытыми на счет 1 – 4. Широко раскрыть глаза, посмотреть вдаль и держать открытыми на счет 1 – 6.

Упражнение повторить 4 – 5 раз.

1. «Метелки»

Выполнять частое моргание без напряжения глаз до 10 – 15 раз. Упражнение можно сопровождать проговариванием текста:

Вы, метелки, усталость сметите,
Глазки нам хорошо освежите.

Упражнение повторить 4 – 5 раз.

2. «Жмурки»

На специальной подставке – доске укреплены маленькие игрушки или цветные фишки. Дети зажмуриваются на счет 3 – 4. В это время ведущий изменяет расположение предметов на доске. Открыв глаза, дети должны увидеть произошедшие изменения.

Упражнение повторить 4 – 5 раз.

3. «Далеко – близко»

Дети смотрят в окно. Ведущий называет вначале удаленный предмет, а через 2 – 3 секунды предмет, расположенный близко. Дети стараются быстро отыскать предметы, которые называет ведущий.

Упражнение повторить 6 – 8 раз.

4. «Поймай зайку».

Ведущий включает фонарик и запускает «солнечного зайчика» на прогулку. Дети, поймав глазами «зайчика», сопровождают его взглядом, не поворачивая головы.

Игра длится 45 секунд.

ПАРАДАКСАЛЬНАЯ ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА А.П. СТРЕЛЬНИКОВОЙ

1. «Ладшки»

И.п. встаньте прямо, согните руки в локтях, покажите ладшки.

Выполнение: делать шумные, короткие ритмические вдохи носом и одновременно сжимать ладшки в кулачки.

На этом упражнении учимся правильно втягивать воздух.
Серии короткие по 4 вдоха. До 24 серий.

2. «Погончики»

И.п. встаньте прямо. Кисти рук сжаты в кулачки и прижаты к поясу.

Выполнение: в момент вдоха резко толкаем кулачки вниз, плечи напрягаем и слегка приподнимаем.

Подряд делается 8 вдохов. До 12 серий.

3. «Насос».

И.п. встаньте прямо, ноги чуть уже, чем на ширине плеч.

Выполнение: наклон вперед /руками тянуться к полу, но не касаться его/, слегка приподняться /но не выпрямляться/ и снова наклон. Вдох должен заканчиваться одновременно с наклоном. Спина при наклоне круглая, голова опущена. Можно в руки взять палку, свернутую газету /ручка от насоса/

Выполнение 16 раз. До 6 серий.

4. «Кошечка».

И.п. встаньте прямо, кисти рук у пояса.

Выполнение: легкая танцующая присядь с одновременным поворотом туловища в сторону, руки делают хватательные движения на уровне пояса. В этом упражнении обратить внимание на прямую спину во время поворота.

Выполнение 32 вдоха, по 3 серии.

5. «Обними плечи»

И.п. руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч.

Выполнение: бросайте руки навстречу друг другу до отказа. Руки в момент объятия идут параллельно друг другу, а не крест – накрест, ни в коем случае их не менять.

Рекомендуется по 32 движения в 3 сериях.

6. «Большой маятник»

Комбинированное упражнение «Насос», «Обними плечи».

Вдох с пола, вдох с потолка.

Вдохов 32, 3 серии. Отдых между сериями 3 – 4 секунды