

Согласовано
Председатель Совета педагогов
МКДОУ детский сад № 18
_____ М.А.Чистова
Протокол Совета педагогов
№ 1 от 06.09.12 г.

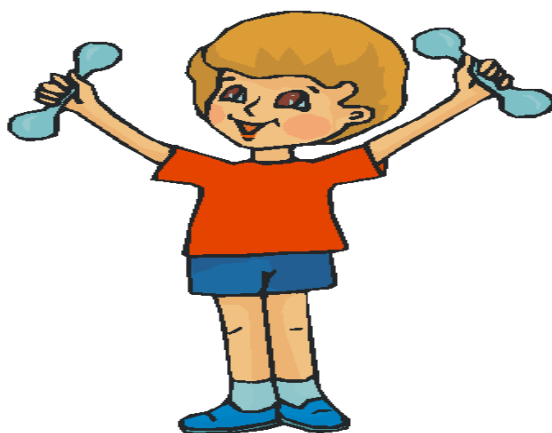
Утверждаю
Заведующий
МКДОУ детский сад № 18
_____ Т.И.Черныш
Приказ № __ от 06.09.12 г

Программа

«З Д О Р О В Ь Е»

на 2012– 2017 гг..

**Муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
художественно-эстетического направления развития детей № 18»
города-курорта Кисловодска**



Авторы
заведующий МКДОУ детский сад № 18
Т.И.Черныш
старший воспитатель МКДОУ детский сад № 18
М.А.Чистова

Предлагаемая программа представляет собой систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми, посещающими МБДОУ детский сад № 18.

Данная концепция является результатом изучения специальных медико-педагогических источников литературы, анализа современных здоровьесберегающих технологий, апробации оригинальных идей, обобщения опыта оздоровительно - профилактической работы с детьми в условиях дошкольного образовательного учреждения.

В программе представлены рациональные подходы к организации и проведению оздоровительных и закаливающих мероприятий с детьми в ДОУ.

Программа адресована работникам МБДОУ, может быть использована родителями в домашнем воспитании и оздоровлении детей.

Содержание

Пояснительная записка

Аналитическое обоснование программы:

1. Анализ физкультурно-оздоровительного процесса
2. Анализ физкультурно-оздоровительной работы с детьми
3. Анализ ресурсного обеспечения программы
4. Материально – технические условия
5. Кадровое обеспечение
6. План реализации мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников ДОУ
7. Концептуальные подходы к построению программы
8. Характеристика основных направлений программы
9. Мониторинг здоровья

Литература

Приложения

Пояснительная записка

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в России остро назрела необходимость серьезного вмешательства в состояние профилактической работы с населением на всех уровнях.

Сегодня произошло искажение экологического пространства России. Современные россияне, как и большинство населения мира, подвергаются воздействию патогенных факторов среды обитания: химических, климатических, социальных, культурных и многих других, которые, в конечном счете, определяют образ жизни человека.

По прогнозам экологов ожидается, что в 2035 году каждый второй ребенок родится с врожденным дефектом, и каждый третий будет стерильным. Экологическая ситуация репродуктивного аппарата приводит изначально к рождению больных детей. По данным статистики – если двадцать пять лет назад рождалось 20-25% ослабленных детей, то сейчас число «физиологически незрелых» новорожденных утроилось. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более 4-х раз (данные Т.Я.Чертюк, З.С.Макаровой, М.Н.Беловой, Б.Н. Капустян и др.). Исследования последних лет показывают, что 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья.

Из вышесказанного ясно, что здоровье зависит от самого человека, но в большей мере от государства, от его социальной политики.

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

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

Здоровье – естественное состояние индивидуума, характеризующееся его полной удовлетворенностью с окружающей средой и отсутствием состояния выраженных болезненных изменений. Это определение нельзя признать удачным. Конечно «Здоровье» - это состояние противоположное болезни, но оно не имеет четких границ. Нередко трудно решить, где кончается норма, и где начинаются болезненные проявления, так как существуют переходные состояния между здоровьем и болезнью, при которых человек чувствует себя практически здоровым. Отклонения от нормы не сказываются на его самочувствии и не отражаются на повседневной работоспособности. Однако исследования отдельных функций организма свидетельствуют о скрытых отклонениях в деятельности организма. При предъявлении к организму человека повышенных требований существует риск развития какого-либо заболевания. Существует множество более конкретных определений. Однако отсутствует определение, которое могло бы полностью раскрыть это понятие. Самое общее и всеобъемлющее определение понятия «Здоровье» мы можем найти в уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ).

«Здоровье – состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

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

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

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

Это:

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

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

Наиболее существенными для нашей проблемы являются *противоречия* между:

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

- между необходимостью осуществления эффективного управления оздоровительным процессом и отсутствием оздоровления.

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

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

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

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

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

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.

Принцип концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

Принцип успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.

Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОО создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

Принцип индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.

Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

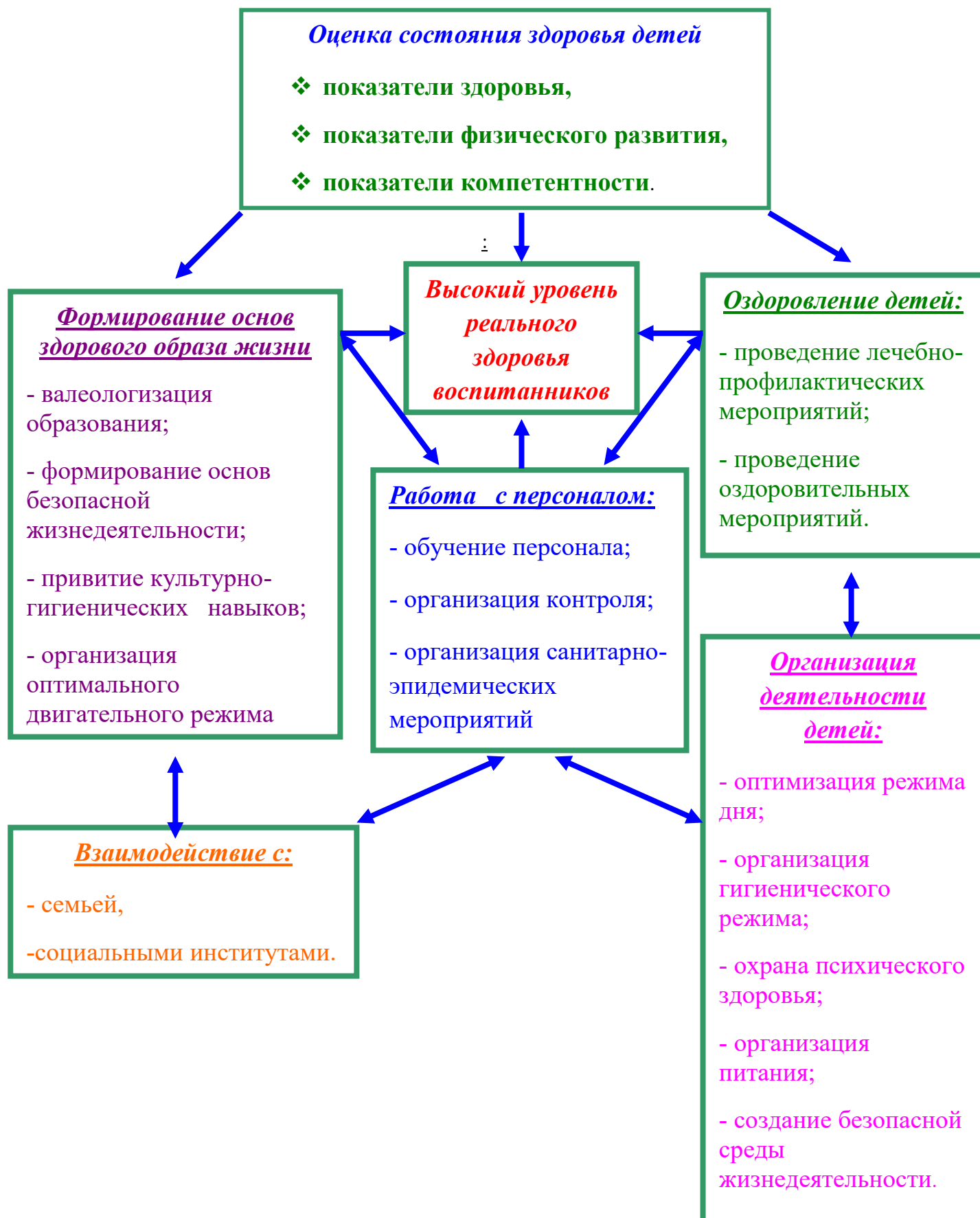
Принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.

Принцип взаимодействия ДОО и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

Модель организации здоровьесберегающего процесса



Аналитическое обоснование программы

Анализ физкультурно-оздоровительного процесса в ДОУ

Направление деятельности ДОУ – квалифицированная коррекция физкультурно-оздоровительного развития воспитанников.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на личность в целом, нормализацию и совершенствование ведущего вида деятельности (наряду с типичными видами) деятельности, коррекцию индивидуальных недостатков развития.

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

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

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

Изменение формы и организации образовательного процесса (переход от фронтальных занятий к занятиям небольшими подгруппами), усиленный медицинский контроль за организацией физкультурно-оздоровительного процесса.

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

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

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

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

В МБДОУ создана система работы по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.

Физкультурно-оздоровительный процесс включает в себя:

- общеукрепляющую терапию (витаминотерапия, полоскание горла травяными растворами, использование оксолиновой мази, применение чесночных бус и др.);
- кислородотерапию (прием кислородного коктейля);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд).
- десятидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
 - рациональный режим жизни;
 - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, ситуации «эмоционального всплеска», специальные оздоровительные подвижные игры, точечный массаж, гимнастика для глаз);
 - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и солнечные ванны, солевые дорожки, обширное умывание);
 - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
 - использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, игры, упражнения по методике «СУ-ДЖОК»);
 - режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- врачом-педиатром;
- старшей медицинской сестрой;
- педагогом-психологом;

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

Динамика снижения заболеваемости воспитанников по ОРВИ и гриппу – яркий показатель эффективности работы коллектива ДОО по оздоровлению детей.

Анализ посещаемости детьми ДОУ

Года	Средне списочный состав	Пропуск по болезни на 1-го ребенка	Кол-во детей с хроническими заболеваниями	Кол-во детей ЧБД
2010-2011	201	7,5	6	20
2011-2012	180	8,2	5	17

Анализ уровня здоровья детей МКДОУ

Года	Количество детей в ДОУ	Группы здоровья					
		1		2		3	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
2010-2011	201	56	28%	140	70%	5	2%
2011-2012	180	48	27%	128	71%	4	2%

Результативность физкультурно-оздоровительной работы.

Уровень развития физических качеств и навыков у детей подготовительной к школе группы.

<i>года</i> <i>уровни развития</i>	2010-2011 г.	2011-2012г.
высокий	80 %	86%
средний	9%	11%
низкий	11 %	3%

Основным методом оптимизации деятельности в МБДОУ является «мониторинг» ребенка, который осуществляется психолого-медико-педагогическим консилиумом.

Консилиум проводится 1 раз в квартал.

Его цель:

- отследить влияние психолого-медико-педагогического воздействия на состояние здоровья и уровень развития детей;
- обеспечить комплексную помощь детям;
- определить тактику коррекционного воздействия.

Аспекты отслеживания:

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

По результатам данных ПМПК оздоровительно-коррекционная работа *медицинской службы* направлена на составление:

- листа здоровья;
- карты лечения;
- индивидуальной программы профилактики и оздоровления ребенка;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья ребенка, выполнению культурно-гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий.

Коррекционная работа *воспитателя* и *медицинской сестры* с учетом результатов осмотра врача-хирурга вновь прибывших детей.

Направлена на:

- формирование оптимальной статики осанки и постановки стопы (развитие устойчивости, равновесия, ориентации на поверхности);
- формирование основных манипуляций и локомоций (ползание, лазание, ходьба, бег, бытовые и спортивные движения);
- формирование психоэмоциональных и ритмических движений;
- формирование оптимального динамического двигательного стереотипа (развитие моторики);
- профилактику заболеваний верхних дыхательных путей и легких.

Занятия с детьми проводятся по подгруппам.

Деятельность педагога-психолога строится на изучении личностных психических особенностей ребенка.

Уровень выраженности исследованных характеристик личности (тревожность, страхи, воображение, память), % от общего числа обследованных детей на 2011-2012 учебный год.

	Высокий	Средний	Низкий
Уровень тревожности	18%	74%	7%
Уровень внимание	19%	61%	19%
Уровень развития воображения	16%	24%	60%
Уровень развития кратковременной речевой памяти	25%	55%	20%

Работа специалиста направлена на:

- *развитие познавательных процессов;*
- *выявление причин тревожности, страхов и их коррекции;*
- *использование тренинговой программы адаптации детей к условиям ДОУ;*
- *помощь педагогам и родителям для достижения устойчивого положительного результата детьми.*

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

I блок. Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера-инициатора. Используются различные варианты

физкультурных занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные – интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями).

2 блок. Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает разные формы активности: ежедневный оздоровительный бег, динамические паузы между занятиями, Дни здоровья в каждые каникулы, спортивные праздники, физкультурные досуги, индивидуальная работа с детьми.

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

С этой целью оборудованы функциональные помещения с необходимым оборудованием и атрибутикой. Помимо этого используются особые условия дошкольного учреждения. Здание учреждения – двухэтажное сооружение. Дети в течение дня совершают до 10 и более подъемов и спусков, организованных специальными занимательными «путешествиями» по лестничным ступенькам.

Рационально организованная деятельность по физическому воспитанию позволяет получать положительную динамику физической подготовленности детей с 6-7 лет.

Воспитанники ДОУ являются постоянными участниками городского конкурса среди ДОУ «Малые олимпийские игры».

Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на комплексной программе «Программа воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой.

Физическое развитие детей в ДОУ осуществляется воспитателем по физическому воспитанию на основе методических рекомендаций.

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

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

Материально-технические условия

Все базисные компоненты развивающей предметной среды МКДОУ детский сад № 18 включают оптимальные условия для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития детей. К ним относятся: тренажёрный и музыкальный залы, кабинет психолога.

Для полноценного физического развития, для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий функционируют два зала: тренажёрный зал, который оснащен разнообразным оборудованием: шведская стенка, гимнастические скамейки, мишени для метания, коррекционные дорожки разных видов для профилактики плоскостопия, обручи, скакалки, мячи разных размеров, футбольные мячи, гимнастические палки, кольца, набор кеглей, тренажеры и нестандартное оборудование, музыкальный зал.

Оборудована спортивная площадка с беговой дорожкой. Для спортивных игр есть баскетбольный щит и волейбольная сетка.

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

- медицинский кабинет;

В ДОУ имеется следующее медицинское оборудование:

- бактерицидные лампы;
- ингалятор;

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 обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

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

Прогулочные участки не достаточно оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей. 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.

Коррекционный блок включает в себя:

- кабинет педагога-психолога

Продуманный активизирующий психотерапевтический режим, здоровый эмоциональный тон в ДОУ, любовное, внимательное, предупредительное отношение сотрудников к детям с полным пониманием личности каждого ребенка является одним из решающих компонентов, дополняющим созданные условия.

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 образовательных учреждениях. Создана система документооборота. В методическом кабинете сосредоточен необходимый информационный материал (нормативно-правовые документы, педагогическая и методическая литература, представлены передовые технологии, материалы педагогического опыта, материалы методической работы ДОУ и т.д.). Кабинет оснащен компьютерной техникой.

Кадровое обеспечение

В штатное расписание ДОУ включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию программы «Программа воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой:

- старшая медсестра;
- педагог-психолог;
- воспитатели.

Возрастная характеристика педагогического состава:

<i>До 20-30 лет</i>	<i>От 30 до 40 лет</i>	<i>От 40 до 50 лет</i>	<i>Свыше 50 лет</i>
3	4	2	1

Образовательный уровень педагогического состава:

<i>Высшее профессиональное</i>	<i>Незаконченное высшее</i>	<i>Среднее профессиональное</i>
5	1	4

Квалификационные характеристики педагогического состава:

2 категория	1 категория	высшая категория
5	-	1

Продолжительность, количество и сочетание занятий соответствует требованиям «Программы воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А.Васильевой, СанПиНу 2.4.1.1249-03 и инструктивно-методическому письму Министерства образования от 14.03.2000 №65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения», перерывы между занятиями составляет от 10 минут.

Здоровье было и будет высшей ценностью, однако результаты многолетних исследований состояния здоровья подрастающего поколения показывают, что отчетливой положительной динамики в состоянии здоровья наших воспитанников не наблюдается. Это подтверждает и анализ здоровья детей МКДОУ детский сад № 18

Эта информация используется для отслеживания результатов и повышения качества педагогического процесса.

Питание организовано в соответствии с финансированием, рекомендованным перечнем продуктов и десятидневным меню.

К проблеме оздоровления детей привлекаются родители (совместные спортивные праздники, походы и т.д.).

Для должного ведения физкультурно-оздоровительной работы необходимо:

- пополнять физкультурный зал, физкультурные уголки необходимым современным оборудованием и инвентарем для двигательной активности детей всех возрастных групп;
- повысить знания педагогов в области физкультурно-оздоровительной работы;
- вопросы воспитания здорового ребенка решать в тесном сотрудничестве с семьей.

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

План работы по физическому воспитанию и оздоровлению детей на 2012 - 2017 гг.

Содержание работы	Срок	Ответственный
Организационная работа		
Составление плана прохождения учебного материала по всем возрастным группам	Ежемесячно	Ст. воспитатель
Составление графика индивидуальных занятий с детьми, не усваивающими программу	Сентябрь-октябрь	воспитатель
Диагностика развития основных видов движений	Сентябрь, май	воспитатель
Разработка конспектов спортивных досугов для всех возрастных групп	Ежемесячно	воспитатель
Физкультурно-оздоровительная работа		
Антропометрия	сентябрь, апрель	Ст. медсестра
Уточнение списка детей по группам здоровья	сентябрь	Ст. медсестра
Медико-педагогический контроль за проведением занятий и закаливающих процедур	В течение года	Зав. ДОУ; ст. медсестра, ст.воспитатель
Проведение мониторинга по физическому развитию	В течение года	ст. медсестра, ст.воспитатель
Обеспечение спортзала аптечкой	Сентябрь	Ст. медсестра
Физкультура и оздоровление в режиме дня		
Ежедневное проведение утренней гимнастики: на воздухе, в помещении	В течение года	воспитатель
Физкультурные занятия.	По плану	воспитатель
Проведение физкультминуток	По мере необходимости	Воспитатели.
Проведение гимнастики после сна	Ежедневно	Воспитатели
Проведение закаливающих мероприятий	В течение года	Воспитатели, ст. медсестра
Подбор комплекса упражнений для глаз. Проведение упражнений для глаз	В течение года.	Ст. медсестра, педагог-психолог
Подбор комплекса упражнений дыхательной гимнастики. Проведение упражнений дыхательной гимнастики.	В течение года	Ст. медсестра
Организационно - массовая работа		
Проведение Дня здоровья	1 раз в квартал	Ст.воспитатель
Участие в городских спортивных мероприятиях	По плану ГУО	ст. воспитатель
Проведение физкультурных досугов	1 раз в год	-
Проведение физкультурных праздников	2 раза 1 год	Ст.воспитатель
Оборудование спортивных уголков в группах	В течение года.	Воспитатели

<i>Работа с педагогическим коллективом и родителями</i>		
Освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях	В течение года	ст. воспитатель, медсестра
Привлечение родителей к подготовке и проведению спортивных праздников, физкультурных досугов, Дней здоровья	В течение года.	Воспитатели
Оформление наглядного материала для родителей и воспитателей	В течение года.	воспитатели
<i>Хозяйственная работа</i>		
Приобретение нового спортивного инвентаря, ремонт имеющегося	В течение года	Зав. ДОУ, завхоз
Благоустройство спортплощадки	Апрель-сентябрь	Зав. ДОУ, ст. воспитатель завхоз

План работы МБДОУ детский сад № 18 по сохранению и укреплению здоровья детей и сотрудников путём привития потребностей в здоровом образе жизни на 2012 -2017 гг.

С детьми:

№ п\п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Сроки
1.	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период: -щадящий режим -гибкий режим -организация микроклимата группы	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, врач, ст.медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы		ст.медсестра, врач	В течение года
2.	Организация двигательного режима.				
	Физкультурные занятия	Все группы	3 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
	Утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, контроль медработников	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр и упражнений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкальные занятия,	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальные руководители, воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг	Группы д\с	1 раз в 2 месяца	Музыкальные руководители, воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года

	Оздоровительный бег	Средние, старшие, подготовительные,	Ежедневно во время прогулок	Воспитатели	С апреля по ноябрь, с декабря по март в физкультурном зале
3	Охрана психического здоровья				
	Использование приёмов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно по несколько раз	Воспитатели, муз. руководители, педагог-психолог	В течение года
4	Профилактика заболеваемости				
	Точечный массаж	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели, контроль медработников	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика	Все группы	3 раза в день, на утренней гимнастике, корригирующей гимнастики после сна, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль медработников	В течение года
	Профилактика гриппа -	Родители детей всех групп по рекомендации врача, мс	Ежедневно, 1 месяц	врач ст.медсестра	Ноябрь – декабрь
	Оксалиновая мазь	Родители детей всех групп по рекомендации врача, мс	Ежедневно утром	Родители, медработники	Ноябрь-декабрь, март-апрель
5.	Оздоровление фитонцидами				
	Чесочно-луковые закуска	Все группы	Перед прогулкой и перед обедом	Диетсестра	Ноябрь-апрель
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	Все группы	Ежедневно в течение дня	Младшие воспитатели, контроль медработниками	Октябрь-апрель
6	Закаливание, с учётом состояния здоровья ребёнка				
	Воздушные ванны (облегченная одежда в соответствии со временем года)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки на воздухе	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Ходжение босиком	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	Июнь-август

	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	Все группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Все группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Все группы	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь-август
7	Лечебно – оздоровительная работа				
	Витаминотерапия				
	«Ревит», поливит.	Родители детей всех групп по рекомендации медработников	По 1 разу в течение 10 дней	Медработники	Декабрь-февраль
	Настойка шиповника	Родители детей всех групп по рекомендации медработников	По 1 разу в день 3 раза в неделю	Медработники	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминация третьего блюда	Все группы	Ежедневно	Диетсестра	В течение года
	Работа по группам здоровья (Д1, Д2, Д3)	Все группы	Ежедневно	Медработники	В течение года
8	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки				
	Корригирующая гимнастика	Все группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели, контроль медработников	В течение года

С сотрудниками:

1	Охрана психического здоровья				
	Работа клуба «Комфорт» (релаксация, тестирование, индивидуальная психологическая помощь) -«Секреты вашей молодости» -«Профилактика психологических «срывов» у педагогов» -«Конфликтные ситуации, их анализ и грамотное решение» и.т.п.	Все сотрудники	Еженедельно	Психолог	В течение года
	Организация отдыха сотрудников: -уголки отдыха,	Все сотрудники	Ежедневно	Заведующая, психолог, завхоз	В течение года

	-соблюдение времени приёма пищи и т.д.				
2	Профилактика заболеваемости				
	Диспансеризация сотрудников	Все сотрудники	2 раза в год	Ст.медсестра	Июнь, ноябрь
	Санпросветработа по вопросам: -оказание первой помощи детям и взрослым -личная гигиена -профилактика простудных заболеваний и т.д.	Все сотрудники	ежемесячно	Ст.медсестра	В течение года
3	ОБЖ				
	Организации работы по предупреждению производственного травматизма	Все сотрудники	Ежемесячно	Заведующая, Ст.медсестра завхоз	В течение года
	Уголок ОБЖ	Все сотрудники	Ежемесячно	завхоз	В течение года
	Создание экспертной комиссии по аттестации рабочих мест	Все сотрудники	1 раз в год	завхоз	Сентябрь
4	Отчётность и контроль по снижению заболеваемости.				
	Контроль за соблюдением инструкции по охране жизни и здоровья взрослых и детей	Все сотрудники	1 раз в квартал	завхоз	Январь, апрель, июль, октябрь
	«Физкультурно-оздоровительная работа ДОУ» тем. проверка	Педагоги	По плану	Ст. восп-ль	Декабрь
	Контроль проведения утренней и корригирующей гимнастики	Педагоги	Ежемесячно	Ст. восп-ль	В течение года
	Педчасы по анализу заболеваемости	Педагоги	1 раз в квартал	Ст.медсестра	В течение года
	Самоконтроль, взаимоконтроль	Педагоги	Периодически	Ст. восп-ль, воспитатели	В течение года
	Статотчёт	Ст.медсестра	1 раз в год	Ст.медсестра	Декабрь
5	Методическая работа				
	Педсоветы	Педагоги	1 раз в два месяца	Ст. восп-ль	В течение года
	Анкетирование	Педагоги	По плану	Ст. восп-ль,	В течение

	воспитателей «Придерживаетесь ли вы ЗОЖ»			Ст.медсестра	года
	Консультации	Педагоги	По плану	Ст. восп-ль, воспитатели	В течение года

С родителями:

1	Санпросвет работа				
	Ширмы по ОБЖ	Родители воспитанников	По плану	Ст. восп-ль, воспитатели	Январь
	«Родительские уголки»	Родители воспитанников			
	Заповеди для родителей	Родители воспитанников	По плану	Ст. восп-ль, воспитатели	
	Университет «Здоровая семья» -«Здоровье – показатель культуры человека» Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников» -«Профилактика травматизма детей»	Родители воспитанников	По плану	Врач, воспитатели	В течение года
	Школа молодой матери «Здоровый малыш» -«Правильно ли питается ваш ребёнок» -«Здоровый ребёнок» и др.	Родители воспитанников	По плану	Врач, воспитатели	В течение года
	Санбюллетень	Родители воспитанников	Ежемесячно	Ст.медсестра врач	В течение года
2	Формы работы с семьёй				
	Родительские собрания	Родители воспитанников	1 раз в квартал	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, врач Ст.медсестра	В течение года
	Консультации (индивидуальные, коллективные, тематические и т.д.) -«О здоровье всерьёз»	Родители воспитанников	По плану и по мере необходимости	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, врач ст.медсестра	В течение года

	-«Растить детей здоровыми» «Психологические особенности детей» -«Физкультура и здоровье ребёнка»				
	Беседы: коллективные, индивидуальные -«Профилактика ОРЗ», -«Опасные предметы» и т.п.	Родители воспитанников	По плану и по мере необходимости	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, врач Ст.медсестра	В течение года
	Дни открытых дверей «Двигательный режим дошкольника»	Родители воспитанников, дети	2 раза в год	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, Ст.медсестра	В течение года
	Совместные праздники 8 марта Новый год и др.	Родители воспитанников, дети		Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели	В течение года
	Масленица	Родители воспитанников, дети	1 раз в год	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели	Февраль
	Анкетирование «Пути к здоровью, силе и бодрости»	Родители воспитанников	По плану	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, , врач Ст.медсестра	В течение года
	Круглый стол «Здоровье будущего школьника»	Родители воспитанников	По плану	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, врач Ст.медсестра	В течение года
	«Шпаргалка для родителей» -«Истерики» -«Если ребёнок попал в больницу» и т.п.	Родители воспитанников	По плану и по мере необходимости	Заведующая, ст. восп-ль, воспитатели, врач Ст.медсестра	В течение года

Организация питания

Организация питания строится на следующих принципах:

- адекватная энергетическая ценность рациона, соответствующая энергозатратам детей;
- сбалансированность рациона по всем заменяемым и незаменимым пищевым ингредиентам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры, различные классы углеводов;
- максимальное разнообразие рациона;
- высокая технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их вкусовые достоинства и сохранность пищевой ценности;
- проведение витаминотерапии в осенне-зимний и весенний период;

Организация рационального питания детей в учреждении основана на соблюдении утвержденных наборов продуктов и примерных меню:

- организация питания осуществляется в соответствии с 10-дневным меню;
- в детском саду имеется примерное перспективное меню, специально разработанная картотека блюд, где указаны раскладка, калорийность блюда, содержание в нем белков, жиров, углеводов. Использование таких карточек позволяет легко подсчитать химический состав рациона и при необходимости заменять одно блюдо другим, равноценным ему по составу и калорийности.

Регулярно проводятся бракераж готовой продукции с оценкой вкусовых качеств, медицинский контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды. Старшая медсестра систематически контролирует приготовление пищи, объем продуктов, время закладки продуктов в котел, раздачу пищи по группам и в группах, а также качество приготовления пищи.

График выдачи питания разрабатывается в соответствии с возрастными особенностями детей.

Концептуальные подходы к построению программы «Здоровье»

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

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

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

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

Она включает в себя 3 основных направления:

- обеспечение психологического благополучия;
- охрана и укрепление физического здоровья детей;
- социально-нравственное здоровье, приобщение ребенка к общечеловеческим ценностям.

Каждое направление реализуется одной или несколькими программами.

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

Физическое здоровье

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

Задачи:

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

Принципы построения раздела «Физическое здоровье»

Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не

сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

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

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

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

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе.

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

Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.

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

Обеспечение дошкольного учреждения современным физкультурным оборудованием, широкое использование возможности школьных стадионов, катков в микрорайоне.

Психическое здоровье

Цель: Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Задачи:

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

Принципы построения раздела «Психическое здоровье»

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

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

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

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

Одной из проблем, стоящих на пути общих закономерностей развития детей дошкольного возраста, является психолого-педагогический дуализм в отношении развивающейся личности.

Воспитание и обучение не опираются в должной степени на имеющиеся психологические знания о развитии ребенка и формировании его личности.

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

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

С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках, свойствах и отношениях объектов реальной действительности проводятся специальные дидактические игры, используются специальные коррекционные упражнения (игровые варианты психотерапии, суггестивные – основанные на внушении, тренировочные, разъясняющие).

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

Социально-нравственное здоровье

Цель: Формирование духовных общечеловеческих ценностей.

Задачи:

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

Принципы построения раздела «Социально-нравственное здоровье»

Принцип постепенного усиления осознанности социально-нравственных представлений:

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

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

Работа по реализации программы «Здоровье» рассчитана на пять лет и планируется в три этапа.

1 этап, его продолжительность один год

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

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

Условия достижения цели:

- Наличие методик медико-педагогического диагностирования индивидуальных особенностей детей.
- Изучение особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей разного возраста.
- Разработка индивидуальных карт развития детей дошкольного возраста.
- Наличие оптимальных условий для проведения коррекционно-оздоровительной работы.
- Создание системы мер для усиления семейного воспитания по физическому, психическому здоровью и социально-нравственному развитию детей.

Предполагаемый результат:

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

II этап, его продолжительность один год

Цель: Организация оздоровительно-коррекционной работы в условиях ДОУ.

Тема: Разработка комплекса систем коррекционно-оздоровительной работы, как основа полноценного здоровья ребенка.

Условия достижения цели:

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

Предполагаемый результат:

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

III этап, его продолжительность три года

Цель: Реализация программы коррекционно-оздоровительной работы в ДОУ.

Тема: Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса систем коррекционно-оздоровительной работы в условиях ДОУ.

Условия достижения цели:

- Применение всех рациональных форм и методов организации работы с детьми по укреплению полноценного здоровья.
- Базирование оздоровительно-коррекционной работы на новых достижениях в области педагогики, психологии и медицины.
- Выявление передового педагогического опыта семейного воспитания, обобщение и последующее его распространение среди родителей.
- Осуществление дифференцированной подготовки воспитателей для введения инновационного подхода в систему оздоровительно-коррекционной работы.
- Полное соответствие материально-технической базы.

Предполагаемый результат:

- Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
- Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.
- Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДОУ.

- Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

Планируемый конечный результат:

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

Характеристика основных направлений программы «Здоровье»

Мониторинг состояния здоровья и уровня сформированности основ здорового образа жизни

Без информации о ходе промежуточных результатов, без постоянной обратной связи, процесс управления здоровьем сбережением невозможен. Система мониторинга уровня развития детей в ДООУ определена как непрерывная, научно-обоснованная, диагностико-прогностическая система сбора, хранения и анализа информации о качестве медико-психолого-педагогических услуг и включает в себя три аспекта:

- медицинский;
- психологический;
- педагогический.

Все три аспекта содержат составные части, касающиеся вопросов здоровья. Полученные данные заносятся в карту индивидуального развития ребенка, которая составляется на каждого воспитанника и ведется на протяжении всего периода посещения ребенком ДООУ. Дополнением к карте индивидуального развития, являются диагностические таблицы, разработанные в соответствии с конкретным направлением развития ребенка и листы здоровья, отражающие уровень здоровья и физического развития детей.

В ДООУ отобран и утвержден диагностический инструментарий. Составлены «Ориентиры развития детей» на каждом возрастном этапе. Более подробную информацию содержат разработанные в соответствии с конкретным направлением «Таблицы показателей достижения детей» на конец года по каждому направлению развития ребенка.

Сбор информации осуществляется следующими методами:

- осмотр детей;
- наблюдение за деятельностью ребенка и анализ его результатов;
- изучение и анализ документов;
- определение компетентности детей с последующим анализом результатов;
- тестирование и анализ результатов.

Первой, важнейшей составной частью системы мониторинга, определено состояние здоровья воспитанников ДООУ.

Первый аспект – **медицинский**, направлен на оценку и изучение состояния здоровья детей, осуществляется медицинскими работниками. Показатели здоровья включают в себя: группу физического здоровья на основе анамнеза; группу физического развития на основе антропометрических данных; разделение детей на группы для занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная). Один раз в год врачами-специалистами поликлиники проводится диспансерный осмотр детей. Осмотр детей

диспансерной группы производится два раза в год. Старшая медсестра отслеживает общую заболеваемость детей и заболеваемость детей в днях на одного ребенка. Собранные данные анализирует врач-педиатр, выявляя часто болеющих детей, детей с хроническими заболеваниями, а также детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях.

На основе полученных данных, старшая медсестра, под руководством врача-педиатра, составляет индивидуальные оздоровительные программы.

Второй аспект – **психологический**, направлен на изучение речевого развития, социально-личностного здоровья и психоэмоционального состояния детей.

В начале учебного года педагоги выявляют детей, нуждающихся в коррекционной помощи. Повторное промежуточное обследование проводится в конце учебного года.

Воспитатели, под руководством педагога-психолога, дважды в год отслеживают уровень психического развития детей, выявляя уровень развития психических процессов и уровень социального развития.

Педагог-психолог определяет социальный статус ребенка в группе.

Третий аспект – **педагогический**, направлен на выявление сформированности у детей компетентности в области здоровьесбережения и включает в себя:

- уровень физической подготовленности детей - отслеживается инструктором по физическому воспитанию в начале и в конце года. С учетом полученных данных, а также данных о физическом развитии детей, на занятиях по физической культуре варьируется нагрузка на каждого ребенка с учетом его функционального состояния и индивидуальных особенностей. Старшей медицинской сестрой определяется моторная плотность занятия, частота сердечных сокращений у детей;
- уровень усвоения детьми раздела образовательной программы по формированию здорового и безопасного образа жизни;
- уровень усвоения детьми раздела программы: «Развитие представлений об окружающем мире и о себе» - отслеживается воспитателями посредством срезовых диагностических занятий;
- уровень овладения культурно-гигиеническими навыками – отслеживается воспитателями ежедневно в ходе режимных моментов.

Важнейшим условием успешной деятельности ДООУ является комплексное взаимодействие педагогов, медиков и специалистов по всем направлениям: медицинскому, коррекционному, педагогическому. В детском саду выработана общая позиция при обследовании, оздоровлении, обучении и психолого-педагогической коррекции. Для создания механизма реализации личностно-ориентированного подхода на основе физического, психического и личностного развития детей; определения направления медицинской, педагогической, социальной и психологической помощи детям на основе диагностических данных; разработки рекомендаций по организации коррекционно-развивающего воспитания и обучения, в ДООУ внедрена новая форма

взаимодействия педагогов *психолого-медико-педагогический консилиум (ПМПк)*.

Основными задачами ПМПк Центра являются:

- обнаружение и ранняя (с первых дней пребывания воспитанника в ДОУ) диагностика отклонений в развитии и/или состояний декомпенсации;
- профилактика физических, интеллектуальных и эмоционально-личностных перегрузок и срывов;
- выявление резервных возможностей развития ребенка;
- определение характера, продолжительности и эффективности специальной (коррекционной) помощи в рамках, имеющихся в ДОУ возможностей;
- подготовка и ведение документации, отражающей актуальное развитие ребенка, динамику его состояния.

ПМПк собирается под руководством методической службы, с целью обсуждения итогов полученных данных. Коллегиальное заключение ПМПк содержит обобщенную характеристику структуры психофизического развития ребенка (без указания диагноза) и программу специальной (коррекционной) помощи, обобщающую рекомендации специалистов. ПМПк осуществляет консультативную помощь родителям и сотрудникам, организует просветительскую деятельность среди работников ДОУ.

Данный подход к отслеживанию развития детей, позволяет:

- осуществлять целостный подход к выявлению уровня развития детей;
- планомерно и целенаправленно отслеживать уровень развития каждого ребенка;
- своевременно выявлять проблемы в развитии отдельных детей;
- целенаправленно осуществлять коррекционную помощь нуждающимся детям.

Формирование основ здорового образа жизни у детей

Валеологическое образование детей

Валеология рассматривается в ДОО с точки зрения определения, данного доктором педагогических наук, доцента факультета экологического и валеологического образования Государственного университета педагогического мастерства Санкт-Петербурга Л. Г. Татарниковой. Валеология, применительно к Человеку – это гармония Человека, сгармонизированного с самим собой, космосом, социумом. Гармония – состояние, которого необходимо достичь, чтобы быть здоровым и счастливым; гармонизация – процесс, в который необходимо включить самого человека, ощутившего необходимость жить в гармонии с собой, окружающим миром и Природой.

Уровень здоровья нового поколения и его духовность зависят от ряда факторов: биологических, социально-гигиенических, природно-климатических, антропогенных, а также от факторов образования и культуры человека, его интеллигентности.

Валеологическое образование детей в ДОО осуществляется в соответствии с комплексной программой «Программа воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой по разделу «Развитие об окружающем мире и о себе». Работа по данному разделу включает четыре направления.

Первое – развитие представлений об окружающем мире и о себе. Ребенок с помощью взрослого знакомится с различными сферами действительности, такими как нерукотворный мир (живая, неживая природа), рукотворный мир (предметная среда), мир людей и человеческих отношений, «я сам». Расширяются представления детей о живой природе. Они узнают о некоторых растениях и животных, изменениях, происходящих с ними в течение жизни, взаимозависимостях живой и неживой природы, знакомятся с элементами экологических знаний, с объектами неживой природы, делают выводы об их свойствах. Особое внимание уделяется развитию представлений о времени. Постигание рукотворного мира происходит через действия с предметами, понимание их назначения и свойств, в процессе чего воспитывается бережное отношение к ним. Мир людей и человеческих отношений раскрывается перед ребенком в ходе овладения правилами поведения с близкими, в детском саду, в общественных местах, благодаря знакомству с некоторыми профессиями, а также через умение понимать чувства других людей и выражать свои собственные. Знакомство с миром человеческих отношений не ограничивается знанием правил поведения в общественных местах, а включает в себя и умение проявлять сочувствие, по-доброму относиться к окружающим. Обогащаются представления детей о себе, о строении тела, о росте, о различиях в поведении мальчиков и девочек; детям прививаются гигиенические навыки.

Второе – освоение детьми различных форм приобретения опыта, помогает ребенку получать знания. Это, прежде всего, опыт экспериментирования и

проживания. Сочетание всех форм приобретения опыта дает возможность полнее познать явления окружающего мира и выработать к ним собственное отношение, что способствует осознанию единства эмоционального и познавательного компонентов развития, соответствующих дошкольному возрасту.

Третье – развитие познавательной активности. Воспитатель не стремится сразу все объяснить детям, ему важно обратить их внимание на непонятное явление, подвести к тому, чтобы дети сами задавали вопросы, умели их поставить.

Четвертое – развитие познавательных и творческих способностей.

К подготовительной группе большой упор делается на становление понимания и переживания ребенком своего единства и неразрывности связи с живой природой Земли, ее эволюцией, а также осознании ответственности и причастности к развитию и охране всего живого.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Гигиеническое воспитание – основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни.

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Гигиеническое воспитание в Центре осуществляется в соответствии с «Планом обучения детей культурно-гигиеническим навыкам», разработанным по направлениям групп навыков с нарастающим объемом и усложнением содержания навыков на протяжении всего дошкольного возраста. Содержание гигиенического обучения детей строго дифференцируется по возрасту. По мере роста и развития детей самостоятельность и активность их увеличивается. Специальных занятий по данному направлению работы не планируется, гигиеническое обучение, и воспитание постоянно осуществляется в повседневной жизни учреждения как индивидуально, с каждым ребенком, так и коллективно, со всей группой в целом.

Наименования групп навыков включают в себя:

- гигиенические навыки по соблюдению чистоты тела;
- навыки культурного приема пищи;
- навыки аккуратного и бережного обращения с вещами личного пользования;
- навыки поддержания порядка в окружающей обстановке;
- навыки культурного поведения и положительных взаимоотношений.

Гигиеническое воспитание детей заключается в рациональном использовании предметно-развивающей среды, сообщении детям элементарных гигиенических сведений и формировании на их основе навыков и привычек, способствующих укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а также воспитанию культуры поведения. Для решения этих задач необходимы совместные усилия родителей, медицинского и педагогического персонала.

Привитие гигиенических навыков осуществляется на положительном эмоциональном фоне. Непременным условием является непрерывность воспитательного процесса. Только в таком случае сформированные у детей навыки становятся осознанным действием, а затем привычкой.

План лечебно-профилактической работы составляется на основе тщательного изучения состояния здоровья каждого ребенка на момент начала профилактического курса

Лечебно-профилактическая работа осуществляется в двух направлениях:

- как система общеукрепляющих мер для всех без исключения детей, но с учетом индивидуальных особенностей;
- как система индивидуальной медицинской помощи детям группы риска.

Для реализации первого направления должна быть проанализирована заболеваемость детей и составлен графический анализ (с ясельной группы). На основе этого анализа не представляет особого труда выявить периоды роста заболеваемости и их объективную закономерность. Это время осеннего и весеннего межсезонья, а так же периоды эпидемии гриппа.

Основная задача - снижение острой и хронической заболеваемости детей, повышение защитных свойств организма ребенка. Лечебно - профилактическая работа строится на основе анализа заболеваемости в предыдущем году, диагностических данных о состоянии здоровья детей, об уровне их физического развития. В летний период проводится подготовка детей к неблагоприятному сезонному времени года (осень - весна).

Учитывая возрастные, физиологические и индивидуально - психологические особенности детей, мы разработали систему профилактической работы по оздоровлению организма с помощью:

- витаминизации (проводится сезонно, с целью повышения иммунитета у детей);
- Кварцевание групповых помещений.
- Фитонцидная терапия.
- Тщательно проводится подбор комнатных растений, не вызывающих аллергические реакции, а, наоборот, способствующих их уменьшению.

Физическое развитие детей

Цель физического развития: формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Задачи физического развития		
Оздоровительные: • охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма; • всестороннее физическое совершенствование функций организма; • повышение работоспособности и закаливание	Образовательные: • формирование двигательных умений и навыков; • развитие физических качеств; • овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья	Воспитательные: • формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями; • разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)
Средства физического развития		
Физические упражнения	Эколого-природные факторы	Психогигиенические факторы
Методы физического развития		
Наглядные: •наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); •наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); •тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)	Словесные: • объяснения, пояснения, указания; • подача команд, распоряжений, сигналов; • вопросы к детям; • образный сюжетный рассказ, беседа; • словесная инструкция	Практические: • повторение упражнений без изменения и с изменениями; • проведение упражнений в игровой форме; • проведение упражнений в соревновательной форме

Организация двигательного режима.

Двигательный режим в детском саду включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную, и предусматривает рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учётом возрастных и индивидуальных возможностей.

Первое место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным занятиям. К ним относятся: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки на занятиях. В детском саду также в двигательный режим введены такие виды нетрадиционных видов как гимнастика после дневного сна, двигательная разминка во время перерыва между занятиями.

Второе место в двигательном режиме занимают учебные занятия по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной двигательной активности.

Физкультурные занятия проводятся разного вида: учебные, игровые, сюжетные, тренирующие, нетрадиционные. На физкультурных занятиях создаются ситуации для раскрытия ребенка, проявления его творческого потенциала.

Двигательный режим

	<i>Младшая группа</i>					<i>Средняя группа</i>				
	Пон.	Втор.	Среда	Четв.	Пятн.	Пон.	Втор.	Среда	Четв.	Пятн.
	мин.									
Утренняя гимнастика	5		5		5	8		8		8
Оздоровительный бег		5		5			5		5	
Физкультурные занятия		15		15		20		20		20
Физкультурная минутка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Физкультурные упражнения после сна	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Подвижные игры	15	15	15	15	15	20	20	20	20	20
Спортивные игры		15	15		15		20		20	
Спортивные упражнения	15	15		15	15	20	15	20	10	20
Музыкальные занятия	15			15			20			20
Музыкальный досуг	20					30				
Физкультурный досуг			20						30	
Организованная двигательная деятельность (ч:м)	1:23	1:18	1:23	1:03	1:18	1:48	1:30	1:18	2:00	1:18
Самостоятельная двигательная деятельность в группе и прогулке (ч:м)	2:37	2:42	2:37	2:57	2:42	2:12	2:30	2:42	2:00	2:42
Время за день (ч:м)	4:00	4:00	4:00	4:00	4:00	4:00	4:00	4:00	4:00	4:00
Физкультурный праздник	2 раза в год 40 мин.					2 раза в год 40-60 мин.				

Двигательный режим старшей группы

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
	утро	вечер	утро	вечер	утро	вечер	утро	вечер	утро	вечер
	мин.									
Утренняя гимнастика	10		10		10		10		10	
Оздоровительный бег		5		5		5		5		5
Физкультурные занятия	20		20				20			
Физкультурная минутка	4		4		4		4		4	
Физкультурные упражнения после сна		10		10		10		10		10
<u>Подвижные игры:</u>										
сюжетные	15					10				20
народные		10			10				10	
соревнования			10				15			
эстафеты		10		10		10			10	
аттракционы	10						15			
хороводные				10			10			15
<u>Спортивные игры:</u>										
настольный теннис	10				5			10		
бадминтон						15			10	
городки			15				10			15
<u>Спортивные упражнения</u>										
школа мяча	10			10						15
зоркий глаз				15				10		
прыжки через скакалку	5						10		5	
Физкультурный досуг						40				
Время за день	2 ч. 09 мин.		2 ч. 09 мин.		1 ч. 59 мин.		2 ч. 19 мин.		2 ч. 04 мин.	
Физкультурный праздник	2 раза в год 1 ч. 15 мин.									
День здоровья	2 раза в год 1 ч. 30 мин.									
Простейший туризм	1 раз в месяц									

Двигательный режим подготовительной группы

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
	утро	вечер	утро	вечер	утро	вечер	утро	вечер	утро	вечер
	мин.									
Утренняя гимнастика	10		10		10		10		10	
Оздоровительный бег	10		10		10		10		10	
Физкультурные занятия	30				30				30	
Физкультурная минутка	5		5		5		5		5	
Физкультурные упражнения после сна		10		10		10		10		10
Физкультурные занятия на улице							30			
Упражнения на тренажере		5				5				
<u>Подвижные игры:</u>										
сюжетные	15			20			15			10
народные			15		5				10	
соревнования	10					15				
эстафеты		15						15		
аттракционы				20						15
хороводные	10				15					
<u>Спортивные игры:</u>										
настольный теннис			15							20
бадминтон		10				15				
городки				20			15			

[illegible]

Формы работы по физическому воспитанию

Формы работы	Периодичность	Младш. группа	Средняя группа	Старш. группа	Подгот. группа
Обследование					
Обследование уровня физического развития ребенка	Сентябрь, май	+	+	+	+
Обследование уровня физической подготовленности	Сентябрь, май	+	+	+	+
Диспансеризация	1 раз в год	-	+	+	+
Двигательная активность					
Утренняя гимнастика	Ежедневно	+	+	+	+
Физкультурные занятия в зале на прогулке	2 р. в нед. 1 р. в нед.	+	+	+	+
Подвижные игры	2 р. в день	+	+	+	+
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	+	+	+	+
Спортивные упражнения	2 р. в нед.	+	+	+	+
Спортивные игры	2 р. в нед.	-	-	+	+
Активный отдых: Физкультурный досуг Спортивный праздник	1 р. в мес. 2 р. в год	+	+	+	+
Каникулы (недели игр и забав)	Ноябрь, январь, апрель	+	+	+	+
Индивидуальная работа по развитию двигательных навыков	Ежедневно	+	+	+	+
Работа с родителями: Беседы Консультации Совместное проведение досугов и праздников	По мере необходимости По плану	+	+	+	+
Лечебно-профилактические мероприятия					
Профилактические прививки	По назн. врача	+	+	+	+
Профилактика гриппа и простудных заболеваний (в неблагопр. периоды)	Весна, осень, эпидемии	+	+	+	+
Воспитание культурно-гигиенических навыков					
Показ воспитателя с объяснением	Ежедневно	+	+	-	-
Чтение потешек, стихов, рассказов		Ежедн.	Ежедн.	1 р. в нед.	1 р. в мес.
Игровые упражнения		1 р. в нед.	1 р. в мес.	-	-
Дидактические игры		1 р. в мес.	1 р. в мес.	-	-
Закаливание (см. блок «Закаливающие мероприятия»)					

Система двигательной деятельности ДОУ № 18

Двигательная деятельность	Осень	Зима	Весна	Лето
1. Утренняя гимнастика	+			
2. Физкультурные занятия	+			
3. Оздоровительный бег	+			
4. Физкультурные минутки	+			
5. Физические упражнения после дневного сна	+			
6. Подвижные игры	+			
7. Спортивные игры: ♦ бадминтон ♦ городки ♦ хоккей ♦ футбол ♦ волейбол ♦ баскетбол				+
	+		+	+
		+		+
	+		+	+
	+		+	+
	+		+	+
8. Спортивные упражнения:				
♦ велосипед	+		+	+
♦ самокат	+		+	+
♦ скейт	+		+	+
♦ роликовые коньки	+		+	+
♦ скольжение по ледяным дорожкам		+		
9. Игры, забавы, аттракционы	+			
10. Физкультурные досуги	+			
11. Физкультурные праздники	+			
12. Самостоятельная двигательная деятельность детей	+			

Система эффективного закаливания.

Основные факторы закаливания:

- закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- постепенно расширяются зоны воздействия, и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- соблюдение температурного режима в течение дня;
- правильная организация прогулки и её длительности;
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей;
- облегченная одежда для детей в детском саду;
- сон в трусах;
- дыхательная гимнастика после сна;
- мытьё прохладной водой рук по локоть, шеи, верхней части груди (индивидуально);
- комплекс контрастных закаливающих процедур по «дорожке здоровья» (игровые дорожки);

Методы оздоровления:

- ходьба по сырому песку (летом), коврику (в межсезонье).
- контрастное обливание ног (летом);
- дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года), в том числе по дорожкам препятствий;
- хождение босиком по спортивной площадке (летом);
- релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);
- использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре.

Закаливающие и оздоровительные мероприятия и их место в режиме дошкольного учреждения

Холодный период года

Мероприятия	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
Закаливание воздухом				
Утренняя гимнастика	08.00-08.10	08.10-08.20	08.20-08.30	08.20-08.30
Физкультурные занятия	Согласно сетке занятий			
Облегченная одежда детей в группе	В течение дня			
Одностороннее проветривание	5-10 мин. каждый час			
Сквозное проветривание	Не менее 10 мин каждые 1,5 часа в отсутствии детей			
Гимнастика после дневного сна	15.10-15.18	15.00-15.08	15.00-15.10	15.00-15.10
Бактерицидная лампа	В отсутствие детей			
Хождение по массажному коврику	После дневного сна			
Контрастные воздушные ванны	После дневного сна, на физкультурных занятиях			
Сон с доступом свежего воздуха	13.00-15.10	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Ежедневная прогулка в любую погоду	До -15 С и ск. ветра 15 м/с 10.20-12.00 16.50-18.30	До -15 С и ск. ветра 15 м/с 10.20-11.50 16.50-18.30	До -20 С и ск. ветра 15 м/с 10.50-12.25 16.20-18.30	До -20 С и ск. ветра 15 м/с 11.05-12.35 16.30-18.30
Подвижные игры и спортивные упражнения	На прогулке			
Закаливание водой				
Обширное умывание прохладной водой	Несколько раз в течение дня			

Теплый период года

Мероприятия	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
Закаливание воздухом				
Максимально-возможное пребывание детей на свежем воздухе: Прием детей Утренняя гимнастика Занятия, игры, наблюдения, трудовая деятельность, чтение худ. литературы, индивидуальная работа по всем направлениям, досуги, праздники, развлечения				
	07.00-08.20	07.00-08.25	07.00-08.30	07.00-08.30
	09.30-12.00	09.30-12.10	09.30-12.25	09.30-12.35
Физкультурные занятия	Согласно сетке занятий			
Облегченная одежда	Постоянно			
Одностороннее проветривание	В период пребывания детей в группе			
Сквозное проветривание	В период отсутствия детей			
Гимнастика пробуждения (дыхательная гимнастика)	15.10-15.18	15.00-15.08	15.00-15.10	15.00-15.10
Бактерицидная лампа	В период отсутствия детей			
Хожение по массажному коврику	После дневного сна			
Контрастные воздушные ванны	После дневного сна			
Сон с доступом свежего воздуха	13.00-15.10	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Солнечные ванны	2 раза в день по 10 мин. в теплую солнечную погоду			
Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	2 раза в день на прогулке			
Закаливание водой				
Обширное умывание прохладной водой	Несколько раз в течение дня			
Мытье ног теплой водой	12.00-12.20	12.10-12.30	12.25-12.40	12.35-12.50
Обливание ног				
Игры с водой	2 раза в день на прогулке			

Формы закаливания по возрастам

№ группы	Осень	Зима	Весна	Лето
1-ая младшая	      	   	       «  »	        
2-ая младшая	         	    	          	        
средняя группа	         	     	         	        
старшая группа	         	         	         	         
подготовительная группа	          	         	         	        

Условные обозначения к схеме закаливания:

-  - утренний прием детей на воздухе;
-  - утренняя гимнастика на воздухе;
-  - точечный массаж;
-  - облегченная форма одежды;
-  - умывание холодной водой в течение дня
-  - физкультурные занятия на воздухе;
-  - сон при открытых форточках;
-  - занятия физкультурой в носках;
-  - оздоровительная и дыхательная гимнастика после сна;
-  - воздушные ванны в сочетании гимнастикой;
-  - босохождение;
-  - физкультурные занятия в зале

План работы по физическому воспитанию и оздоровлению детей на 2012 - 2017 гг.

Содержание работы	Срок	Ответственный
Организационная работа		
Составление плана прохождения учебного материала по всем возрастным группам	Ежемесячно	Ст. воспитатель
Составление графика индивидуальных занятий с детьми, не усваивающими программу	Сентябрь-октябрь	воспитатель
Диагностика развития основных видов движений	Сентябрь, май	воспитатель
Разработка конспектов спортивных досугов для всех возрастных групп	Ежемесячно	воспитатель
Физкультурно-оздоровительная работа		
Антропометрия	сентябрь, апрель	Ст. медсестра
Уточнение списка детей по группам здоровья	сентябрь	Ст. медсестра
Медико-педагогический контроль за проведением занятий и закаливающих процедур	В течение года	Зав. ДОУ; ст. медсестра, ст.воспитатель
Проведение мониторинга по физическому развитию	В течение года	ст. медсестра, ст.воспитатель
Обеспечение спортзала аптечкой	Сентябрь	Ст. медсестра
Физкультура и оздоровление в режиме дня		
Ежедневное проведение утренней гимнастики: на воздухе, в помещении	В течение года	воспитатель
Физкультурные занятия.	По плану	воспитатель
Проведение физкультминуток	По мере необходимости	Воспитатели.
Проведение гимнастики после ежа	Ежедневно	Воспитатели
Проведение закаливающих мероприятий	В течение года	Воспитатели, ст. медсестра
Подбор комплекса упражнений для глаз. Проведение упражнений для глаз	В течение года.	Ст. медсестра, педагог-психолог
Подбор комплекса упражнений дыхательной гимнастики. Проведение упражнений дыхательной гимнастики.	В течение года	Ст. медсестра
Организационно - массовая работа		
Проведение Дня здоровья	1 раз в квартал	Ст.воспитатель
Участие в городских спортивных мероприятиях	По плану ГУ О	ст. воспитатель
Проведение физкультурных досугов	1 раз в год	-
Проведение физкультурных праздников	2 раза 1 год	Ст.воспитатель
Оборудование спортивных уголков в группах	В течение года.	Воспитатели

<i>Работа с педагогическим коллективом и родителями</i>		
Освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях	В течение года	ст. воспитатель, медсестра
Привлечение родителей к подготовке и проведению спортивных праздников, физкультурных досугов, Дней здоровья	В течение года.	Воспитатели
Оформление наглядного материала для родителей и воспитателей	В течение года.	воспитатели
<i>Хозяйственная работа</i>		
Приобретение нового спортивного инвентаря, ремонт имеющегося	В течение года	Зав. ДОУ, завхоз
Благоустройство спортплощадки	Апрель-сентябрь	Зав. ДОУ, ст. воспитатель завхоз

Организация оптимального двигательного режима

Модель двигательного режима детей 3-7 лет

№ п/п	Виды деятельности	Продолжительность	Объем нагрузки
1. Физкультурно-оздоровительные занятия			
1.1	Утренняя гимнастика	8-10 мин.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале
1.2	Физкультминутки	3-5 мин.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия
1.3	Двигательная разминка	7-10 мин.	Ежедневно после занятий (с преобладанием статических поз)
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15-30 мин.	Ежедневно во время утренней прогулки (проводится по подгруппам, с учетом диагноза детей)
1.5	Оздоровительный бег	3-7 мин.	Ежедневно во время утренней прогулки
1.6	Индивидуальная работа по развитию движений	12-15 мин.	Ежедневно во время вечерней прогулки
1.7	Ленивая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами	10-15 мин.	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей
2. Учебные занятия			
2.1	Занятия по физической культуре	15-30 мин.	2 раза в неделю
2.2	Спортивные игры и упражнения на воздухе	15-30 мин.	1 раз в неделю
2.3	Занятия по хореографии	15-30 мин.	1-2 раза в неделю во второй половине дня
2.4	Занятия ЛФК	15 – 30 мин.	2 раза в неделю
3. Физкультурные праздники и развлечения			
3.1	Неделя здоровья	-	1 раз в год (первые недели сентября)
3.2	Физкультурный досуг	75-90 мин.	1 раз в неделю (проводится по параллелям)
3.3	Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	50-60 мин.	2-3 раза в год (проводится по параллелям)
3.4	Спортивные игры-соревнования	60 мин.	1-2 раза в год на воздухе или в зале
3.5	Спартакиады вне детского сада	120 мин.	1 раз в год (участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности, по специальной программе)
4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДООУ и семьи			
4.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях МДОУ.		2-3 раза в год

Модель составлена на основе материалов Руновой М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду». М., 2000.

Дифференцированный подход к детям в различных формах физической культуры и дозирование нагрузки

Большое значение на занятиях по физической культуре уделяется дозированию физической нагрузки, которая должна быть адекватна состоянию здоровья ребенка и его психомоторному развитию. Дозированная физическая нагрузка дает возможность осуществлять дифференцированный подход к детям, перенесшим различные заболевания, имеющим постоянные или временные отклонения в состоянии здоровья.

Основными критериями дозировки при проведении занятий являются исходные положения при выполнении упражнений, подбор физических упражнений (с исключением некоторых, в зависимости от медицинской группы занятий физической культурой), количество повторений каждого упражнения и методы их выполнения (повторный, интервальный), продолжительность занятий и моторная плотность нагрузки на протяжении занятия.

Сведения о дозированной нагрузке заносятся инструктором по физическому воспитанию в специальную документацию. Составляются списки детей, состоящих на диспансерном учете у врачей-специалистов, список детей с проблемами в развитии общей моторики. В данных списках фиксируется диагноз ребенка, группа здоровья и группа развития для занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная, занятия лечебной физкультурой).

Для определения правильности построения занятия по физической культуре и распределения физической нагрузки по частям старшая медсестра измеряет частоту пульса у ребенка до занятия после вводной части, общеразвивающих упражнений, основных видов движения, дифференцированных игр (направленных на регулирование двигательной активности детей), общей подвижной игры, заключительной части и в восстановительном периоде в течение 3 – 5 минут.

Учитываются требования к сроку возобновления занятий физическими упражнениями детьми после болезни.

На основании собранных данных, инструктором по физическому воспитанию, совместно с медицинским работником, определяется вид нагрузки для конкретного ребенка, в зависимости от состояния здоровья ребенка и уровня его физической подготовленности.

Различают три вида нагрузки: большую, среднюю и малую (Епифанов В. А., 1987). При *большой физической нагрузке* (основная) используются все физические упражнения без ограничений; при *средней* исключаются бег, прыжки, сложнокоординированные упражнения; при *малой* используются элементарные упражнения для верхних и нижних конечностей в сочетании с дыхательными упражнениями.

Разработаны специальные рекомендации для воспитателей и родителей по физической реабилитации детей, имеющих показания для назначения медицинской группы «занятия лечебной физкультурой» (функциональные

нарушения опорно-двигательного аппарата: дефекты осанки и плоскостопие). Инструктором по физическому воспитанию, дополнительно к основной (большой) нагрузке на занятиях, вводятся элементы ЛФК для коррекции нарушения осанки и плоскостопия. Используются и другие формы лечебной физической культуры: утренняя гимнастика, самостоятельные занятия (под контролем воспитателей и родителей), прогулки, оздоровительный бег, игровые занятия.

Комплексная стратегия улучшения здоровья детей

Оптимизация режима дня

Рациональный режим дня в ДОУ предусматривает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна детей в течение суток и организацию всех видов деятельности и отдыха в соответствии с возрастными психофизиологическими особенностями и возможностями организма. Организация жизнедеятельности детей осуществляется с учетом физиологических позиций, то есть способностью коры головного мозга одновременно работать и отдыхать. В каждый отдельный момент работает не вся ее поверхность, а отдельные участки, именно те, которые отвечают за данный вид деятельности (поле оптимальной возбудимости). Остальные области коры в это время находятся в состоянии покоя. При изменении характера занятий поле оптимальной возбудимости перемещается, и создаются условия для отдыха ранее функционировавших участков коры головного мозга.

Все физиологические процессы в организме имеют свой биологический ритм. В течение суток активность и работоспособность ребенка не одинаковы. Занятия, вызывающие выраженное утомление детей, планируются в первую половину дня, в часы оптимальной работоспособности.

Работоспособность неоднозначна и на протяжении недели. В понедельник она невысока, что объясняется адаптацией ребенка к режиму ДОУ после двухдневного пребывания в домашних условиях. Наилучшие показатели работоспособности отмечаются во вторник и среду, начиная с четверга, она вновь ухудшается, достигая самых низких характеристик к пятнице. В целях предупреждения утомления у воспитанников, увеличен двигательный компонент, занятия распределяются в течение недели с учетом динамики работоспособности.

Данное направление осуществляется через использование следующих форм организации педагогического процесса:

- гибкий режим дня;
- таблицы соответствия учебной нагрузки (разработаны в соответствии с требованиями, содержащимися в новых санитарно-эпидемиологических правилах и нормах для ДОУ (СанПиН 2.4.1.1249-2003, введены с 20.06.2003) с учетом равномерного распределения умственной и физической нагрузки;
- образовательный план;
- график организации образовательного процесса;

- расписание НОД;
- организация двигательного режима;
- планирование воспитательно-образовательной деятельности детей;

Пересмотрена, разработана и внедрена новая структура планирования воспитателей – «Рабочая программа», позволяющая комплексно обеспечивать все стороны организации жизни детей в ДОУ, с учетом использования трех ее форм: занятия как специально организованная форма обучения; нерегламентированные виды деятельности; свободная деятельность детей.

Организация жизнедеятельности детей в ДОУ, осуществляется через комплексное использование фронтальных, групповых и индивидуальных форм организации воспитательно-образовательной работы.

Охрана психического здоровья

Физический статус ребенка тесно связан с его психологическим состоянием, в основе которого лежит переживание ребенком психологического комфорта или дискомфорта. Особенно чувствительны к неблагоприятным условиям, которые приводят к развитию предневротических состояний и детских неврозов, дети в возрасте пяти – семи лет.

Психологический дискомфорт возникает при несоответствии условий воспитания и образования детей их интересам и возможностям.

Одним из важнейших условий укрепления психического здоровья детей в ДОУ является создание такой обстановки в группах, в которой ребенок чувствует себя защищенным в любой ситуации, не боится обратиться с любым вопросом к воспитателю и другим педагогам, а при необходимости – может обратиться за помощью к любому из сотрудников ДОУ. Большое внимание также уделяется тому, чтобы дети были хорошо знакомы с внутренним расположением помещений детского сада и могли самостоятельно найти нужное ему помещение (физкультурный, музыкальный залы, медицинский кабинет и др.).

Нарушения психического здоровья детей могут быть вызваны чрезмерной психологической и физиологической нагрузкой, и выражаться в капризах, истериках, ночных страхах. Причинами стрессовых состояний ребенка являются:

- длительное нахождение в большом коллективе детей при отсутствии условий и места для релаксации и уединения;
- строгие дисциплинарные требования, нарушение которых вызывает порицание;
- фрустрация потребности ребенка в игре, двигательной активности, самостоятельном познании окружающего;
- общение сразу со многими взрослыми людьми, выдвигающими различные требования по отношению к ребенку, в частности с большим числом приходящих педагогов-специалистов;
- организация занятий, по объему и интенсивности не адекватных возможностям детей, нарушающих физиологически обоснованный режим дня;

- чрезмерное расширение объема предлагаемой детям образовательной информации, а также излишняя ее специализация;
- частые нарушения привычного уклада детской жизни;
- приобщение детей к систематическому просмотру видеофильмов, к играм на компьютере, приводит к состоянию привычного эмоционального возбуждения.

Вопросами профилактики со стороны психического здоровья детей в ДОУ, передачей педагогам и родителям знаний о психологических особенностях детей, занимается педагог-психолог. Под его руководством осуществляется непрерывный процесс формирования психологической компетенции ребенка, родителя, педагога, содействия созданию ситуации развития ребенка, соответствующей его индивидуальности и обеспечивающей психологические условия для охраны жизни и здоровья детей.

Преемственность и взаимосвязь семейного и общественного воспитания

Успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии можно добиться только при тесном сотрудничестве детского сада с семьей по вопросам физического воспитания и формирования основ здорового образа жизни детей.

Задача дошкольного учреждения - научить и приобщить родителей к физическому воспитанию детей. Выделим основные направления работы:

- формирование заботливого отношения родителей к здоровью детей в семье;
- консультации для родителей по вопросу закаливания детей и профилактики простудных заболеваний;
- беседы, семинары по вопросам физического воспитания детей, направленные на охрану и укрепление их здоровья.

Желая видеть в будущем здоровое поколение детей и внуков, уже в дошкольном возрасте необходимо воспитывать у детей потребности в здоровом образе жизни:

- привитие стойких культурно - гигиенических навыков;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки в ежедневных физкультурных упражнениях.

Постоянное повышение квалификации персонала, ознакомление с другими методиками, программами по воспитанию и оздоровлению детей и применение наиболее актуальных из них в своей работе, расширение связей с другими организациями, более тесный контакт с семьями детей - все это позволяет эффективно оказывать помощь детям в укреплении здоровья и физическом развитии.

Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
- сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
- обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений на повышение выносливости кардиореспираторной системы (занятия строить с учетом группы здоровья – подгрупповые);
- медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
- включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации физического воспитания:

- физические занятия в зале и на спортивной площадке с элементами психогимнастики;
- туризм (прогулки – походы);
- дозированная ходьба;
- оздоровительный бег;
- физкультминутки;
- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
- утренняя гимнастика;
- индивидуальная работа с детьми;

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

- Традиционные.
- Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.
- Сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и др.
- Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч).
- Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.
- Занятия – зачёты для проведения диагностики по основным видам движения и развития и физических качеств (1 раз в квартал).
- Занятия – походы.

- Занятия в форме оздоровительного бега.
- Занятия, основная часть которых носит ярко выраженный нетрадиционный характер (ритмика, футбол, аэробика).
- Музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам.
- Занятия на «экологической тропе». Важным в занятиях является моторная плотность, которая обеспечивает тренирующий эффект. Так, моторная плотность прогулок составляет до 60%, моторная плотность занятий – до 80%.
- Занятия с учётом половой социализации отдельно для девочек и мальчиков.

Важным условием является проведение всех занятий в музыкальном сопровождении.

В перспективе:

- Проводить специальные коррекционные занятия для детей с нарушением осанки и плоскостопия.
- Углублённые врачебные осмотры с комплексной оценкой здоровья.
- Организация платных тренировочных секций (ритмика).
- Организация занятий по группам здоровья, с учётом индивидуального подхода отдельно для девочек и мальчиков.

Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

- Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырёхразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.
- Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
- Достаточный по продолжительности дневной и ночной сон детей.
- Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
- Санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями.

Создание представлений о здоровом образе жизни.

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- Привитие стойких культурно – гигиенических навыков.
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде.
- Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
- Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
- Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения.
- Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
- Вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Принципы:

- выявление факторов, способствующих возникновению и развитию стрессовых состояний у детей;
- применение психолого – педагогических приёмов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений. В комплекс этих приёмов входят индивидуальные беседы воспитателей и психологов с ребёнком и родителями, применение подвижных, сюжетно – ролевых и особенно режиссерских игр, музыкотерапия, использование и анализ продуктивных видов деятельности детей, отдельные приёмы рациональной психотерапии;
- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребенка;
- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДООУ в целом;
- обучение детей приёмам мышечного расслабления – базового условия для аутогенной тренировки;
- организация уголка психологической разгрузки («уединения») в группе;
- использование психоаналитических и личностно ориентированных бесед с детьми с аффективными невротическими проявлениями;
- рациональное применение музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;
- использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы необходимые условия:

- Оборудована комната психологической разгрузки, как для детей, так и для сотрудников.
- В детском саду работает психолог, который выявляет факторы, способствующие возникновению и развитию дистрессовых невротических состояний у детей; помогает воспитателям в предупреждении нежелательных аффективных реакций детей.
- Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку.

- Отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания. Сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе.
- Развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.
- В группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике.
- Эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Большой вклад вносят в это музыкальные руководители и воспитатели групп. Проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др. Большой популярностью стали пользоваться как у родителей, так и у детей музыкальные спектакли.
- Снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка.
- Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр.
- Большая роль в психокоррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

Перспектива:

1. Учить детей приёмам релаксации, выполняя упражнения не менее трёх раз в день (через 1,5 – 2 часа) индивидуально.
2. Продолжать использовать в работе элементы психогимнастики.

Коррекционно - педагогическая работа с детьми.

Перспектива:

1. Создание логопедического кружка, логопункта.
2. Организация платных услуг логопеда для неорганизованных детей.

Лечебно - профилактическая работа.

Осуществляет педиатр детского сада, медицинская сестра. В неё входят:

1. ЛФК: дыхательная, нарушение осанки, плоскостопия.
2. Витаминотерапия: аскорбиновая кислота, ревит, витаминизированные напитки.
3. Применение оксолиновой мази.

Лечебно-профилактическую работу осуществляют педиатр детского сада, инструктор по физическому воспитанию, старший воспитатель, воспитатели. Она включает в себя:

1. Дополнительные физкультурные занятия специализированного воздействия.
2. Физкультурные занятия босиком.
3. Подвижные игры и физические упражнения на улице.
4. Утреннюю зарядку на улице с обязательным бегом на выносливость и дыхательными упражнениями.
5. Дыхательную гимнастику после сна.
6. Спортивные игры и соревнования.
7. Элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.
8. Общекорректирующие упражнения.
10. Элементы психогимнастики, релаксации.

Летне-оздоровительные мероприятия.

Формы организации оздоровительной работы:

- Закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- Физкультурные занятия в природных условиях (в лесной зоне, в парках, спортивной площадке);
- Туризм;
- Физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе;
- Купание в летнем бассейне;
- Интенсивное закаливание стоп;
- Витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

Работа с педагогами.

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

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

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально – психологическом подходе.
3. Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в психическом и физическом развитии, а также системы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного учреждения.
4. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
5. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
6. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
7. Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
8. Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
9. Внедрение сбалансированного разнообразного питания. Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.
10. Пропаганда здорового образа жизни.
11. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- Необходимо широкое использование игровых приёмов создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции.
- Беседы, валеологические занятия.
- Психологические тренинги.

Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность.

Для себя мы определили следующие ***задачи работы с родителями:***

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
- Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

Рекомендуется использовать следующие ***формы работы с родителями:***

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.

3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
6. Совместные занятия для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача).
8. Родительский всеобуч: клуб «Здоровый ребёнок».
9. Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями использовать **план изучения семьи**:

1. Структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения).
2. Основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.).
3. Стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов.
4. Социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка.
5. Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

- Анкета для родителей.
- Беседы с родителями.
- Беседы с ребёнком.
- Наблюдение за ребёнком.
- Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
- Посещение семьи ребёнка.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.

8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка

План на ближайшие 3 – 4 года.

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
2. Для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.
3. Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей» (в вечернее время).
4. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
5. Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы, выполнение с детьми заданий в домашних тетрадях.

Ожидаемые результаты реализации программы.

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
2. Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
3. Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
4. Обеспечение статистического учёта, контроля и анализ на всех уровнях.
5. Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
6. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
7. Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
8. Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.
9. Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

Источники и литература

1. А. Артемова. Ароматы и масла исцеляющие и омолаживающие. - СПб.: «Диля», 2003. – 160 с.
2. Б.Б. Егоров, Т.В. Нестерюк. Оздоровительно - воспитательная работа с ослабленными детьми в ДОУ. Пособие для практических работников. Элиста: «Джангар», 1999, - 64 с.
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей ДОУ. Под.ред.З.И. Бересневой. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 32 с.(Серия «Библиотека руководителя ДОУ».).
4. М.Ю. Картушина. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. М. Творческий Центр Сфера, 2007.
5. М.Н. Кузнецова. Оздоровление детей в детском саду. М.Айрис Пресс, 2008.
6. Т.К. Марченко, Ю.Ф.Змановский. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 1996.
7. В.И.Орел, С.Н.Агаджанова. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. СПб.: Детство – Пресс, 2008.
8. М.А.Павлова, М.В.Лысогорская. Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград «Учитель», 2009.
9. В.А.Ревакина. Атопический дерматит у детей: Автореф.Дис. д-ра мед. наук. - М., 1993. – 32 с.
10. А.В. Семенович. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. пособие для высш.учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 232 с.: ил.
11. М.Я.Студеникин, И.И.Балаболкин. Аллергические болезни у детей.-М.; Медицина, 1998.-347 с.