

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Сланцевский детский сад № 5 общеразвивающего вида
с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей» (МДОУ
«Сланцевский детский сад № 5»)

РАССМОТРЕНА:
на заседании
педагогического совета
протокол от «01» декабря 2016 г. № 5

УТВЕРЖДЕНА
приказом
МДОУ «Сланцевский детский сад №5
от «01» декабря 2016 г. № 39



**Парциальная образовательная программа
по физическому развитию дошкольников**

«Ступеньки здоровья»

Авторы разработчики:
Селюжицкая Т.В., заведующий
Иванова Е.И., заместитель заведующего по
воспитательной работе и безопасности
Подольская О.А., инструктор по
физической культуре

СОДЕРЖАНИЕ:

I. Пояснительная записка.....	3
II. Учебный план.....	6
III. Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы...7	7
3.1 Организация образовательной деятельности.....	7
3.2 Современные подходы, используемые в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ.....	10
3.3 Система и содержание физкультурно-оздоровительной работы специалистов ДОУ.....	11
3.4 Психологические основы формирования у ребенка позиции созидателя в отношении своего здоровья.....	14
3.5 Организация закаливающих процедур в ДОУ.....	15
3.6 Организация полноценного питания.....	16
3.7. Режим двигательной деятельности детей в ДОУ.....	17
3.8 Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	18
3.9 Взаимодействие ДОУ с родителями в физкультурно-оздоровительной деятельности.....	18
3.10 Планируемые результаты освоения образовательной программы.....	20
3.11 Система оценки результатов освоения образовательной программы.....	21
Приложение.....	22

I. Пояснительная записка

Парциальная образовательная программа «Ступеньки здоровья» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р),
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

При разработке парциальной образовательной программы «Ступеньки здоровья» были использованы:

- Змановский Ю.Ф. Программа «Здоровый дошкольник» ж. «Дошкольное воспитание» № 6, 1995г.
- Алямовская В.Г. Программа «Здоровье» («Группы здоровья»).
- Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ/под ред. И. Берсенёвой. – М.: ТЦ Сфера, 2005 г.
- Козлова С.А. и др. «Я – человек». - М.: Владос, 2001 г.
- Авдеева Н.Н. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» – М., «Просвещение», 2005 г.

Парциальная образовательная программа «Ступеньки здоровья» раскрывает специфику работы педагогов муниципального дошкольного образовательного учреждения «Сланцевский детский сад №5 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей» по реализации образовательной области «Физическое развитие», в части формируемой участниками образовательных отношений.

Цель программы ориентирована на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование потребности в ЗОЖ у всех участников образовательного процесса, улучшение медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

На каждом этапе развития ребенка, для достижения поставленной цели и реализации основных задач педагогическому коллективу в процессе образовательной деятельности предстоит решать определенный блок конкретных задач.

Для групп раннего возраста:

- создание условий для организации оздоровительных режимов в адаптационный период;
- ведение адаптационных листов в адаптационный период;
- использование под руководством медицинского персонала комплекса закаливающих процедур и профилактических мероприятий для укрепления здоровья воспитанников;
- оформление «Уголков Здоровья» для учета состояния здоровья воспитанников и отслеживания цикличности в проведении оздоровительных мероприятий;
- создание условий для развития эмоционального общения детей со взрослыми и сверстниками;
- обеспечение групповых помещений спортивными снарядами и спортивными атрибутами, способствующими развитию у детей интереса к самостоятельной двигательной активности, к разнообразным движениям;
- включение в образовательный процесс игровых физкультурных занятий, подвижных игр и ежедневных оздоровительных гимнастик;
- закладывание основ гигиенической культуры, навыков культуры поведения и положительных взаимоотношений.

Для групп младшего дошкольного возраста:

- создание условий для организации оздоровительного режима;
- создание благоприятного психологического микроклимата, обеспечивающего комфортное пребывание ребенка в группе;
- осуществление под руководством медицинского персонала нетрадиционных закаливающих процедур по программе Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник»;

- организация оздоровительных мероприятий, с учетом индивидуальных особенностей детей;
- оборудование в группе центра двигательной активности спортивными снарядами и атрибутами, способствующего развитию у детей интереса к двигательной активности, к разнообразным движениям;
- включение в образовательный процесс физкультурных и валеологических занятий, ежедневных оздоровительных гимнастик, физкультурных досугов и подвижных игр;
- диагностика уровня физической подготовленности детей, создание мониторинга состояния здоровья и особенностей в физическом развитии;
- использование в проведении учебных занятий и режимных моментах физкультминуток, релаксационных приемов,
- воспитание культурно-гигиенических навыков, нравственных чувств и этических представлений.

Для групп среднего и старшего дошкольного возраста.

- продолжить работу по созданию условий для организации оздоровительного режима в группе;
- обеспечить рациональную организацию двигательной активности детей через создание двигательного игрового пространства в группе;
- отработать систему физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом индивидуальных особенностей в развитии ребенка;
- организовать психолого-профилактическую работу, отработать систему коррекционных мероприятий для детей, имеющих отклонения в развитии;
- создать условия для эмоционального благополучия ребенка во взаимодействиях всех субъектов воспитания: ребенок-воспитатель, ребенок-ребенок, ребенок-родитель, воспитатель-родитель;
- организовать систему мероприятий по педагогическому, психологическому и валеологическому воспитанию семьи;
- диагностика уровня физической подготовленности детей, создание мониторинга состояния здоровья и особенностей в физическом развитии;
- развитие физических качеств и обеспечение высокого уровня физической подготовленности дошкольников с учетом индивидуальных особенностей в их развитии;
- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно - оздоровительной работы;
- воспитание нравственных чувств и этических представлений, приобщение к общечеловеческим ценностям.

Актуальность подхода к организации физкультурно-оздоровительной деятельности ДОУ

В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны и регламентируется нормативно-правовыми документами, но вместе с тем содержание физкультурно-оздоровительной работы, несмотря на значительный период реформирования дошкольного образования, по-прежнему оставляет желать лучшего. Основанием тому служит возрастание количества детей, страдающих простудными, сердечно - сосудистыми, дыхательными и опорно-двигательными заболеваниями. Достаточно много детей нуждаются в психокоррекции.

«Актуальной задачей физического воспитания, - говорится в Концепции ДО, - является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях». Поскольку физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то пути его достижения не могут быть сведены к узко медицинским и узко педагогическим мероприятиям. **Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольном образовательном учреждении.**

Реализация важнейших положений Концепции, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую роль в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования ученые как В.Г. Алямовская, Л.А. Парамонова, Т.И. Алиева, О.М. Дьяченко, С.М. Мартынова, Е.А. Екжанова, М.Н. Кузнецова и многие другие.

Перед дошкольными учреждениями теперь открыты большие позитивные возможности в плане обеспечения условий оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.

Резюмируя вышесказанное, можно сделать краткий вывод - сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основная задача дошкольного образовательного учреждения, должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Исходя из вышесказанного, педагогический коллектив нашего ДОО пришел к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического и психического здоровья, но и образования в целом, организации режима, профилактической работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми.

Разрабатывая парциальную образовательную программу «Ступеньки здоровья» мы тщательно изучили работы Ю.Ф. Змановского программу «Здоровый дошкольник»; «Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: здоровый дошкольник./ Сост. Антонов, работы Алямовской В.Г. программу «Здоровье», методическую литературу «Ясли – это серьезно», «Как вырастить здорового ребенка», «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста», курс лекций «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении»; программу Р.Б. Стеркиной «Основы обеспечения безопасности жизни детей дошкольного возраста» и др. Внедряя здоровьесберегающие технологии, инновационные формы и методы, мы стремимся к тому, чтобы разработанная нами система физического образования, в части формируемой участниками образовательных отношений, органически входила в жизнь детского сада: не заорганизовывала детей, сотрудников, родителей, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с разнообразными видами деятельности, и самое главное нравилась детям. Таким образом, в ДОО создаются условия для организации целостной и мотивированной деятельности как основы жизни ребёнка. Программа «Ступеньки здоровья» – это система воспитания ребенка - дошкольника, здорового физически и морально, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства.

Возраст обучающихся, на который рассчитана образовательная программа 1,5-7 лет.

Сроки реализации образовательной программы - 6 лет.

Основные участники реализации программы:

- Воспитанники дошкольного образовательного учреждения
- Педагогические работники ДОО.
- Родители (законные представители) детей, посещающих ДОО.

Основные принципы реализации программы «Ступеньки здоровья»

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

2. Принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.

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

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

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

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

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

II. Учебный план:

Формы физкультурно-оздоровительной деятельности	младший дошкольный возраст		старший дошкольный возраст	
	недельная образовательная нагрузка кол./мин.	количество в год	недельная образовательная нагрузка кол./мин.	количество занятий в год
Утренняя гимнастика по системе Ю.Ф. Змановского	-	-	5 (100 мин.)	204
Физкультурные занятия с включением фитболгимнастики (с младшего возраста) и гимнастики с элементами хатка-йога (со старшего возраста)	1 (15-20)	41	1 (25-30)	41
Валеологические гимнастики, (инструктор по ФК по медицинским показателям)	2 (40 мин.)	82	-	-
Валеологические занятия	1 р. в месяц/ (15-20)	9	1 р. в месяц/ (25-30)	9
Дыхательная гимнастика после сна	5 (50 мин.)	204	-	-
Корректирующая гимнастика	-	-	4 (80 мин.)	163
Психогимнастика	-	-	1 (20 мин.)	41
Мероприятия по закаливанию организма	ежедневно в соответствии с оздоровительным планом	204	ежедневно в соответствии с оздоровительным планом	204
Спортивный клуб	-	-	2 (60 мин)	82
Кружок «Весёлая ритмика»	-	-	2 (50 мин)	82
Кружок «Фитнес – дети»»	-	-	2 (50 мин)	82
Физкультурные занятия совместно с родителями по технологии М.Н. Поповой.	1 р. в месяц/ (20 мин.)	9	-	-

III. Организационно-педагогические условия реализации парциальной образовательной программы

3.1 Организация образовательной деятельности

Образовательная деятельность в ДОУ выстраивается с учетом возрастных и индивидуальных особенностей здоровья и развития каждого ребенка. Дошкольное учреждение в своей деятельности использует прогрессивные идеи дифференциации и гуманизации, учитывает интересы и потребности самих детей. Для реализации этих идей педагоги применяют специальные психолого-педагогические диагностические методики, что даёт возможность правильно подбирать умственные и физические нагрузки при проведении занятий. Физкультурно-оздоровительные мероприятия по реализации образовательной области «Физическое развитие», в части формируемой участниками образовательных отношений органично вписываются в обязательную часть образовательной области «Физическое развитие» (ФОК, приложение №1), и способствуют организации рациональной двигательной активности детей в ДОУ.

Под руководством взрослых ежедневно *утренняя гимнастика* в группах младшего дошкольного возраста проводится в облегчённой одежде, босиком в физкультурном зале или в группе. Варианты утренней гимнастики разнообразны – это, и традиционная гимнастика, с включением комплекса общеразвивающих упражнений освоенных на физкультурных занятиях и танцевально-ритмическая с включением музыкальной композиции и гимнастика смешанного типа, в виде подвижных игр.

Утренняя гимнастика в старших группах дошкольного возраста проводится на улице в облегчённой одежде, удобной обуви, с включение оздоровительного бега - длительный бег в медленном темпе по методу Ю.Ф. Змановского. влияющего на развитие физиологических систем, биологические процессы и психические функции растущего организма, а так же на развитие такого физического качества, как выносливость. Исходная длительность бега индивидуально для каждого воспитанника, учитывается самочувствие, настроение, физические возможности ребёнка, а также рекомендации врача. Всякое принуждение запрещается. Гибкость в планировании утренней гимнастики заключается в том, что на месяц составляются 3-4 комплекса, которые используются педагогом в соответствии с погодными условиями. После зарядки в группах проводится глубокое умывание: мытьё рук до локтя и шеи. Сочетание оздоровительного бега и закаливающих водных процедур тренирует детский организм, формирует привычку к здоровому образу жизни. Глубокое умывание прохладной водой заряжает бодростью и поднимает настроение.

Физкультурное занятие 1 раз в неделю, проводится в физкультурном зале инструктор по ФК с использованием *фитболгимнастики* (с младшего дошкольного возраста) и *гимнастики с элементами хатха-йога* (старший дошкольный возраст). Физкультурное занятие способствуют формированию двигательных умений и физических качеств ребенка-дошкольника. При организации занятий в старших дошкольных группах инструктор по физической культуре использует гендерный подход, направленный на развитие силовых качеств у мальчиков и гибкости и грациозности у девочек.

Дыхательная гимнастика после сна в сочетании с общеразвивающими упражнениями ежедневно проводится в группах младшего дошкольного возраста. Цель гимнастики - поднять настроение и мышечный тонус детей, обучить детей правильному дыханию.

Корректирующая гимнастика после сна проводится с детьми старшего дошкольного возраста. Дети под музыку выполняют комплекс корректирующих упражнений обеспечивающих профилактику нарушений осанки. Комплекс корректирующих упражнений включён в увлекательно-игровой сюжет, выполнять который совсем не просто, но зато как приятно ребятам чувствовать себя сильными, красивыми и здоровыми.

Особое внимание уделяется детям с проблемами в физическом развитии. Для воспитанников с нарушениями осанки, плоскостопия и ЧДБ по заключению врачей, указанные в медицинских картах, инструктор по физической культуре 2 раза в неделю проводит дополнительные *валеологические гимнастики с использованием комплексов на развитие осанки и профилактики плоскостопия, гимнастики с элементами хатха-йоги и упражнений на фитболах*. Содержание занятий инструктор по физической культуре планирует с учётом рекомендаций медицинской сестры и методических пособий.

Особое место в организации образовательного процесса в ДОУ отведено созданию системы интегрированных занятий, что позволяет избежать перегрузок детей, освободить время для игр, добиться необходимого образовательного эффекта за оптимальное время. На сегодняшний день в ДОУ разработан цикл интегрированных занятий по познавательному и валеологическому образованию с учетом усложнения программных задач по каждой возрастной группе.

Создание здоровьесберегающей системы в первую очередь предполагает создание в каждой возрастной группе оздоровительных режимов. Каждый педагог, в поиске наиболее эффективного оздоровительного режима создаёт возможности для реализации в повседневной жизни ребенка следующей триады: достаточной двигательной активности с преобладанием циклических упражнений, достаточной умственной нагрузки и превалирования положительных эмоциональных впечатлений.

Вся физкультурно-оздоровительная и профилактическая работа с детьми в ДОУ выстраивается на основе результатов проведения диагностического комплекса, включающего в себя определение исходных показателей состояния здоровья и физической подготовленности детей. Подгруппы детей для физкультурных занятий формируются на основе функционального состояния здоровья в соответствии с медицинскими показаниями и темпов физического развития.

Педагоги ДОУ создают в группах центры двигательной активности для различных видов совместной и самостоятельной двигательной деятельности детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Особое место в организации оздоровительной работы уделено системе эффективного закаливания детей. Научным обоснованием в организации закаливания должен стать подход к закаливанию как тренировки системы терморегуляции. Закаливание должно рассматриваться как система оздоровительно-профилактических воздействий, реализуемая таким образом, чтобы каждый момент пребывания ребенка в детском саду характеризовался как благоприятный для становления аппарата физической терморегуляции, плохо функционирующей в раннем и дошкольном возрасте. В организации закаливающих процедур ДОУ наряду с традиционными принципами в качестве ведущего принципа выдвигается применение контрастных температурных воздействий.

Учитывая высокий процент заболеваемости в группах раннего и младшего дошкольного возраста, углубленная профилактическая работа по закаливанию организма в этих группах проводится под руководством медицинского персонала. Дифференцированный подход к здоровью отработан и для часто и длительно болеющих детей среднего и старшего дошкольного возраста через разработку оздоровительных мероприятий.

Здоровьесберегающая система гармонизирует в себе физическое, нервно-психическое и нравственное здоровье дошкольника. Поэтому в дошкольном учреждении предусмотрен комплекс психогигиенических и психопрофилактических средств и методов. Каждый воспитатель ДОУ в своей практической деятельности применяет некоторые психокоррекционные средства и методы, такие как индивидуальные беседы с ребенком с чувством доверия и эмпатии к его переживаниям, подвижные игры и психогимнастику с преобладанием циклических упражнений, способствующих проявлению эмоций, обучает старших дошкольников элементам аутогенной тренировки и психической саморегуляции. Основной задачей педагога-психолога является применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений у гиперактивных детей, обеспечение условий для преобладания положительных эмоций, создание положительного климата в дошкольном учреждении.

Форма обучения – физкультурное или валеологическое занятия, гимнастика, закаливающие мероприятия.

Продолжительность одного мероприятия – в соответствии с продолжительностью образовательной деятельности для каждой возрастной группы (с соблюдением требованиями СанПиН).

Наполняемость группы – в соответствии со списочным составом возрастной группы.

Формы организации:

- индивидуальная работа; - групповая работа; - коллективная работа.

Объем тренировочной нагрузки в неделю - в соответствии с учебным планом.

Место проведения – спортивно-музыкальный зал ДОУ или спортивная площадка на улице или групповое помещение.

Средства обучения:

Спортивное оборудование и инвентарь.

Технические средства: Мультимедийная техника CD, DVD диски.

Учебно-методический материал:

Вариативные программы:

1. Змановский Ю.Ф. Программа «Здоровый дошкольник» ж. «Дошкольное воспитание» № 6, 1995.
2. Алямовская В.Г. Программа «Здоровье» («Группы здоровья»).
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ/под ред. И.Береснёвой. – М.: ТЦ Сфера, 2005.
4. Козлова С.А. и др. «Я – человек». - М.: Владос, 2001 г.
5. Авдеева Н.Н. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» – М., «Просвещение», 2005.

Технологии и методические пособия:

1. Шебеко В.Н. Физкультурные праздники в детском саду. - М.: Просвещение, 2001.
2. Горбатенко О.Ф. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. - Волгоград: Учитель, 2008.
3. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения /Под. ред. С.О. Филипповой. – СПб.: Белл, 2004.
4. Полтавцева Н.В.,Н.А. Гордова Физическая культура в дошкольном детстве. - М.: Просвещение, 2004.
5. Я хочу! Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей./Под ред. Г. Бардиев, И. Ромазан, Т. Чередниковой. - С-Пб.: Дорваль, 1993г.
6. Латохина Л.И. Творим здоровья души и тела. СПб.:ИК «Комплект», 1997.
7. Попова М.Н. Навстречу друг другу. - С-Пб.: ЛОИРО, 2001 г.
8. Галанов А.С. Игры, которые лечат. – М.: ТЦ Сфера, 2001 г
9. Куранов В.Г. Закаливание ЧДБ детей.
10. Галанов А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от 3-х до 5 лет. – М.: АРКТИ, 2003.
11. Справочник дошкольного психолога/Г. А. Широкова. – 6-е изд., 2008.
12. «Преодоление страхов у детей» / Т. А. Арефьева, Н. И. Галкина – М.: Институт психотерапии, 2005.
23. Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: Здоровый дошкольник/Авторы сост. Антонов Ю.ФЕ и др.-М

Методические рекомендации В.Г. Алямовской

1. «Ясли – это серьезно»;
2. «Как вырастить здорового ребенка»;
3. «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста»;
4. Элементы точечного массажа (по А.А. Уманской)
5. Методика Уманского по закаливанию детей.

Курс лекций В.Г. Алямовской

- 1.«Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении».

3.2 Современные подходы, используемые в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ

п/п №	Направление деятельности	Виды деятельности	Обоснование	Периодичность
1	Физкультурно-оздоровительное	<ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика с включением оздоровительного бега на свежем воздухе (со старшей группы), - дыхательная гимнастика (со 2-й младшей группы), - закаливание организма (со 2-й младшей группы), - физкультурные занятия с фитболами (со 2-й младшей группы), - валеологические занятия (со 2-й младшей группы проводит воспитатель), - физкультурные занятия совместно с родителями «Навстречу друг другу» (с родителями 2-й младшей группы) - занятия в спортивной секции (клуба) (старшая группа) 	<p>Программа В.Г. Алямовской «Здоровье» («Группы здоровья»); Авторская программа «Здоровый дошкольник» Ю.Ф. Змановский. ж. «Дошкольное воспитание» № 6, 1995г, Горбатенко О.Ф. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ Волгоград: Учитель, 2008 Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ/под ред. З.И.Береснёвой. – М.: ТЦ Сфера, 2005. Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» – Москва: «Владос», 2001г. Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М: Владос, 1999г В.Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика дошкольникам»</p> <p>Попова М.Н. Навстречу друг другу. - С-Пб.: ЛОИРО, 2001г.</p> <p>А.И.Буренина Ритмическая мозаика. - Санкт-Петербург: ЛОИРО, 1997г</p>	<p>Согласно учебного плана</p> <p>2 раза в месяц</p> <p>2 раза в неделю</p>
2	Психо-эмоциональное развитие	<ul style="list-style-type: none"> - психогимнастика (со старшей группы), - создание комфортного режима пребывания в ДОУ, -релаксация, - совместные занятия с детьми педагога-психолога и инструктора по физической культуре, - совместные занятия с детьми педагога-психолога и воспитателей, - тренинги с родителями. 	<p>Я хочу! Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей./Под ред. Г. Бардиев, И. Ромазан, Т. Чередниковой. - С-Пб.: Дорваль, 1993г. Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста. Книга практического психолога /Алямовская В.Г., 2003. Справочник дошкольного психолога/Г. А. Широкова. – 6-е изд., 2008. Диагностика и развитие личностной сферы детей дошкольного возраста. Тесты. Игры. Упражнения. / Н. В. Краснощекова, 2006. Психологический практикум «Тестируем детей» / сост. Т. Г. Макеева – 2-е изд., 2007. Психологический практикум «Практикум для детского психолога» / Г. А. Широкова, Е. Г. Жадько. – 6-е изд., 2008.</p>	<p>2 раза в неделю согласно учебного плана</p>

			«Преодоление страхов у детей» / Т. А. Арефьева, Н. И. Галкина – М.: Институт психотерапии, 2005.	
3	Коррекционное	- корригирующая гимнастика (со старшей группы) - валеологические занятия (группа детей по направлению педиатра)	Горбатенко О.Ф. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.- Волгоград: Учитель, 2008 Латохина Л.И. Творим здоровья души и тела. СПб.: ИК «Комплект», 1997.	3 раза в неделю 2 раза в неделю

3.3 Система и содержание физкультурно-оздоровительной работы специалистов ДОУ

Педагогические кадры, специалисты	Задачи работы	Формы работы, направления деятельности	Периодичность
Инструктор по физической культуре	<p>1.Оздоровительные задачи: - сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;</p> <p>2.Образовательные задачи: - формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии его индивидуальным особенностям; - создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;</p> <p>3.Воспитательные задачи: - воспитание потребности в здоровом образе жизни, выработка привычки к соблюдению режима дня, потребности в физических упражнениях и играх; - воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.</p>	<p>1.Проведение диагностики.</p> <p>2.Проведение оздоровительного бега.</p> <p>3.Проведение физкультурных занятий.</p> <p>4.Проведение валеологических занятий.</p> <p>5.Проведение спортивной секции (клуба).</p> <p>6.Индивидуальная работа с детьми, имеющими отставание в физическом развитии</p> <p>7.Проведение спортивных праздников и развлечений.</p> <p>8.Проведение физкультурных занятий «Навстречу друг другу» совместно с родителями.</p> <p>9.Подготовка и участие детей в спортивных мероприятиях города.</p> <p>10.Консультации для педагогов и родителей.</p>	В соответствии с требованиями программы и возрастными особенностями детей.
Воспитатель	<p>1.Воспитание здорового ребенка через организацию и проведение всей системы физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>2. Привлечение родителей к организации сотрудничества по вопросам оздоровления и закаливания детского организма.</p>	<p>1.Соблюдение оптимального режима двигательной активности.</p> <p>2.Проведение общеразвивающей, дыхательной, корригирующей и других гимнастик (пальчиковая, для глаз)</p> <p>3.Проведение оздоровительного закаливания.</p> <p>4.Работа с родителями.</p> <p>5.Взаимодействие с инструкторами по физической</p>	согласно учебного плана

		культуре, старшей медсестрой, педагогом-психологом.	
Медицинская сестра	1.Осуществление первичной профилактики	1.1. контроль санитарно – гигиенических условий в учреждении	Постоянно
	2.Контроль за организацией питания	2.1. контроль состояния калорийности питания и анализ качества питания 2.2. контроль выполнения натуральных норм 2.3. контроль санитарно – гигиенического состояния пищеблока 2.4. составление меню на основе программного обеспечения компании БЭСТ 2.5. бракераж готовой продукции	Ежедневно
	3.Контроль физического воспитания	3.1. распределение воспитанников на медицинские группы для занятий физкультурой 3.2. анализ эффективности физического воспитания с оценкой физической подготовленности детей 3.3. осуществление контроля организации физического воспитания, закаляющих мероприятий	2 раза в год 2 раза в год Ежемесячно
	4.Гигиеническое воспитание в детском коллективе	4.1. рекомендации по организации и проведению гигиенического воспитания, формированию навыков здорового образа жизни 4.2. организация мероприятий по профилактике близорукости, нарушения осанки, плоскостопия 4.3. контроль гигиенического воспитания	По необходимости Постоянно
	5.Иммунопрофилактика	5.1. планирование и анализ вакцинации 5.2. осмотр детей перед прививкой 5.3. контроль состояния здоровья после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку	В соответствии с национальным календарем прививок
	6.Мероприятия по обеспечению благоприятной адаптации детей к ДОУ	6.1. рекомендации по адаптации детей (совместно с педагогом)	Постоянно

	<p>7. Организация витаминотерапии</p> <p>8. Анализ состояния здоровья, диспансеризация</p>	<p>6.2. контроль течения адаптации и проведение медико – педагогической консультации.</p> <p>7.1. витаминизация 3 блюда витамином «С» (аскорбиновой кислотой), - элеутерококк, оксалиновая мазь, - чай с лимоном, фито – чай, - введение в меню клюквенных напитков, лук, чеснок.</p> <p>8.1. анализ состояния здоровья воспитанников, разработка медико–педагогических мероприятий, 8.2. проведение профилактических медицинских осмотров, 9.2. рекомендации педагогическому персоналу по коррекции отклонений в состоянии здоровья. Контроль их выполнения</p>	<p>Ежедневно</p> <p>Осень, зима осень – зима в течение года</p> <p>Ежемесячно</p> <p>Один раз в год</p> <p>В течение года</p>
--	--	--	---

3.4 Психологические основы формирования у ребенка позиции созидателя в отношении своего здоровья

Гигиенически организованная социальная среда обитания ребенка в дошкольном образовательном учреждении является *первым и основным условием* развития у него потребности в здоровом образе жизни. Учитывая, что значительную часть своей жизни ребенок находится в дошкольном учреждении, оно в силу специфики своей деятельности и возможностей несет большую, чем родители, ответственность за возникновение и развитие этой потребности.

Понятие «гигиена» трактуется в данном случае шире, чем принято в медицинской практике. Микросреда дошкольного учреждения должна отвечать не только санитарно-гигиеническим требованиям. Она должна отвечать требованиям гигиены нервной системы, психологической безопасности, гигиены социальных отношений. Создавая гигиеническую среду обитания в дошкольном учреждении, предполагающую обеспечение необходимых условий для приобретения детьми навыков здорового образа жизни, педагоги учитывают *эффект задержанной обратной связи*. Его суть заключается в том, что люди предпочитают не обременять себя работой над собственным здоровьем, поскольку результат от затраченных усилий может быть не сразу заметен и очевиден. Занятия физкультурой, закаливание приносят ощутимый эффект далеко не сразу, чаще через месяцы и даже годы. Не получив быстрых результатов от полезных для своего здоровья действий, дети теряют к ним интерес и выполняют их механически (так надо), а если появляется возможность, то попросту уваливают. Эффект задержанной обратной связи — одна из главных причин пренебрежения ими правилами здорового образа жизни. Педагоги должны учитывать специфику этого эффекта при организации оздоровительной работы и позаботиться о том, чтобы самим не попасть в эту ловушку.

Вторым по важности условием воспитания у детей потребности в здоровом образе жизни является проведение в дошкольном учреждении *специальных обучающих занятий, тренингов, игр*, которые бы нацеливали на приобретение детьми комплекса необходимых навыков и привычек ухода за собой, своим телом, бережного отношения к окружающим людям. Дело в том, что многие потребности связаны с привычками. Если человек постоянно занимается гимнастикой, оздоровительным бегом и т.д., то в определенное время у него наступает чувство «мышечного томления». Организм привык получать нагрузку и как бы просит своего хозяина: «Ну, давай, побегай!». Чувство мышечного томления связано с позитивными изменениями в гормональной сфере, и его появление говорит о наличии у человека потребности в систематических движениях. Приведенный пример показывает, что потребность в здоровом образе жизни вызвана особым внутренним состоянием человека, связанным с чувством удовольствия, комфортности, удовлетворения.

Для выполнения второго условия в ДООУ разработан цикл интегрированных занятий по познавательному и валеологическому образованию с учетом усложнения программных задач по каждой возрастной группе. Педагогами дошкольного учреждения составлен перечень *привычек* (привычек, а не навыков и умений!) здорового образа жизни, которые они гарантированно сумеют воспитать у детей за время их пребывания в дошкольном учреждении. При этом проводят анализ имеющихся привычек, как полезных, так и вредных. И в первую очередь ведут работу по избавлению детей от уже имеющихся вредных привычек. Система мер, которая для этого избирается, согласовывается с родителями каждой возрастной группы.

При формировании у детей привычки здорового образа жизни, учитывается и распространяется лучший опыт семейного воспитания.

Третьим условием формирования позиции созидателя своего здоровья является *реализация принципа резонанса при организации физического воспитания детей*. Сущность его заключается в создании взрослыми *бесчисленных ситуаций для бесконечного проявления детьми своих растущих физических возможностей*.

Адекватно оценивая актуальные возможности, видя перспективы их роста, ребенок начинает выстраивать образ себя «будущего». Мало того, он начинает любить этот образ и стремится к достижению этого идеала. Таким образом, педагоги, имея представления об «идеалах» детей помогают в их актуализации, организуют успех каждому ребенку. Чувствуя поддержку взрослых, видя свои растущие возможности, ребенок стремится к новым физическим и личностным

достижениям или, говоря психологическим языком, встает на путь саморазвития и самовоспитания. Управление ребенком в этом случае начинает уступать место самоуправлению.

Наиболее плодотворными в этом плане являются занятия физической культурой, поскольку результаты работы ребенка над собой не заставляют себя долго ждать. Кроме того, в физическом воспитании критерии физической подготовленности, развития физических качеств доступны пониманию детей, результаты, к которым они должны стремиться, предельно ясны. В детском сообществе в отношении физических возможностей всегда есть референтная группа сверстников, на которых дети ориентируются и кого стремятся догнать или превзойти. А то, что дети стремятся к совершенствованию, остро переживают свои неудачи, не требует доказательств.

Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни

Основная мысль - ЗОЖ не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребенка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим *направлениям*:

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

Факторы воздействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ:

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

Работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, лично-ориентированного общения взрослого и ребенка;
- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом);
- Обучение приемам дыхательной, корригирующей и коррекционной гимнастики, пальчиковой и гимнастике для глаз, самомассажу; занятиям на тренажерах, способах страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни;
- Организация спортивной секции;
- Проведение валеологических занятий на группах;
- Проведение физкультурно-валеологических занятий с использованием фитболов и элементов хатха-йоги для группы детей по заключению врачей (мед карта);
- Проведение спортивных праздников и развлечений: недели здоровья (2 раза в год), «Весёлые старты», малые олимпийские игры и др.
- Организация активного досуга в каникулярные дни.

К моменту выпуска в школу дети должны не только получить знания о ЗОЖ, но и довольно стойкие навыки и привычки.

3.5 Организация закалывающих процедур в ДОУ

Весьма распространённым средством профилактики острых респираторных заболеваний и повышения резистентности организма является организация в дошкольном учреждении закалывание детей раннего и дошкольного возраста.

Система эффективного закаливания обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и является необходимым условием оптимального развития ребенка. Эффективность закаливающих процедур заметно возрастает в условиях влияния на организм ребёнка контрастных методов воздушного и водного закаливания.

Система закаливания разрабатывается, периодически корректируется и контролируется медицинской сестрой. Основным принцип – постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени проведения процедуры. Предпочтение отдаётся контрастному воздушному закаливанию.

Основные факторы закаливания:

1. Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня.
2. Закаливающие процедуры различаются по виду, интенсивности.
3. Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах.
4. на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.
5. Постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.
6. Закаливание проводится с учётом индивидуального состояния детей;

Система закаливания в ДОУ.

1. Воздушное закаливание:

- соблюдение температурного режима в течение дня, сквозное проветривание;
- облегчённая одежда в помещении детского сада;
- утренняя гимнастика (младшие дошкольные группы в физкультурном зале босиком, в летний период на улице; старшие группы - утренняя гимнастика в течение года на улице с включением оздоровительного бега по методу Ю.Ф. Змановского);
- физкультурные занятия в зале босиком;
- физкультурное занятие на улице;
- правильная организация прогулки;
- максимальное пребывание детей на свежем воздухе;
- дозированный оздоровительный бег на прогулке;
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок,
- хождение босиком на прогулке в летний период года;
- сон без маечек;
- гимнастика после сна (облегченная одежда, босиком);

В теплый период года все организованные формы деятельности (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, спортивные упражнения) проводятся на участке группы или спортивной площадке.

2. Водное закаливание

- глубокое умывание: руки до локтя и шею после утренней гимнастики;
- хождение босиком по «мокрым дорожкам здоровья»;
- контрастное обливание стоп ног;
- водные процедуры в плескательном бассейне в летний период года.

3.6 Режим двигательной деятельности детей в ДОУ

С целью рациональной организации двигательной активности детей в ДОУ разработан и строго соблюдается режим двигательной деятельности.

1. В младшей группе

- 1.1. Утренняя гимнастика до занятий 5-6 минут
- 1.2. Физкультурные минуты на каждом занятии 2-3 минуты
- 1.3. Игры и упражнения между занятиями 10 минут
- 1.4. Подвижные игры на прогулке 10-15 минут
- 1.5. Физкультурное занятие 15-20 минут (в неделю)

1.6. Самостоятельная двигательная деятельность с разными физкультурными пособиями: утром, после завтрака, на прогулке, после сна, на вечерней прогулке 20-30 минут.

1.7. Бодрящая гимнастика после сна 10-15 минут.

1.8. Физкультурные досуги: 15 минут 1 раз в месяц.

1.9. Физкультурные праздники 30-35 минут - 2-3 раза в год.

1.10. Совместные физкультурные занятия «Вместе с мамой» 30 минут 1 раз в месяц.

2. В средней группе

2.1. Утренняя гимнастика до занятий 6-8 минут

2.2. Физкультурные минуты на каждом занятии 2-3 минуты

2.3. Игры и упражнения между занятиями 10 минут

2.4. Подвижные игры на прогулке 15-20 минут

2.5. Физкультурное занятие или занятие в спортивной секции 20 минут

2.6. Самостоятельная двигательная деятельность с разными физкультурными пособиями: утром, после завтрака, на прогулке, после сна, на вечерней прогулке 20-30 минут

2.7. Бодрящая гимнастика после сна 15-20 минут.

2.8. Физкультурные досуги: 15 минут 1 раз в месяц.

2.9. Физкультурные праздники: 30-35 минут - 2-3 раза в год.

3. В старшей группе

3.1. Утренняя гимнастика до занятий на улице с включением оздоровительного бега 10-15 минут

3.2. Физкультурные минуты на каждом занятии 2-4 минуты

3.3. Игры и упражнения между занятиями 10 минут

3.4. Подвижные игры на прогулке 20-30 минут

3.5. Физкультурное занятие 25-30 минут или занятие в спортивной секции

3.6. Самостоятельная двигательная деятельность с разными физкультурными пособиями: утром, после завтрака, на прогулке, после сна, на вечерней прогулке 35-45 минут

3.7. Корректирующая гимнастика после сна 20 минут.

3.8. Физкультурные досуги 30 минут 1 раз в месяц;

3.9. Физкультурные праздники 60-90 минут 1 раз в 2 месяца.

4. В подготовительной к школе группе

4.1. Утренняя гимнастика до занятий на улице с включением оздоровительного бега 15-20 минут

4.2. Физкультурные минуты на каждом занятии 2-4 минуты

4.3. Игры и упражнения между занятиями 10 минут

4.4. Подвижные игры на прогулке 30-40 минут

4.5. Физкультурное занятие 30-35 минут в неделю

4.6. Самостоятельная двигательная деятельность с разными физкультурными пособиями: утром, после завтрака, на прогулке, после сна, на вечерней прогулке 40-50 минут

4.7. Корректирующая гимнастика после сна 20-25 минут

4.8. Физкультурные досуги: 30 минут 1 раз в месяц; праздники: 60-90 минут 1 раз в 2 месяца.

3.7 Организация полноценного питания

Организация питания осуществляется на основе программного обеспечения компании «БЭСТ». 10 дневное меню разрабатывается в строгом соответствии с СанПиН на основе технологических карт. Индивидуальным питанием по рекомендациям гастроэнтеролога охвачено 6 воспитанников ДОУ.

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

1. Разработаны технологические карты блюд для детей ДОУ.

2. Определены принципы рационального и здорового питания:

-Оздоровительный,

-Эстетико-психологический.

Оздоровительный принцип предусматривает:

- Сбалансированное калорийное питание.

- Максимальное разнообразие рациона.
- Соответствие энергетической ценности рационов энергозатратам детей.
- Обогащение меню натуральными соками, фруктами, свежей зеленью и овощами.
- Строгое соблюдение времени и интервалов между кормлением.
- Длительность завтрака, обеда и полдника в соответствии с требованиями СанПиНов.
- Количество приемов пищи в день равно 4: завтрак, второй завтрак, обед, усиленный полдник.
- Правильное количественное и качественное распределение пищи на отдельные приемы.

Эстетико-психологический принцип предусматривает:

Сервировку стола в соответствии с возрастом ребенка, эстетично оформлена, что вызывает положительные эмоции при приеме пищи. Питание детей приближено к домашним условиям – это использование технологии семейного стола, суть которой заключается в том, что за каждым столом образуется маленькое сообщество сотрапезников.

3.8 Организация развивающей предметно-пространственной среды

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является *организация двигательной развивающей среды* в дошкольном учреждении. Дети должны постоянно удовлетворять свою потребность в движении. Анализ созданных условий показал, что в нашем детском саду имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а также для их расслабления и отдыха.

Оборудован спортивно-музыкальный зал, где представлено разнообразное физкультурное оборудование, и спортивные атрибуты, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий. Несколько гимнастических скамеек, спортивные маты для обеспечения страховки и предотвращения травматизма, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, нестандартное оборудование для «игровых дорожек», мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки, для подлезания - дуги и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий. Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе (оздоровительный бег, ходьба, пешие прогулки-походы).

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах с учётом возрастных особенностей детей и их интересов созданы центры двигательной активности, где дети занимаются как самостоятельно, так и совместно с педагогом. В группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего действия.

В ДОУ имеется спортивная площадка для проведения физкультурных занятий на воздухе, оснащенная современным спортивным оборудованием: бумами для развития равновесия, «полосой препятствий» для развития выносливости, комплексом гимнастических стенок и лесенок для лазания, мишень «Паутина» для метания, воротами для мини футбола, баскетбольными стойками и плескательным бассейном для закаливающих процедур в летний период времени.

Основные компоненты здорового начала - покой и движение - должны правильно сочетаться в режиме дошкольного учреждения. Поэтому важным, на наш взгляд, было создание в группах уголков уединения, где дети могут "позвонить" маме по телефону, посмотреть фотографии, просто полежать на мягких красивых подушках-креслах. Ведь психическое здоровье детей не менее важно, чем физическое. В каждой группе дошкольного возраста имеется «Уголок настроения» для определения эмоциональной сферы ребёнка.

3.9 Взаимодействие ДОУ с родителями в физкультурно-оздоровительной деятельности

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» родители являются первыми педагогами и обязаны заложить в ребенке основы физического, психического и интеллектуального развития личности в раннем детском возрасте» (Федеральный закон от 29.12.2012года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»), а, в соответствии с ФГОС ДО

именно мы, педагоги, должны оказывать помощь родителям в формировании у дошкольников основ здорового образа жизни.

В связи с этим, важнейшим условием взаимодействия является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов.

С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.

Уровень профессионального мастерства педагогов определяется отношением семьи к детскому саду, к самим педагогам и их требованиям. Только при условии положительных результатов всей физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, родители начнут доверять рекомендациям воспитателей и охотно пойдут с ними на контакт.

Задачи работы с родителями:

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

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

1. Единство – которое достигается в том случае, когда не только воспитателям, но и родителям хорошо понятны цели, задачи воспитания здорового ребенка, когда семья знакома с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

2. Систематичность и последовательность работы в соответствии с планом работы) в течение всего периода пребывания ребенка в детском саду.

3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей - в детском саду.

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

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Движение - основа здоровья», «Как выработать у детей правильную осанку», «Зимняя прогулка» и т.д.).
4. Дни открытых дверей.
5. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
6. Показ оздоровительных процедур для родителей.
7. Совместные занятия для детей и родителей.
8. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, педагога - психолога, медицинской сестры, врача).
9. Родительский всеобуч: клуб «Здоровье».
10. Организация спортивных праздников и досугов с родителями «Папа, мама, я - спортивная семья», «Семейные старты».
11. Физкультурные занятия совместно с родителями «Вместе с мамой».
12. Анкетирование.
13. Совместные туристические походы

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

- Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
- Профилактика ОРЗ в домашних условиях.

- Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
- Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
- О питании дошкольников.
- Профилактика острых кишечных заболеваний у детей.
- Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.

- Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

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

3.10 Планируемые результаты освоения образовательной программы

2-я группа раннего возраста (2-3 года)

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

Самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, владеет доступными возрасту навыками самообслуживания.

Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.

Младшая группа (3-4 года)

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях

Пользуется физкультурным оборудованием в самостоятельной деятельности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.

Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Средняя группа (4-5 лет)

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Старшая группа (5-6 лет)

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры.

Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Подготовительная группа (6-7 лет)

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

3.11 Система оценки результатов освоения образовательной программы

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- анализ и обсуждение результатов итоговой диагностики по физическому развитию;
- демонстрация личностных достижений каждого ребенка, проведение спортивной игры совместно с родителями.

Предоставление аналитических материалов администрации ДООУ по итогам реализации дополнительной общеразвивающей программы

Система оценки результатов освоения образовательной программы осуществляется с использованием оценочных материалов, разработанных образовательной организацией самостоятельно.

ПРИЛОЖЕНИЕ



