

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ВОРОНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.П.КАЛИНИНА
(МОУ – ВОРОНИНСКАЯ СОШ ИМ. В.П.КАЛИНИНА)**

Протокол Педагогического совета
№ 1 от 30.08.2021г

Директор МОУ-ВОРОНИНСКОЙ СОШ
ИМ. В.П. КАЛИНИНА
/Е.М. Глушкова/
Приказ № 57-1/О от 30.08.2021г

***ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
ДОШКОЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ –
ВОРОНИНСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ШКОЛЫ ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
В.П. КАЛИНИНА
на 2021-2026гг***

Срок реализации: 5 лет

Возраст обучающихся: с 1,5 лет до 7(8) лет

Адрес реализации:

*Московская область, Клинский район,
п. Шевляково, дом 21*

(дошкольное 3-е отделение)

*Московская область, Клинский район,
п. Слобода, ул. Центральная, дом 18*

(дошкольное 4-е отделение)

СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт программы	3
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	6
1.1. Пояснительная записка	6
1.2. Цель и задачи реализации Программы	6
1.3. Принципы и подходы к формированию Программы	7
1.4. Концепция программы	8
1.5. Планируемые результаты освоения Программы	8
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	9
2.1. Основные направления реализации программы	9
2.2. Современные здоровьесберегающие технологии	10
2.3. Организация физического воспитания	12
2.3.1. Организации рациональной двигательной активности	12
2.3.2. Занятия по физическому развитию	16
2.4. Система закаливающих мероприятий	16
2.5. Организация питания	21
2.6. Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни	22
2.7. Педагогическая диагностика состояния здоровья обучающихся	23
2.8. Система методической работы по повышению компетентности педагогов	24
2.9. Система взаимодействия дошкольных отделений и семьи в воспитании у детей потребности здорового образа жизни	25
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	28
3.1. Методическое обеспечение (программы, технологии, методические рекомендации по организации оздоровительной деятельности)	28
3.2. Материально-технические условия реализации программы	29
3.3. Кадровое обеспечение	33
<i>Приложение №1 Стратегический план оздоровления детей</i>	<i>34</i>

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<p><i>Наименование Программы</i></p>	<p>ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ» ДОШКОЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ-ВОРОНИНСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.П.КАЛИНИНА на 2021-2026гг</p>
<p><i>Разработчики Программы</i></p>	<p>старший воспитатель – Трусова Елена Александровна старший воспитатель – Кондакова Татьяна Георгиевна</p>
<p><i>Исполнители Программы</i></p>	<p>Педагоги, медицинский персонал, дети, родители (законные представители).</p>
<p><i>Сроки реализации Программы</i></p>	<p>с 01.09.2021г по 31.08.2026г</p>
<p><i>Адрес реализации программы</i></p>	<p>дошкольное 3-е отделение Московская область, Клинский район, п. Шевляково, д.21 дошкольное 4-е отделение Московская область, д. Слобода, ул. Центральная, д.18</p>
<p><i>Нормативные документы</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.12 г. № 273; ✓ СанПиН – 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденного Постановлением Главного санитарного врача от 27.10.2020 г. № 32; ✓ СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденного Постановлением Главного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28; ✓ СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2); ✓ Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 г. № 1155; ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 108 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным

	программам».
<i>Цель Программы</i>	✓ сохранение и укрепление, совершенствование нравственного, психофизического и социального здоровья участников образовательного процесса через использование инновационных подходов и внедрение в практическую деятельность здоровьесберегающих технологий.
<i>Задачи Программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ способствовать обеспечению двигательной активности обучающихся в режиме дня; ✓ воспитывать у детей валеологическую культуру, формировать привычку к здоровому образу жизни, осознанное отношение к своему организму, обеспечивать психофизическое развитие и эмоциональное благополучие ребёнка – дошкольника; ✓ создавать развивающую предметно-пространственную среду, ориентированную на ценности здоровья и формирование элементарных норм и правил здорового образа жизни, совершенствовать здоровьесберегающее пространство дошкольных отделений; ✓ совершенствовать систему профилактической - оздоровительной работы и закаляющих мероприятий; ✓ развивать способность педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме посредством внедрения авторских разработок; ✓ повышать квалификацию педагогов, младших воспитателей и обслуживающего персонала через ежегодное прохождение курсовой подготовки по оказанию первой помощи.
<i>Планируемые результаты</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ создание развивающей предметно-пространственной среды, ориентированной на ценности здоровья и формирование элементарных норм и правил здорового образа жизни, совершенствовать здоровьесберегающее пространство дошкольных отделений; ✓ снижение уровня заболеваемости воспитанников; ✓ отсутствие травматизма, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья; ✓ воспитание у детей валеологической культуры, привычки к здоровому образу жизни, осознанного отношения к своему организму, обеспечение психофизического развития и эмоционального благополучия ребёнка –

	<p>дошкольника;</p> <ul style="list-style-type: none">✓ развитие способностей педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме посредством внедрения авторских разработок;✓ повышение заинтересованности работников дошкольных отделений и родителей (законных представителей) в оздоровлении воспитанников;✓ стимулирование внимания дошкольников и их родителей (законных представителей) к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи;✓ повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закаливающих мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку;✓ рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей;✓ сформированность умений и устойчивого желания ребёнка заботиться о своём здоровье самому и с детства.✓ повышение квалификации педагогов, младших воспитателей через прохождение курсовой подготовки по оказанию первой помощи.
--	---

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Проблемы воспитания здорового ребенка были и остаются самыми актуальными в современном обществе, и как следствие, в практике воспитания. Особое значение в контексте рассматриваемой проблемы занимает организация оздоровительной и профилактической деятельности дошкольных отделений в соответствии с современными требованиями общества.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет ребёнок проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой.

Актуальной является необходимость создания в дошкольных отделениях здоровьесберегающей среды, системы физического развития и оздоровления дошкольников. Важно организовать физкультурно-оздоровительную работу, в процессе которой развивались двигательные умения, навыки и физические качества, и формировалось положительное отношение к здоровому образу жизни. Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольных отделениях.

Для целенаправленной работы по укреплению и сохранению здоровья детей, воспитанников дошкольных отделений разработана программа «Здоровье» (далее – Программа). Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить представления о здоровом образе жизни, но и иметь стойкие навыки и привычки.

В рамках реализации Программы происходит создание системы взаимодействия дети-родители-педагоги, для которой характерен учёт интересов, возможностей каждого ребёнка, создание условий содействия физическому развитию и оздоровлению дошкольников. Данное направление деятельности 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.

1.2. Цель и задачи реализации Программы

Цель Программы: сохранение и укрепление, совершенствование нравственного, психофизического и социального здоровья участников образовательного процесса через использование инновационных подходов и внедрение в практическую деятельность здоровьесберегающих технологий.

Задачи Программы:

- ✓ способствовать обеспечению двигательной активности обучающихся в режиме дня;

- ✓ воспитывать у детей валеологическую культуру, формировать привычку к здоровому образу жизни, осознанное отношение к своему организму, обеспечивать психофизическое развитие и эмоциональное благополучие ребёнка – дошкольника;
- ✓ создавать развивающую предметно-пространственную среду, ориентированную на ценности здоровья и формирование элементарных норм и правил здорового образа жизни, совершенствовать здоровьесберегающее пространство дошкольных отделений;
- ✓ совершенствовать систему профилактической - оздоровительной работы и закалывающих мероприятий;
- ✓ развивать способность педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме посредством внедрения авторских разработок;
- ✓ повышать квалификацию педагогов, младших воспитателей через прохождение курсовой подготовки по оказанию первой помощи.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

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 медицинского работника дошкольных отделений;
- ✓ *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 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 активного обучения* обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества;
- ✓ *принцип сознательности*, предполагает осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью;
- ✓ *принцип целенаправленности*, предполагает подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели;
- ✓ *принцип оптимальности*, предполагает разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки.

1.4. Концепция программы

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в дошкольных отделениях. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое развитие, охрану психического здоровья, а также организацию медицинской помощи.

Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Сохранение и укрепление нравственного и психофизического здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей образовательно -воспитательной работы дошкольных отделений, не только в плане физического развития и нравственного воспитания, но и обучения в целом, в организации режима, оздоровительно - профилактической и индивидуальной работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружения родителей основами психолого-педагогических знаний, их просвещения.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

- ✓ создание развивающей предметно-пространственной среды, ориентированной на ценности здоровья и формирование элементарных норм и правил здорового образа жизни, совершенствовать здоровьесберегающее пространство дошкольных отделений;
- ✓ снижение уровня заболеваемости воспитанников;
- ✓ отсутствие травматизма, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- ✓ воспитание у детей валеологической культуры, привычки к здоровому образу жизни, осознанного отношения к своему организму, обеспечение психофизического развития и эмоционального благополучия ребёнка – дошкольника;
- ✓ развитие способностей педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме посредством внедрения авторских разработок;
- ✓ повышение заинтересованности работников дошкольных отделений и родителей (законных представителей) в оздоровлении воспитанников;
- ✓ стимулирование внимания дошкольников и их родителей (законных представителей) к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи;
- ✓ повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закалывающих мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку;
- ✓ рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей;
- ✓ сформированность умений и устойчивого желания ребёнка заботиться о своём здоровье самому и с детства.
- ✓ повышение квалификации педагогов, младших воспитателей через прохождение курсовой подготовки по оказанию первой помощи.

IV. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Основные направления и участники реализации программы

Основные направления программы:

- ✓ *Профилактические мероприятия.* Раскрываются новые подходы дошкольных отделений в организации физкультурно-оздоровительной работы, план улучшения здоровья детей.
- ✓ *Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы.*
- ✓ *Организация рационального питания.*
- ✓ *Комплексная физкультурно-оздоровительная работа.* Раскрываются виды и типы ООД, проводимых в дошкольных отделениях, формы организации закаливания дошкольников, способы повышения двигательного режима детей в течение дня, профилактические мероприятия в период повышения ОРВИ и гриппа. Работа по организации и формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.
- ✓ *Консультативно-информационная работа:* с педагогами и сотрудниками, с родителями

Основные участники программы:



№ п/п	Направление	Задачи
1.	Работа с воспитанниками	<ul style="list-style-type: none">✓ укреплять здоровье детей и улучшать их двигательный статус с учетом индивидуальных возможностей и способностей;✓ формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия;✓ удовлетворять потребность детей в движении;✓ стимулировать развитие у детей навыков личной гигиены и осуществлять контроль за их неукоснительным выполнением;✓ формировать у детей потребность к занятиям физической культурой и эмоционально-положительное отношение ко всем видам двигательной активности;✓ обогащать представления и умения в подвижных играх и упражнениях;✓ целенаправленно развивать физические качества;✓ формировать умение сохранять правильную осанку;✓ воспитывать чувство уверенности в себе.

2.	<i>Работа с педагогами</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ изучать научные исследования в области охраны здоровья детей, здоровьесберегающих технологий, формирования потребности в здоровом образе жизни; ✓ внедрять современные инновации в области физического развития детей; образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей; ✓ неукоснительно соблюдать гигиенические требования к организации жизнедеятельности детей в условиях дошкольных отделений; ✓ повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей; ✓ разработать и реализовать просветительские программы для родителей по вопросам сохранения здоровья детей.
3.	<i>Работа с родителями (законными представителями)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ формировать мотивацию здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни у членов семьи; ✓ активизировать родительский интерес, творчество, самостоятельный поиск способов решения проблем в области здоровья; ✓ изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания; ✓ создать условия для поддержки родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья; ✓ валеологическое просвещение родителей.

2.2. Современные здоровьесберегающие технологии

<i>Виды</i>	<i>Время проведения в режиме дня</i>	<i>Особенности методики проведения</i>
<i>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>		
Динамические паузы	Во время занятий, 2- 5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида ООД.
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от	Можно использовать спокойную классическую музыку

	состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	(Чайковский, Рахманинов), звуки природы.
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста.	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры
Гимнастика бодрящая. Дорожки здоровья.	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по дорожкам здоровья.
<i>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</i>		
Физкультурное занятие	3 раза в неделю. Длительность в соответствии с возрастом детей.	Занятия проводятся в соответствии ООП ДО. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.
Беседы о здоровье, игры, просмотр презентаций, мультфильмов и т.д.	В соответствии с возрастом детей.	В соответствии с ООП ДО.
«Утренний круг»	Каждое утро (создание положительного и конструктивно- эмоционального настроя на весь день)	Обеспечить комфортное и конструктивно- деловое участие всех детей в общем разговоре. Установить и удерживать культурную рамку (культуру ведения диалога и монолога). Демонстрировать свое собственное отношение к высказываниям и идеям детей, не навязывая его. Помогать детям выбирать и планировать работу.

Выбор центров развития и видов деятельности во время ООД	Ежедневно (дети с 4 до 7 лет)	Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка через его включение в различные виды деятельности, создание благоприятной психологической среды.
<i>3. Коррекционные технологии</i>		
Сказкотерапия	В соответствии с возрастом детей.	В соответствии с ООП ДО.

2.3. Организация физического воспитания

2.3.1. Организации рациональной двигательной активности

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Одним из важных условий обеспечения деятельности дошкольных отделений по оздоровлению детей является организация двигательного режима, разработанного для каждой возрастной группы.

Учитываются возрастные и индивидуальные особенности ребенка, некоторые состояния (период выздоровления после болезни, адаптация к ДОО, время года).

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья и возраста детей, времени года, при постоянном контроле со стороны медицинских работников. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Следует развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

На основании проводимой педагогической диагностики в дошкольных отделениях учитываются медицинские группы здоровья для проведения занятий по физической культуре. Формирование групп дифференцировано по подходу к физическому воспитанию детей с учетом состояния их здоровья, физического развития, функциональной способности важнейших систем организма и физической тренированности его.

Основная группа (ОГ) включает детей I-й и частично II-й групп здоровья с небольшими функциональными отклонениями при общем хорошем самочувствии. Эти

дети занимаются в соответствии с ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММОЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ на 2021-2026гг.

Подготовительная группа (ПГ) назначается детям II-й и частично III-й групп здоровья, имеющим отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья, хронические заболевания в стадии стойкой ремиссии не препятствующие занятиями физическими упражнениями в объеме программы по физической культуре. Временно пополняют эту группу дети, перенесшие простудные заболевания, ОРВИ и др. Эти дети занимаются вместе с основной группой, нуждаются в некоторых ограничениях нагрузок и более постепенном освоении двигательных навыков и умений, в связи с чем нуждаются в дополнительных занятиях для повышения физической подготовленности.

Специальная медицинская группа (СМГ) III группа здоровья формируется из воспитанников, имеющих отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, допущенные к групповым занятиям, но имеющие противопоказания к усиленной физической нагрузке. Обязательным видом занятий по физкультуре для них являются занятия по специальным программам с дифференцированным подходом и индивидуальной оценкой их влияния на организм. Основным критерием для отнесения ребенка к СМГ является установление диагноза заболевания, однако, и в этом случае медицинская группа должна назначаться с учетом тяжести патологического процесса и адаптационных возможностей организма. Каждый ребенок должен получать оздоравливающее воздействие, в том числе и физические нагрузки в соответствии с состоянием здоровья.

При составлении гимнастических комплексов учитываются упражнения, развивающие основные виды движений. Увеличение физиологической нагрузки достигается за счет повторений и ускорения ритма выполняемых упражнений. В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность.

В занятиях преимущественно со статическим положением устраиваются физкультминутки на 1—2 мин: дети делают 3—5 упражнений, усиливающих дыхательную деятельность, предупреждающих искривление позвоночника, устраняющих застойные явления в нижних конечностях. Каждое упражнение повторяют 4—6 раз.

Во время прогулок большое внимание уделяется не только разнообразной самостоятельной деятельности детей, но и подвижным играм, физическим упражнениям, индивидуальной работе по физическому воспитанию.

Режим двигательной активности для воспитанников 1,5-3 лет.

<i>Формы работы</i>	<i>Виды</i>	<i>Кол-во и длительность</i>
Физкультурные занятия	в помещении	10 мин / 3 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	10 мин / ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	5-10 мин / ежедневно 2 раза (первая и вторая половина дня)
	Физкультминутки (в середине ООД)	2 мин / ежедневно в зависимости от вида и содержания ООД

Активный отдых	Физкультурный досуг	10 мин / 1 раз в месяц
	Физкультурный праздник	-
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Режим двигательной активности для воспитанников 3-4 года.

Формы работы	Виды	Кол-во и длительность
Физкультурные занятия	в помещении	15 мин / 3 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	10 мин / ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	15-20 мин / ежедневно 2 раза (первая и вторая половина дня)
	Физкультминутки (в середине ООД)	3-5 мин / ежедневно в зависимости от вида и содержания ООД
Активный отдых	Физкультурный досуг	20 мин / 1 раз в месяц
	Физкультурный праздник	-
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Режим двигательной активности для воспитанников 4-5 лет.

Формы работы	Виды	Кол-во и длительность
Физкультурные занятия	в помещении	20 мин / 3 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	10 мин / ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	20-25 мин / ежедневно 2 раза (первая и вторая половина дня)
	Физкультминутки (в середине ООД)	3-5 мин / ежедневно в зависимости от вида и

		содержания ООД
Активный отдых	Физкультурный досуг	20 мин / 1 раз в месяц
	Физкультурный праздник	до 45 мин / 2 раза в год
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Режим двигательной активности для воспитанников 5-6 лет.

Формы работы	Виды	Кол-во и длительность
Физкультурные занятия	в помещении, на улице	25 мин / 3 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	10 мин / ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	25-30 мин / ежедневно 2 раза (первая и вторая половина дня)
	Физкультминутки (в середине ООД)	3-5 мин / ежедневно в зависимости от вида и содержания ООД
Активный отдых	Физкультурный досуг	30-45 мин / 1 раз в месяц
	Физкультурный праздник	до 60 мин / 2 раза в год
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Режим двигательной активности для воспитанников 6-7 лет.

Формы работы	Виды	Кол-во и длительность
Физкультурные занятия	в помещении, на улице	30 мин / 3 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	10 мин / ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	30-40 мин / ежедневно 2 раза (первая и вторая половина дня)

	Физкультминутки (в середине ООД)	3-5 мин / ежедневно в зависимости от вида и содержания ООД
Активный отдых	Физкультурный досуг	40 мин / 1 раз в месяц
	Физкультурный праздник	до 60 мин / 2 раза в год
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

2.3.2. Занятия по физическому развитию

Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 1,5 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. В соответствии с действующими СанПиНами для детей 5–7 лет обязательно, а для детей 3–5 лет желательно один раз в неделю занятие по физическому развитию круглогодично организовывать на открытом воздухе.

Занятия проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях большинство занятий физкультурой рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- ✓ в группе раннего возраста – 10 мин;
- ✓ в младшей группе — 15 минут;
- ✓ в средней группе — 20 минут;
- ✓ в старшей группе — 25 минут;
- ✓ в подготовительной группе — 30 минут.

Ежедневно следует проводить с детьми утреннюю гимнастику. В середине статических занятий, требующих высокой умственной нагрузки, рекомендуется проводить физкультминутку длительностью 1–3 минуты.

2.4. Система закаливающих мероприятий

Одним из направлений оздоровления детей является использование комплекса закаливающих мероприятий.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учётом подготовленности персонала и материальной базы дошкольных отделений. При организации закаливания реализуются основные гигиенические принципы – постепенность, систематичность, комплексность и учёт индивидуальных особенностей ребёнка. Закаливающие мероприятия осуществляются с учётом здоровья, возраста детей и времени года.

Закаливание детей включает комплекс мероприятий:

- ✓ широкая аэрация помещений (проветривание);
- ✓ оптимальный температурный режим;
- ✓ правильно организованная прогулка;
- ✓ физические упражнения, проводимые в лёгкой спортивной форме в помещении и на открытом воздухе;
- ✓ умывание прохладной водой и другие водные и воздушные процедуры.

Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки. В помещении следует обеспечивать оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; приучать детей находится в помещении в облегчённой одежде.

Необходимо обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Проветривание.

Все помещения дошкольных отделений должны ежедневно проветриваться. Проветривание проводится через каждые 1,5 часа. В групповых помещениях обеспечивается естественное сквозное или угловое проветривание. Сквозное проветривание в присутствии детей не проводится. В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в тёплое время года. Проветривание через туалетные комнаты не допускается.

Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут до их прихода с прогулки или занятий.

При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2-4°C. В помещениях спален сквозное проветривание проводится до дневного сна. При проветривании во время сна фрамуги, форточки открываются с одной стороны и закрываются за 30 минут до подъёма.

В холодное время года фрамуги, форточки закрываются за 10 минут до отхода ко сну детей. В тёплое время года сон организуется при открытых окнах (избегая сквозняков).

Прогулка.

Для укрепления здоровья детей, удовлетворения их потребности в двигательной активности, профилактики утомления необходимы ежедневные прогулки.

Детям необходимы ежедневные прогулки. Рекомендуемая для детей 3–7 лет продолжительность ежедневных прогулок составляет 3–4 часа.

Нельзя сокращать продолжительность прогулки. Важно обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в течение дня, нельзя без веских причин сокращать продолжительность прогулок, например с целью проведения дополнительных занятий.

Можно сокращать продолжительность прогулки при плохих погодных условиях, в частности при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с. На прогулке необходимо создавать условия для самостоятельной двигательной активности детей, обучать детей пользоваться спортивно игровым оборудованием и спортивными принадлежностями. В структуре прогулки обязательно предусматривать подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения, следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке.

Оздоровительные процедуры после дневного сна.

Оздоровительные процедуры после дневного сна (физические упражнения, контрастные воздушные ванны, водное закаливание) являются очень важным режимным моментом.

Правильно организованный подъем детей после сна поднимает настроение и мышечный тонус ребенка, дает хороший оздоровительный и закаливающий эффект.

Система мероприятий, включающих элементы закаливания в повседневной жизни (сентябрь-май)

Фактор	Мероприятия	Место в режиме дня	Периодичность	Дозировка
вода	умывание	после каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно	t воды +28+20
воздух	облегченная одежда	в течении дня	ежедневно, в течение года	-
	одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-
	прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	не менее 3 часов в день, в зависимости от сезона и погодных условий
	выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	-
	бодрящая гимнастика	после сна	ежедневно, в течение года	-
	дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физкультурном занятии, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений
рецепторы	пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин

Система мероприятий, включающих специальные оздоровительные и закаливающие процедуры (сентябрь-май)

Мероприятия	Место в режиме дня	Периодичность	Дозировка
Обширное умывание	после сна	ежедневно	-
Босохождение в помещении по «Дорожкам Здоровья»	после сна	ежедневно	По массажной дорожке дети проходят босиком 3-5 кругов (раз)

**Методика проведения специальных оздоровительных и закаливающих процедур
Босохождение в помещении по «Дорожкам Здоровья» (авторы Коваленка В.С., Похис К.А.)**

Закаливание проводится после сна. По массажной дорожке дети проходят босиком 3-5 кругов (раз), во время ходьбы возможно выполнение специальных упражнений. «Дорожка Здоровья» представляет собой полосу из легкостирающейся ткани с нашитыми на нее мелкими предметами: пуговицы, бусинки, плетеные веревочки, шнуры и другие объемные предметы, безопасные для ребенка. Можно использовать коврик для ванной типа «травка». Подобные дорожки используют для профилактики плоскостопия и являются активными раздражителями рецепторов, находящихся на стопе ребенка.

Обширное умывание (автор Береснева З.И.)

Обширное умывание служит не только оздоровлению детей, но и приучает к здоровому образу жизни с применением гигиенических процедур.

1. Ребенок должен открыть кран с водой, намочить правую ладонку и провести ею от кончиков пальцев до локтя левой руки, сказать «раз»; то же проделать левой рукой.
2. Намочить обе ладонки, положить их сзади на шею и провести ими одновременно к подбородку; сказать «раз».
3. Намочить правую ладонку и сделать круговое движение по верхней части груди, сказать «раз».
4. Намочить обе ладонки и умыться лицо.
5. Ополоснуть, «отжать» руки, вытереться насухо.

Площадь воздействия воды расширяется постепенно:

- *дети 2-3 лет моют кисти рук и лицо;*
- *дети 3-5 лет - кисти рук, лицо, шею, предплечья;*
- *дети 5-7 лет - кисти рук, лицо, шею, грудь, предплечья.*

Основные формы закаливания в летний период в дошкольных отделениях и специфика их применения

Закаливание воздухом

Закаливание воздухом – самый простой и доступный для детей способ. Начинают закаливание детей дошкольного возраста с воздушных ванн, например, во время переодевания, утренней зарядки, затем подключают сон с открытой форточкой (в летнее время). Оптимально поддерживать в помещении температуру 18 – 20 градусов. В летний период дошкольники большее время проводят на свежем воздухе при любых погодных условиях. Одежда для прогулок должна быть достаточно комфортной, чтобы не стеснять активных движений.

Температура воздуха в группах должна быть:

- ✚ до 3-х лет – 22°-24°С;
- ✚ 3 – 7 года – 21°-24°С;

Закаливание детей дошкольного возраста солнечными лучами

Солнечные лучи – довольно интенсивный и опасный фактор закаливания. Начинают закаливание солнцем у детей раннего возраста в тени деревьев, затем переходят

на местные солнечные ванны отдельных участков тела (рук, ног, постепенно увеличивая длительность солнечных ванн. Делать это надо утром или вечером, тщательно наблюдая за самочувствием малышей. Место, выбранное для приема солнечных ванн, должно быть сухое. Ребенок ложится на подстилку так, чтобы тело было освещено солнцем, а голова находилась в тени (ее можно покрыть панамой). Продолжительность процедуры вначале 4 минуты, при этом ребенок меняет положение, подставляя солнцу спину, правый и левый бок, живот. Через каждые 2—3 ванны ко времени облучения прибавляется еще по минуте для каждой стороны тела. Постепенно длительность солнечной ванны можно довести до 25—30 минут. Головной убор и питье – обязательные условия закаливания солнцем.

Закаливание водой

Вода является самым мощным фактором закаливания. Для детей дошкольного возраста в режим дня обязательно вводят мытье рук – утром, перед и после еды, после туалета и прогулки. Кроме гигиенического значения мытье рук прохладной водой выполняет закаливающую роль. Спустя время можно расширить режим закаливания водой – попеременно мыть руки до локтей, шею и лицо теплой и холодной водой.

Хождение босиком

Учитывая высокую рефлекторную связь между холодовыми рецепторами стопы и слизистой верхних дыхательных путей, хождение босиком является действенным методом повышения устойчивости организма к воздействию низких температур. Одновременно данная процедура способствует укреплению связок и правильному формированию свода стопы. Начинать следует при температуре пола 18 С. Особо чувствительным детям можно ходить в носках в течении 3-5 дней, затем босиком по 3-4 мин. В день, постепенно увеличивая продолжительность на 1-2 мин до 15-20 мин. Хорошо закаленные дети могут ходить босиком постоянно. Гигиена. После купания ребенка обливают водой контрастной температуры (на 1-2 С ниже, чем температура в ванне). После этого ребенка насухо вытирают.

Игра с водой

Может быть использована для закаливания как местная ручная ванна. Следует помнить, что кисти рук (так же как и стопы) являются важными зонами-теплообменниками: через эти области отводится 70% тепла. При играх с водой ее температура не должна быть ниже 28 С. Наблюдая за реакциями детей, можно постепенно снизить температуру воды до комнатной, не допуская, однако, переохлаждения организма.

Система закаливания

<i>Мероприятие</i>	<i>Лето</i>		
	<i>июнь</i>	<i>июль</i>	<i>август</i>
<i>Утренний приём на свежем воздухе</i>	+	+	+
<i>Гимнастика на свежем воздухе</i>	+	+	+
<i>Воздушные ванны</i>	+	+	+
<i>Облегчённая форма одежды</i>	+	+	+
<i>Ходьба босиком после сна</i>	+	+	+
<i>Сон с доступом воздуха +19С+17С</i>	+	+	+

<i>Контрастные воздушные ванны (пробежки)</i>	+	+	+
<i>Солнечные ванны</i>	+	+	+
<i>Обширное умывание</i>	+	+	+
<i>Умывание прохладной водой.</i>	+	+	+
<i>Самомассаж.</i>	+	+	+
<i>Игры с водой</i>	+	+	+
<i>Дорожки здоровья</i>	+	+	+

Закаливающие процедуры во время прогулки

<i>Содержание</i>	<i>1,5 - 3 лет</i>	<i>3-7 лет</i>
<i>1. Воздушные ванны (начинать в тени)</i>	с 3 - 5 мин при +22° +24°	Температура не ниже +20°
<i>2. Солнечные ванны (начинать в тени с 10-12 час)</i>	с 3 - 5 до 10 мин	с 10 до 15 мин
<i>3. Водные процедуры</i>	Мытье рук с +30° до +20° с 30 сек до 5 - 10 мин	Обливание ног контрастной водой: диспансерная группа и после болезни с +36°+26°+36° до +40°+20°+40° Здоровые с +26°+36°+26° до +20°+40°+20°
<i>4. Хожение босиком по траве</i>	t +24° с 5 до 20 минут	t +22° +24° с 5-10 мин до 40-60 мин при выше +24° сразу 40-60 минут

2.5. Организация рационального питания

В комплексе с другими здоровьесберегающими факторами питание является основой для физического и нервно-психического развития детей, повышения сопротивляемости организма к заболеваниям. Основными принципами организации рационального питания детей в дошкольных отделениях является:

- ✓ обеспечение поступления всех основных пищевых веществ в количествах, отвечающим физиологическим потребностям детского организма;
- ✓ соблюдение определенного режима питания;
- ✓ выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов;
- ✓ а также создание условий для эстетического и культурно-гигиенического развития детей.

Работа по организации питания и контроля за ним требует знаний, знаний нормативно-инструктивных документов и умения воспитывать у работников бережное, заботливое отношение к питанию детей – источнику их здоровья, бодрого настроения.

При организации режима пребывания детей в дошкольных отделениях в течение 12-ти часов организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа.

Улучшение организации питания обучающихся реализуется через следующие мероприятия:

- ✓ использование 10-дневного меню для дошкольных отделений Управления образования Администрации городского округа Клин;
- ✓ использование технологических карт приготовления блюд;
- ✓ витаминизацию третьих блюд;
- ✓ включение в рацион питания детей соков.

Выдача готовой пищи разрешается только после снятия пробы с обязательной отметкой вкусовых качеств, готовности блюд и соответствующей записи в бракеражном журнале готовых блюд, а также контролируется правильность отбора и сроки хранения суточной пробы.

Для формирования у обучающихся и их родителей навыков здорового образа жизни ведется просветительская работа в области гигиены питания и профилактики острых кишечных и паразитарных заболеваний.

2.6. *Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни*

Одной из задач дошкольного образования, является воспитание безопасного и здорового образа жизни у детей. Зачастую наших детей подстерегает множество опасностей. Ребенок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Задача педагога – правильно подготовить ребенка к встрече с различными сложными и опасными жизненными ситуациями, сформировав у него знания и навыки безопасного поведения. Поэтому значимой является проблема создания условий в дошкольных отделениях, позволяющих ребенку планомерно накапливать опыт ведения здорового образа жизни и безопасного поведения.

В современной науке опасностями принято называть явления, процессы или объекты, способные в определенных условиях наносить ущерб здоровью человека непосредственно или косвенно. Под безопасностью большинство исследователей понимают такое состояние человека, которое с определенной вероятностью обеспечивает невозможность причинения вреда его существованию, как другими, так и самим собой. Данное обеспечение осуществляется благодаря имеющимся знаниям, умениям и навыкам, как это сделать.

Задача воспитателя заключается в том, чтобы дать детям необходимую сумму знаний об общепринятых человеком нормах поведения, научить адекватно, осознанно действовать в той или иной обстановке, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в парке, в транспорте и развить у дошкольников самостоятельность и ответственность.

Данный вид деятельности, направлен на формирование у детей знаний и навыков безопасного поведения. В календарных планах воспитательно-образовательной деятельности мероприятия отражаются в соответствии с тематикой занятий программы «Безопасность» по разделам: «Развитие представлений об окружающем мире и о себе»; «Ознакомление с природой».

Для более успешного усвоения детьми знаний, используются различные занимательные материалы, стихи, загадки, ребусы, карточки. Привлечены тексты художественных произведений, пословицы, интересные и поучительные истории, наглядно демонстрирующие и раскрывающие темы безопасности. Целевые прогулки, беседы, игровые занятия, театрализованные представления, тематические праздники и развлечения с использованием игровых приемов и проигрыванием различных жизненных

ситуаций, позволяют более успешно сформировать у детей отношение к собственному здоровью, представления о здоровом образе жизни и безопасному поведению.

2.7. Педагогическая диагностика состояния здоровья обучающихся

В дошкольных отделениях систематически проводятся мероприятия, направленные на определение исходных показателей психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья воспитанников (наблюдение, анкетирование, беседы и др.).

Исследование состояния здоровья детей воспитателями дошкольных отделений и специалистами детской поликлиники:

- ✓ осмотр детей медперсоналом (врач-педиатр, старшая медицинская сестра), определение группы здоровья;
- ✓ диспансеризация детей;
- ✓ выявление нарушений двигательной активности, координации движений и т.д. в беседах с родителями и педагогами;
- ✓ антропометрия (до 3-х лет ежеквартально, дошкольные группы – 2 раза в год).

Медицинские работники: врач-педиатр и медицинская сестра, изучая историю развития ребенка, выявляют часто болеющих детей, детей, страдающих хроническими заболеваниями, распределяя их по определенным группам здоровья и группам для занятий физической культурой.

Учет возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет не только выявить имеющиеся у ребенка проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности, спрогнозировать состояние здоровья и физическое развитие в дальнейшем.

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год: в сентябре- на начало учебного года и в мае по итогам учебного года. Ее итоги, а также выявленные проблемы здоровья обучающихся обсуждаются в ходе проведения Педагогического совета (или педагогического часа), наиболее сложные в плане состояния здоровья обучающиеся берутся под контроль, намечается дальнейший план индивидуальной работы.

Для систематизации результатов анализа состояния здоровья детей целесообразно сведение полученных данных в таблицы, помещенные ниже.

Результаты педагогической диагностики фиксируются для последующего анализа деятельности дошкольных отделений в направлении укрепления здоровья обучающихся и реализации данной Программы.

Выявленные проблемы у детей, берутся под контроль, обсуждаются на педсовете, намечается план индивидуальной работы с детьми. На последнем педсовете (по итогам года), озвучиваются результаты.

Формы проведения диагностики

Параметры диагностики	Критерии	Средства, формы мониторинга	Сроки исследований	Ответственные
<i>Состояние здоровья обучающихся</i>	Посещаемость, заболеваемость	заполнение журнала посещаемости и заболеваемости, заполнение данных	ежедневно	воспитатели

		отчет о посещаемости	ежемесячно	старшие воспитатели
	Группы здоровья детей	профилактические осмотры	ежегодно	медицинская сестра
	Состояние здоровья детей	утренний фильтр	ежедневно	воспитатели
	Анализ заболеваемости	табель посещаемости	ежедневно	старшие воспитатели
<i>Физическая подготовленность</i>	Уровень развития двигательных качеств	таблицы диагностики	сентябрь май	старшие воспитатели
<i>Эмоциональное благополучие обучающихся</i>	Уровень адаптации вновь поступивших детей к условиям дошкольных отделений	листы адаптации	август-сентябрь	воспитатели

2.8. Система методической работы по повышению компетентности педагогов.

Методическая работа по совершенствованию мастерства воспитателей направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы дошкольных отделений включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

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

- ✓ просветительская работа по направлениям программы «Здоровье»;
- ✓ консультации для воспитателей по сохранению собственного здоровья;
- ✓ обучение педагогов методике проведения мониторинга по физической подготовленности дошкольников. Организационно - методические мероприятия;
- ✓ повышение профессиональной компетентности педагогов по совершенствованию образовательной деятельности в дошкольных отделениях по физической культуре: курсы повышения квалификации, мастер – классы, деловые игры, семинары-практикумы, круглые столы, педагогические ринги и т.д.; обмен опытом в виде презентаций на педсоветах; изучение новинок и нетрадиционных подходов в физическом воспитании; участие в конкурсах;
- ✓ реализация комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- ✓ пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, праздников, выставок, мультимедийных презентаций, буклетов);

- ✓ информирование родителей о содержании работы дошкольных отделений, вовлечение родителей в жизнь детей, пропаганду здорового образа жизни, ведение поиска путей сотрудничества;
- ✓ повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирование здорового образа жизни;
- ✓ оказание помощи педагогам в проведении современных методов мониторинга здоровья.

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

1. *Обеспечение гибкого режима дня в дошкольных отделениях:*

2. *Проведение профилактических медицинских мероприятий*

- ✓ профилактическая работа с родителями и педагогами по снижению заболеваемости;
- ✓ вакцинация в соответствии с национальным календарем прививок;
- ✓ контроль за санитарным состоянием дошкольных отделений;
- ✓ контроль за питанием;
- ✓ проведение с детьми занятий по теме «Я и моё здоровье».

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

- ✓ создание соответствующей развивающей среды в группах;
- ✓ создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;
- ✓ физкультурные и музыкальные праздники и развлечения;
- ✓ создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольных отделениях в целом;
- ✓ оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый- взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребёнок)

4. *Обеспечение безопасного пребывания ребенка в дошкольных отделениях:*

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

2.9. Система взаимодействия дошкольных отделений и семьи в воспитании у детей потребности здорового образа жизни

Большое значение имеет взаимодействие педагогов и родителей по вопросам состояния здоровья ребенка. Одним из показателей качества работы педагога является ориентация на взаимодействие с семьей. Только взаимодействие всех взрослых, объединенных общей заботой о здоровье ребенка, развитие его физической подготовленности и сформированности мотивации к здоровому образу жизни, может обеспечить разумный выбор подходов к индивидуальному развитию каждого ребенка.

Решение этого вопроса требует от воспитателя грамотного подхода к информированности каждого родителя. Немаловажным фактором в подаче информации является позиция воспитателя, то под каким «углом зрения» делается сообщение, поскольку направленность общения воспитателей с родителями, является «зеркалом» работы всего коллектива.

Для того чтобы при общей занятости воспитателей и родителей нашлось время для такого общения, его необходимо специально планировать, целенаправленно осуществляя информирование каждого родителя о состоянии здоровья ребенка и мероприятиях, направленных на его улучшение.

Активную роль в информированности родителей, занимают памятки для родителей, где содержится информация, направленная на решение конкретных проблем. Для того чтобы ориентироваться в своей работе не на «усредненного» родителя, а учитывать индивидуальные особенности конкретных родителей, их культурный и образовательный уровень, степень компетентности в области педагогики, психологии используются различные формы взаимодействия, в том числе изучение: типологии семьи, общих сведений о родителях, их удовлетворенности эффективностью здоровьесберегающим процессом в дошкольных отделениях и уровнем информированности.

Организация эффективного взаимодействия с родителями по вопросам здоровья во многом зависит от направленности взаимодействия. Поскольку формы и методы не являются столь значимыми сами по себе, большую роль играет единство в подходах и установление партнерских отношений между педагогами и родителями. Подобного рода отношения позволяют объединить усилия для достижения высокого уровня реального здоровья каждого ребенка.

Для привлечения родителей к жизнедеятельности детей в дошкольных отделениях, в практику внедряется комплекс мероприятий, где родитель является полноценным участником. Это - тематические недели; досуговые мероприятия; участие в спортивных праздниках и развлечениях.

Формы работы

- проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций;
- анкетирование;
- педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые), по проблемам;
- дни открытых дверей;
- экскурсии по дошкольным отделениям для вновь прибывших детей, в период адаптации;
- показ занятий для родителей;
- организация совместных дел (постройка горки, расчистка участка от снега и др.);
- участие родителей в проектах.

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*. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в дошкольных отделениях;
- ✓ *обязательная полная информированность родителей* о здоровье ребенка, о питании детей в дошкольных отделениях, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

Взаимодействие педагога с родителями – достаточно сложный процесс, он требует особого внимания и специальной подготовки воспитателей. Особенно в случаях низкого уровня педагогической компетентности родителей, естественным следствием чего является низкая активность, высокая конфликтность либо безответственность ряда родителей.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

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

Для реализации Программы в дошкольных отделениях используются следующие программы и технологии:

Направления развития	Комплексные программы	Парциальные программы	Технологии
Физическое развитие	<p>Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15);</p> <p>«От рождения до школы», Под редакцией Н. Е. Вераксы Т. С. Комаровой Э. М. Дорофеевой (инновационное издание)</p>	3-е дошкольное отделение	
		<ul style="list-style-type: none"> ➤ М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова Программа «Разговор о правильном питании». 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Борисова М. М. ФГОС Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет) ➤ Пензулаева Л. И. ФГОС «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет ➤ Степаненкова Э. Я. ФГОС Сборник подвижных игр (2-7 лет) ➤ Пензулаева Л. И. ФГОС «Физическая культура в детском саду»
		4-е дошкольное отделение	
			<ul style="list-style-type: none"> ✓ «Физическое воспитание в детском саду», «Методика физ. воспитания», Л.И Пензулаева» ✓ «Физкультурные занятия с детьми 3 -4 лет»; ✓ «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет»; ✓ «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет», Л.И. Пензулаева; ✓ «Воспитание здорового ребенка», М.Д. Маханева; «Воспитание основ здорового образа жизни», Голицына Н.С., К.Ю. Белая и др. «Уроки Мойдодыра», «Уроки Айболита», Г. Зайцев ✓

3.2. Материально-технические условия реализации программы

В соответствии с ФГОС, материально-техническое обеспечение программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

Состояние материально-технической базы дошкольных отделений (здания, сооружений, систем водоснабжения, водоотведения и отопления, вентиляции, пожарной сигнализации, тревожной кнопки, естественного, искусственного освещения, мебели, игрового, дидактического материала, средств ТСО) соответствует требованиям безопасности жизнедеятельности обучающихся, охраны труда, санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам (СанПиН), требованиям ФГОС ДО.

В дошкольных отделениях создана материально-техническая база для жизнеобеспечения, сохранения здоровья и развития обучающихся, ведется систематическая работа по совершенствованию и обогащению развивающей предметно - пространственной среды (далее - РППС). При создании РППС групп, и приемных воспитатели учитывают возрастные, индивидуальные особенности детей своей группы.

Физкультурный и музыкальный залы разделены. Имеются площади для организации дополнительных видов деятельности воспитанников.

Для осуществления образовательной деятельности в дошкольных отделениях имеются:

Название помещения	Описание
Групповые помещения	Группы оснащены необходимым учебным оборудованием. Имеется игровое оборудование, позволяющее каждому ребенку самостоятельно найти занятие по интересам и потребностям. Учитывая факт, что ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте является игра, акцент в группах сделан на детскую мебель для сюжетно-ролевых игр. Помещения эстетично оформлены, подобрана цветовая гамма благоприятная для детей. Современная образовательная среда, представлена различными видами конструкторов. В качестве центров развития выступают: уголок ряженья (для театрализованных игр); центр науки и естествознания, литературный центр, центр воды и песка, спортивный уголок, центр настольных игр, цент изобразительного искусства, цент мелкой моторики, центр конструирования, уголок для театрализованных (драматических) игр и др.
Методический кабинет	Содержание и оформление методического кабинета соответствует требованиям: информативности, доступности, эстетичности, содержательности, потребностям педагогов дошкольных отделений. Кабинет доступен каждому воспитателю, имеет удобный, гибкий график работы. Методический кабинет Учреждения оснащен справочной и методической литературой для реализации всех направлений развития детей в соответствии с основной образовательной программой: <ul style="list-style-type: none">➤ педагогические методики и технологии;➤ учебно-методические комплекты и учебно-наглядные пособия

	<p>для работы с детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ картины, репродукции, произведения декоративно-прикладного искусства; ➤ аудиокассеты, CD-диски. <p>В методическом кабинете также имеются:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ материалы, отражающие методическую деятельность; ➤ передовой педагогический опыт; ➤ библиотека педагогической, справочной и детской литературы; ➤ нормативная документация; ➤ дидактические пособия для занятий.
Музыкальный зал	<p>В Учреждении есть музыкальный зал, который оснащён музыкальным оборудованием: пианино, музыкальный синтезатор, музыкальный центр и набор народных музыкальных инструментов. Для организации педагогического процесса оформлены дидактические пособия по нотной грамоте для дошкольников, дидактические игры, подобран иллюстративный материал, портреты композиторов. Подобрана музыкальная фонотека, способствующая созданию шумовых природных эффектов. Для обучения детей игре на детских музыкальных инструментах в наличии металлофоны, деревянные ложки, треугольники, трещотки. В музыкальном зале проходят праздники, развлечения, которые способствуют развитию эмоциональной сферы ребенка, музыкальных и творческих способностей. Для проведения праздников создана костюмерная, которая имеет в наличии взрослые и детские костюмы, отражающие характер сказочных персонажей. Имеется мультимедийная система (проектор + экран), музыкальный центр для повышения эффективности образовательного процесса.</p>
Физкультурный зал	<p>Для занятий по физическому развитию детей функционирует физкультурный зал. В спортивном зале имеется спортивное оборудование: шведская стенка, гимнастические маты, мячи разной величины, скамейки, гимнастические палки и пр. Для поднятия эмоционального настроения и выполнения музыкально-ритмических движений имеется музыкальная колонка, игрушки, маски и шапочки для подвижных игр, игр-забав.</p>
Кабинет развивающего обучения «Весёлая каруселька» (3-е отделение)	<p>Для занятий по дополнительному образованию оснащён кабинет развивающего обучения «Весёлая каруселька». В кабинете имеется мультимедийная система (проектор + экран). Помещение эстетично оформлено, подобрана цветовая гамма благоприятная для детей. Образовательная среда, представлена различными видами конструкторов. Кабинет развивающего обучения используется для проведения образовательной деятельности технической, естественнонаучной, социально-педагогической, художественно-</p>

	эстетической и физической направленностей.
Территория	Территория предназначена для организации прогулок, игр, занятий и досуга воспитанников, как в летнее, так и в зимнее время. Территория детского сада ограждена забором и озеленена. Здание оборудовано наружным освещением.
Игровые прогулочные участки	Каждый игровой участок имеет свой дизайн по оформлению, отдельную игровую площадку, на которой расположены веранда, песочница, малые архитектурные формы, оборудование для занятий с дидактическими и развивающими играми (стол, скамейки); для организации сюжетно – ролевых и театрализованных игр детей (кукольная мебель, тематические постройки и модули). Весь игровой, спортивный, трудовой инвентарь соответствует возрасту воспитанников, гигиеническими и эстетическими требованиям, и находится в свободном доступе для детей.
Спортивный участок	На территории имеется спортивный участок, оснащённый игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.
Огород	Огород является одним из условий, которое необходимо для осуществления экологического воспитания детей. Главное назначение огорода – дать детям представление о том, как растут овощи, научить узнавать и называть их (морковь, помидор, огурец, лук, капуста), их величину и цвет, знакомить с их вкусом. Закреплять знания детей о растительном мире, о том, где, что растёт. Грядки обозначены табличками с изображением овощей.
Кабинет дополнительного образования (4-е отделение)	Для занятий по дополнительному образованию в Учреждении оснащён кабинет дополнительного образования. Помещение эстетично оформлено, подобрана цветовая гамма благоприятная для детей. Кабинет дополнительного образования используется для проведения образовательной деятельности технической, естественнонаучной, социально-педагогической, художественно-эстетической и физической направленностей.
Кабинет ПДД (4-е отделение)	Для проведения воспитательно-образовательной работы по изучению правил дорожного движения в Учреждении имеется кабинет ПДД.

Перечень технических средств обучения, используемых для реализации Программы (3-е дошкольное отделение)

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Музыкальный центр	1
2.	Мультимедийная система: проектор+ экран	1
3.	Интерактивная доска	1

4.	Пианино	2
5.	Цифровое пианино	1

Перечень технических средств обучения, используемых для реализации Программы (4-е дошкольное отделение)

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Музыкальный центр	1
2.	Мультимедийная система: проектор+ экран	2
3.	Интерактивная доска	1
4.	Пианино	1
5.	Ноутбук	2

Организация предметно-развивающей 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 приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные физкультурным оборудованием, наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей, проведения утренней гимнастики и закаливающих процедур. В дошкольных отделениях функционируют спортивные залы для организации и проведения физкультурных занятий.

Прогулочные участки и спортивная площадка оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, 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.

Оборудован методический кабинет, в задачи которого входит оказание действенной помощи педагогам в организации педагогического процесса, в работе с родителями, в повышении педагогического мастерства и организации самообразования. Весь методический материал систематизирован и распределен в соответствии с требованиями к содержанию и методам воспитания и обучения детей в дошкольных отделениях. В методическом кабинете сосредоточен необходимый информационный материал (нормативно-правовые документы, педагогическая и методическая литература, представлены передовые технологии, материалы педагогического опыта, материалы методической работы и т.д.). Дошкольные отделения оснащены компьютерной техникой: для обратной связи с родителями и педагогами других дошкольных организаций, создан сайт; обеспечен выход в Интернет.

3.3. Кадровое обеспечение

Сотрудники дошкольных отделений	Функции
Старшие воспитатели	<p><i>контроль за:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ реализацией Программы «Здоровье»; ✓ проведением педагогической диагностики; ✓ проведением занятий по ОО «Физическое развитие»; ✓ закаливающих мероприятий; ✓ соблюдением режимных моментов; ✓ соблюдений требований СанПиН к организации пребывания детей в дошкольной организации.
Музыкальные руководители	<ul style="list-style-type: none"> ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий; ✓ включение в образовательную деятельность по ОО «Художественно – эстетическое развитие» (модуль «Музыкальная деятельность»); ✓ упражнений на развитие музыкально – ритмических движений, развитие речевого дыхания; ✓ регулярное проветривание помещения; ✓ проведение музыкально - спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья; ✓ пропаганда здорового образа жизни.
Воспитатели	<ul style="list-style-type: none"> ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательно - воспитательную деятельность; ✓ пропаганда здорового образа жизни; ✓ проведение с детьми оздоровительных закаливающих мероприятий; ✓ учёт особенностей здоровья детей; ✓ работа с родителями (законными представителями) обучающихся.
Младшие воспитатели	<ul style="list-style-type: none"> ✓ соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований; ✓ помощь воспитателям в организации образовательно - воспитательной деятельности, проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.
Кладовщик	<ul style="list-style-type: none"> ✓ обеспечение своевременной поставки продуктов питания на пищеблок; ✓ контроль качества и наличия сертификатов соответствия поставляемой продукции.

Стратегический план оздоровления детей

В стратегический план оздоровления детей в дошкольных отделениях МОУ – ВОРОНИНСКОЙ СОШ ИМ.В.П. КАЛИНИНА включен комплекс оздоровительных, лечебно-профилактических мероприятий, направленных на сохранение и укрепление психофизического здоровья дошкольников.

Все мероприятия по оздоровлению детей включены в режимы дня. Но без организации здоровьесберегающей учебной деятельности в дошкольных отделениях, сохранение и укрепление психофизического здоровья затруднительно.

Стратегический план оздоровления детей дополнен подходами к построению занятий с детьми в здоровьесберегающем образовательном пространстве.

№ п/п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственность	Время
1. Оптимизация режима					
1.1.	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	все группы	ежедневно	воспитатели, муз. руководитель	в течение года
1.2.	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей	все группы	ежедневно	Медсестра, воспитатели	в течение года
2. Организация двигательного режима					
2.1.	Физкультурные занятия	все группы	3 раза в неделю	воспитатели	в течение года
2.2.	Гимнастика после дневного сна (пробуждение)	все группы	ежедневно	воспитатели, контроль старшего воспитателя	в течение года
2.3.	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года
2.4.	Музыкально-ритмические занятия	все группы	3 раза в неделю	воспитатели, музыкальный руководитель	в течение года
2.5.	Спортивный досуг, развлечение	все группы	1 раз в месяц	воспитатели, муз. руководитель	в течение года

2.6.	Гимнастика для глаз	все группы	во время проведения режимных моментов	воспитатели	в течение года
2.7.	Пальчиковая гимнастика	все группы	2–3 раза в день	воспитатели	в течение года
3. Охрана психического здоровья					
3.1.	Использование приёмов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	все группы	ежедневно несколько раз в день	Воспитатели	в течение года
4. Профилактика заболеваемости					
4.1.	Дыхательная гимнастика в игровой форме	все группы	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль мед.работника	в течение года
4.2.	Профилактика гриппа (чесночная терапия)	все группы с согласия родителей	ежедневно через 2 часа после завтрака, 1 месяц	мед.работник	ноябрь – декабрь
5. Закаливание с учётом состояния здоровья ребёнка					
5.1.	Воздушные ванны (одежда соответствует сезону года)	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года
5.2.	Прогулки на воздухе	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года
5.3.	Хождение босиком по траве	все группы	ежедневно	воспитатели	июнь – август (по погодным условиям)
5.4.	Обширное умывание	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года
5.5.	Контрастное обливание ног	все группы	после 1 прогулки	воспитатели, мл. воспитатели	июнь – август
5.6.	Игра с водой	все группы	на прогулке, на занятии	воспитатели	июнь – август

Включение в образовательный процесс оздоровительных моментов:

- разные формы организации занятий: фронтальные, по подгруппам (сидя за столами, лежа на коврик);
- для самоорганизации использовать тихую музыку, музыкальную игрушку, цветовые эффекты;
- на занятиях по обучению грамоте, математике, логике, развитию речи использовать элементы релаксации и физминуток;

- использование упражнения, игр для снятия напряжения;
- эмоциональные качели для смены настроения (шутка, забавный случай, музыка, творческие задания и т.д.);
- разные виды поисковых заданий.