

**Муниципальное автономное
дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад
№66 «Забавушка»**

**ПРОГРАММА
«Здоровье»
по сохранению и укреплению здоровья детей
дошкольного возраста**



г. Нижневартовск 2014

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Паспорт программы	4
2.	Пояснительная записка	6
2.1.	<i>Актуальность программы</i>	6
2.2.	<i>Цель и задачи</i>	8
2.3.	<i>Теоретическая основа и принципы построения программы</i>	9
2.4.	<i>Основные направления, условия и этапы реализации программы</i>	13
3.	Содержание Программы	14
3.1.	<i>Блок 1. Обеспечение оптимальных условий для оздоровительной работы и создание здоровьесберегающей развивающей среды в ДОУ</i>	14
3.2.	<i>Блок 2. Повышение уровня компетентности педагогов к реализации здоровьесберегающей деятельности</i>	22
3.3.	<i>Блок 3. Организация взаимодействия с родителями</i>	23
3.4.	<i>Блок 4. Формирование у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни:</i>	24
3.4.1	<i>Формирование у детей первоначального опыта здоровьесбережения, который складывается из умений и навыков, переходящих в привычки ЗОЖ;</i>	25
3.4.2	<i>Формирование у воспитанников начальных представлений о ценности здоровья, о необходимости здорового и безопасного образа жизни</i>	28
4.	Комплексная стратегия оптимизации здоровья	33
4.1	<i>Структурно-содержательные модули программы</i>	33
4.2	<i>Модель оптимального двигательного режима</i>	39
4.3	<i>Программные мероприятия</i>	40
5.	Ресурсное обеспечение программы	42
5.1.	<i>Здоровьесберегающая образовательная среда</i>	42
5.2.	<i>Кадровое обеспечение программы</i>	43
5.3.	<i>Управление здоровьесберегающей деятельностью</i>	46
6.	Ожидаемые результаты программы и мониторинг реализации программы «Здоровье»	51
6.1.	<i>Ожидаемые результаты</i>	51
6.2.	<i>Критерии, показатели, параметры измерения и методы мониторинга результативности Программы</i>	53
7.	Литература	56
8.	Приложения	57
1.	<i>Индивидуальный маршрут оздоровления ребёнка</i>	57
2.	<i>Современные здоровьесберегающие технологии</i>	59
3.	<i>Примерный перечень закаливающих мероприятий</i>	62
4.	<i>Формы и методы образовательной работы с детьми по формированию основ культуры здоровьесбережения в разных видах деятельности</i>	63
5.	<i>Система здоровьесберегающей деятельности в ДОУ</i>	65

6.	<i>Система физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ</i>	66
7.	<i>Взаимодействие ДОУ и родителей по вопросам оздоровления и физического развития детей дошкольного возраста</i>	68
8.	<i>Перспективно-тематические планы НОД по ЗОЖ и ОБЖ</i>	71
9.	<i>Формы представления данных о здоровье и физическом развитии детей</i>	75
10.	<i>Карты мониторинга реализации содержания Программы и его усвоения детьми</i>	77
11.	<i>Протоколы бесед с детьми</i>	84
12.	<i>Формы протоколов наблюдений за соблюдением детьми правил по ЗиБОЖ</i>	89
13.	<i>Таблицы для обработки результатов бесед и наблюдений за детьми</i>	92
14.	<i>Мониторинг данных об условиях, связанных с охраной жизни и здоровья детей</i>	97
15.	<i>Карта мониторинга качества предметно-развивающей среды</i>	98
16.	<i>План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья сотрудников ДОУ на 2014-2016 гг.</i>	99
17.	<i>Карта мониторинга оценки готовности педагогов к работе с детьми по ЗОЖ</i>	103

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

Наименование программы	Здоровье: образовательная программа по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста
Автор-составитель	Творческая группа МАДОУ города Нижневартовска ДС№ 66 «Забавушка»
Сроки реализации программы	2014-2016 учебные годы
Организация-исполнитель	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска детский сад № 66 «Забавушка»
Юридический адрес организации исполнителя, телефон/факс	улица Пермская, дом 11, город Нижневартовск, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, Тюменская область, Россия. Телефон/факс - (3466) 46-97-06
Вид подпрограммы	модифицированная
Тип программы	программа социализации, направленная на сохранение, укрепление здоровья дошкольников, освоение и формирование положительного социального опыта, социальных ролей и установок, выработку ценностных ориентаций детей на здоровый образ жизни
Краткое содержание подпрограммы	в программе раскрываются концептуальные, организационные и содержательные подходы к организации здоровьесберегающей деятельности с детьми дошкольного возраста, имеющих нарушения в психическом и физическом развитии с применением здоровьесберегающих технологий
Цель программы	Создание единой системы коррекционно-воспитательной и лечебно-профилактической помощи детям с отклонениями в физическом и психическом развитии. Сохранение, укрепление психосоматического здоровья детей дошкольного возраста, формирование ценностного отношения к собственному здоровью путем внедрения в образовательный процесс здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать двигательную активность, совершенствовать у детей творческое воображение посредством выполнения произвольных движений. 2. Формировать мелкие дифференцированные движения кистей и пальцев рук, сложные серийные движения и действия. 3. Закреплять у детей целостное позитивное психосоматическое состояние при выполнении оздоровительно-двигательных упражнений. 4. Развивать воображение, умение произвольно владеть мимической мускулатурой. 5. Формировать навыки произвольных движений глаз, расслабления глаз, снятия зрительного напряжения. 6. Формировать и развивать экологические и валеологические представления, гигиенические умения и навыки. 7. Формировать оптимальные условия для эмоционального благополучия детей, проявления любознательности, творческой активности и самостоятельности. 8. Воспитывать и развивать ценностное отношение к своему здоровью и позитивные мотивы к ведению здорового образа жизни. 9. Включение профильных специалистов в реализацию программы «Здоровье» в соответствии с перспективно-тематическим планом занятий по программе, индивидуальными планами оздоровительных мероприятий. 10. Педагогическое просвещение родителей, популяризация знаний о здоровом образе жизни, вовлечение семьи в совместную спортивно-оздоровительную деятельность

<p>Нормативно-правовые основы разработки программы</p>	<p>1. Конвенция по правам ребенка (одобрена генеральной Ассоциацией ООН 22.11.89г., ратифицирована в РФ 1998 г.)</p> <p>2. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»</p> <p>3. Федеральная целевая программа развития образования на 2011-2015 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 07.02.2011 №61;</p> <p>4. Приказ Минобрнауки РФ № 655 от 23 ноября 2009 «Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования»;</p> <p>5. Приказ МО и науки РФ от 20.07.11 № 2151 «ФГТ к условиям реализации ООП дошкольного образования»;</p> <p>6. Приказ Минобрнауки РФ 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;</p> <p>7. Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;</p> <p>8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (вместе с СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы ...»);</p> <p>9. Распоряжение Правительства ХМАО - Югры от 19.02.2010 №91-рп «О стратегии развития образования Ханты-Мансийского автономного округа - Югры до 2020 года»,</p>
<p>Ожидаемые конечные результаты реализации программы</p>	<p>Показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - снижение частоты случаев острой заболеваемости; - совершенствование функций ведущих физиологических систем организма; - улучшение физического развития; - устранение отставания в развитии движений; - повышение устойчивости к внешним неблагоприятным факторам; - повышение работоспособности; - позитивные сдвиги в эмоциональной сфере; - улучшение аппетита; - улучшение качества сна; - улучшение навыков самообслуживания; - повышение двигательной активности; - повышение уровня показателей статической и динамической координации движений пальцев рук у детей; - обеспечение положительной динамики уровня физической подготовленности выпускников ДОУ; - повышение индекса здоровья; - увеличение числа родителей, принимающих активное участие в жизнедеятельности ДОУ.

*Желаете образовывать ум вашего ученика,
упражняйте его тело, сделайте его крепким и здоровым.*
Ж.Ж. Руссо

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

2.1. Актуальность программы

Настоящая программа «Здоровье» является логическим продолжением и отражением опыта реализации задач внутри садовых программ «Здоровье» (за 2011-2014 г.), «Здорово быть здоровым!» (2011 г.) и «Будем здоровы!» (2011 г.) в МАДОУ города Нижневартовска ДС №66 «Забавушка». В ее основу положены обобщение теоретических источников, новых нормативных документов и практические наработки коллектива по организации и внедрению системы оздоровления детей дошкольного возраста, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Вопросы укрепления и охраны здоровья и безопасности детей, формирование основ культуры здоровья и безопасности, развития мотивации здорового образа жизни остаются важными направлениями деятельности ДОУ. Не смотря на постоянное внимание государства и образовательных учреждений к проблеме здоровья, состояние здоровья дошкольников оставляет желать лучшего. Статистика свидетельствует¹, что сегодня физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей. Соответственно доминирующая часть детей уже после рождения не готова к физиологически полноценной жизни. Из детей, пришедших в 1-й класс, 25—35% имеют физические недостатки или хронические заболевания.

Статистический анализ состояния здоровья детей г. Нижневартовска подтверждает, что количество здоровых детей с каждым годом снижается. Первопричинами снижения уровня практически здоровых детей в городе Нижневартовске являются суровые климатические условия, сложная экологическая обстановка, низкая двигательная активность детей. В последнее время наблюдается ослабление многих функций современной семьи, которые имеют прямое отношение к здоровью детей и их развитию.

В городе Нижневартовске, как и в Ханты-Мансийском автономном округе, активно развернулась работа по созданию условий для сохранения и укрепления здоровья детей и подростков. По данным, приведенным в региональной Концепции сохранения, укрепления здоровья детей как основы их развития, 85% территорий ХМАО-Югры строят работу по решению задач здоровьесбережения детей на основе специальных углубленных комплексных программ. Как свидетельствуют некоторые положения в отечественной психологии, дошкольный возраст является наиболее благоприятным периодом формирования ценностного отношения к здоровью.

Поэтому перед каждым дошкольным образовательным учреждением ставятся новые задачи, которые направлены на сохранение, укрепление и форми-

¹ Образование в области здоровья и укрепления здоровья среди детей, подростков и молодежи в России: Материалы Всероссийского форума по политике в области общественного здоровья. М., 1999.

рование здоровья детей. При этом особое значение приобретает задача формирования здоровья, сущность которой заключается не только в привитии воспитанникам представлений и знаний в области здоровья, но и в воспитании у них ценностного отношения к здоровью. В противном случае «общество никогда не сохранит тот потенциал здоровья, который заложен у ребенка при рождении».

Вследствие этого, «необходим переход воспитания человека к парадигме «забота о здоровье — обязанность каждого», который потребует специфических знаний о здоровье не только педагогов и родителей, но и, безусловно, самих детей».

Актуальность воспитания основ культуры здорового и безопасного образа жизни детей подчеркнута на государственном уровне в *Федеральных требованиях к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся и воспитанников* (приказ МОиН РФ от 25.12.2010 г. № 2010). А поскольку данный документ адресован ко всем образовательным учреждениям, эту работу необходимо вести уже в дошкольном детстве. Решение задач укрепления физического и психического здоровья ребенка, формирования основ двигательной и гигиенической культуры, задач валеологического просвещения дошкольников становится базой для успешной реализации программы дошкольного образования в целом.

Программа «Здоровье» разработана в силу особой **актуальности** проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в дошкольном образовательном учреждении. Данный документ определяет основные направления, задачи, а так же план действий и реализацию их в течение трех лет. Программа нацелена на работу по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей, и с этой позиции в центре внимания должны находиться социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей, это:

- во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания;
- во вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени.

Необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинга состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий.

Программа «Здоровье» – является внутри садовской, ее содержание ограничивается сферой компетентности МАДОУ ДС № 66 « Забавушка» для детей с отклонениями в физическом и психическом развитии.

Программа, прежде всего, выступает инструментом:

- Координации инициатив подразделений МУДП №5 и МАДОУ ДС №66 в сфере совместной работы с родителями по охране, укреплению, формированию здоровья детей с отклонениями в физическом и психическом развитии.
- Формирования единой согласованной позиции МАДОУ ДС № 66 и МУ «Детская поликлиника» №5 в области оказания профессиональной помощи се-

мье, имеющих часто длительно болеющих детей и с отклонениями в физическом и психическом развитии.

- Организации тесного взаимодействия ДООУ и семей воспитанников по вопросам охраны, укрепления, формирования здоровья детей и воспитания у них основ культуры здорового и безопасного образа жизни.

- Обеспечения управленческих решений в сфере охраны, укрепления и формирования здоровья детей с отклонениями в физическом и психическом развитии на муниципальном уровне.

Эффективность программы связывается с формированием конкретных механизмов в реализации образовательной политики в сфере охраны, укрепления и формирования здоровья детей с отклонениями в физическом и психическом развитии. Все вышесказанное явилось основой для разработки образовательной программы «Здоровье» по сохранению и укреплению психосоматического здоровья воспитанников.

2.2. Цель и задачи программы

Главная цель программы – создание единой системы лечебно-профилактической, коррекционной и психолого-педагогической помощи детям с отклонениями в физическом и психическом развитии, направленной на сохранение и укрепление их здоровья. Формирование у воспитанников, их родителей, а также у педагогов ответственности за сохранение и укрепление здоровья детей и собственного здоровья.

Задачи:

1. Разработка и принятие единой концепции эффективного сотрудничества в вопросах создания единой системы реабилитации детей, страдающих хроническими заболеваниями и имеющих нарушения со стороны центральной нервной системы, отклонениями в физическом и психическом развитии, создание условий для её осуществления.

2. Оказание детям квалифицированной медико-социальной, психолого-социальной и педагогической помощи, обеспечение их максимально полной и своевременной социальной адаптации к жизни в обществе и семье, к обучению и труду.

3. Тесное сотрудничество с родителями больных детей, оказание им помощи в воспитании детей, вовлечение их в реабилитационный процесс.

4. Реализация современных программ и технологий по организации коррекционно-образовательного процесса для детей имеющих отклонения в физическом и психическом развитии.

5. Создание банка эффективных, здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий обучения и обеспечение их доступности для специалистов и педагогов образовательных учреждений.

6. Воспитание у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни: формирование у них элементарных представлений о факторах здорового образа жизни, приучение детей к выполнению правил здорового и безопасного образа жизни и выработка опыта здоровьесберегающего осознанного поведения.

7. Формирование у детей потребности в двигательной активности: желание выполнять различные виды движений, формирование и совершенствование физических навыков и умений.

8. Обеспечение сбалансированного, полноценного питания в соответствии с возрастными нормами суточной потребности основных питательных веществ, микроэлементов, витаминах, энергетической ценности пищевых продуктов.

9. Разработка и внедрение мониторинга реализации Программы.

2.3. Теоретическая основа и принципы построения программы

Нормативное правовое обеспечение Программы:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Приказ министерства образования и науки РФ 28.12.2010 г. №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;

– Приказ министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (вместе с СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы ...»);

– Инструктивно-методическое письмо «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000 г. № 65/23-16;

– Устав муниципального образовательного бюджетного учреждения детского сада компенсирующего вида № 66 «Забавушка». – Нижневартовск, 2012.

Теоретическими основами программы являются:

– идеи комплексного междисциплинарного подхода к физическому развитию и оздоровления детей дошкольного возраста ведущих российских физиологов А.А. Ухтомского, Н.А. Бернштейна, психологов А.В. Запорожца, В.П. Зинченко, В.Т. Кудрявцева, педагогов П.С. Лесгафта, Ю.Ф. Змановского Т.Д. Богиной и др.

– идеи валеологии, определенные И.И. Брехманом, Е.А. Овчаровым, и др. и теория формирования здорового и безопасного образа жизни (Н.М. Амосов, И.А. Аршавский, В.А. Деркунская, Ю.Ф. Змановский, В.Т. Кудрявцев, Ю.П. Лисицин и др.);

– философские и методологические положения о путях формирования культуры здоровья, как части общечеловеческой культуры, о способах сохранения здоровья (В.Е. Давидович, Ю.Г. Волков, А.Е. Чекалов, Л.В. Абдульманова).

Теоретической предпосылкой программы «Здоровье» является также программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста, разработанная под руководством В.Т. Кудрявцева, доктора психологических наук, директора института дошкольного образования и семейного воспитания РАО. В этой программе на основе комплексного междисциплинарного подхода к проблеме нашли своё продолжение и развитие идеи ведущих российских физиологов А.А. Ухтомского, Н.А. Бернштейна, психологов А.В. Запорожца, В.П. Зинченко, педагогов П.С. Лесгафта, Ю.Ф. Змановского.

Настоящая программа «Здоровье» построена на основе

а) Примерных общеобразовательных программам дошкольного образования:

Воспитание и обучение детей в детском саду / под ред. М.А. Васильевой. М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2006.

- От рождения до школы /под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.

б) Внутрисадовских программ:

«Здоровье» на 2011-14 гг.;

программы формирования представлениям о здоровом и безопасном образе жизни «Будем здоровы!» 2011 г.;

программы формирования системы сохранения и укрепления здоровья работников МБДОУ ДСКВ №66 «Забавушка» «Здорово быть здоровым!» 2011 г.

Ключевые понятия:

Активный отдых – это отдых за счет смены видов деятельности.

Активный отдых – это отдых за счет смены видов деятельности.

Безопасное поведение – это такой набор стереотипов и сознательных действий в изменяющейся обстановке, который позволяет сохранять индивидуальную целостность и комфортность поведения, предупреждает физический и психический травматизм, создает нормальные условия взаимодействия между людьми

Безопасность – это состояние, при котором не угрожает опасность, есть защита от опасности. Безопасность — это приемлемый риск.

Безопасный – не угрожающий опасностью, защищающий от опасности.

Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Закаливание – это комплекс мероприятий, направленных на повышение функциональных резервов организма и его устойчивости к неблагоприятным условиям окружающей среды.

Здоровый образ жизни – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. Факторы, определяющие ЗОЖ: рациональное питание, личная гигиена, режим дня, окружающая среда, закаливание, физическая активность.

Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия человека.

Здоровье психическое – это состояние душевного и социального благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения.

Здоровье физическое – это комплекс взаимосвязанных характеристик физического состояния организма: 1) функциональное состояние органов и систем; 2) уровень физического развития; 3) степень развития физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости); отсутствие болезней. Физическое здоровье – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем в целом.

Здоровьесберегающие технологии – это технологии, которые при реализации используемой педагогической системы решают задачи сохранения здоровья детей и педагогов; это совокупность направлений деятельности образовательного учреждения по формированию, сохранению и укреплению здоровья детей, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условий жизни ребенка, их воздействие на здоровье.

Индекс здоровья – это процент количества детей, ни разу не заболевших в течение года, от общего числа воспитанников в ДОУ.

Культура безопасности жизнедеятельности ребенка – это совокупность знаний о безопасности жизнедеятельности человека, нормах и правилах безопасного поведения, осознанном отношении к жизни и здоровью человека; умений и навыков оберегать свою жизнь, поддерживать здоровье, адекватно вести себя в различных жизненных ситуациях.

Опасность – возможность, угроза чего-нибудь очень плохого, несчастья.

Опасный – способный вызвать, причинить какой-либо вред, несчастье.

Ценностное отношение к здоровью – это особое отношение человека к здоровью, выражающееся в осознании его ценности как необходимой предпосылки для полноценной жизни человека и сопровождающейся активно позитивным стремлением к его сохранению и укреплению.

Ценностное отношение к здоровью – это особое отношение человека к здоровью, выражающееся в осознании его ценности как необходимой предпосылки для полноценной жизни человека и сопровождающейся активно позитивным стремлением к его сохранению и укреплению.

Концептуальной основой Программы стали положения о том, что здоровый и безопасный образ жизни детей связан:

с *когнитивной сферой* (представления о правилах ЗОЖ и ОБЖ, о способах сохранения и укрепления здоровья и т.д.);

с *эмоциональной сферой* (мотивированная потребность быть здоровым, положительное отношение к правилам ЗОЖ и ОБЖ т.п.);

и с *поведенческой стороной* (поступки и действия на благо своего здоровья, на его укрепление, т.е. привычки к здоровому и безопасному образу жизни).

Принципы построения Программы

Программа «Здоровье» строится с учетом общих дидактических принципов,

принципов коррекционной педагогики, принципов построения оздоровительной работы в ДООУ.

Принцип индивидуального дифференцированного подхода к детям предполагает учет состояния их здоровья при организации режима дня, двигательной деятельности и проведении закаливающих мероприятий.

Принцип непрерывности и преемственности здоровьесберегающей деятельности ДООУ, предусматривающий сотрудничество ДООУ и начальной школы по проблемам охраны и укрепления здоровья дошкольников и формирования у них основ культуры здорового и безопасного образа жизни.

Принцип учета местных условий и социокультурного пространства предполагает учитывать климатические особенности при организации условий оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности ДООУ.

Принцип рационального сочетания и чередования различных видов деятельности, характерных для дошкольного возраста, важен для профилактики переутомления детей и для их разностороннего развития.

Принцип интеграции и взаимопроникновения содержания программы в другие образовательные области обеспечивает здоровьесберегающую направленность всего образовательного процесса в ДООУ.

Принцип осмысления моторных навыков. Исследования А.В. Запорожца доказывают, что движение может стать произвольным, управляемым только в том случае, если оно будет ощущаемым и осмысленным. Для того чтобы превратиться в произвольное движение, оно должно стать не только ощущаемым, но и эмоционально переживаемым. Этому способствует выразительное оформление не только внешних условий построения (выполнения) движения, но, прежде всего, его «внутренней картины».

Принцип развития творческого воображения детей. Психосоматическое развитие ребенка в ходе организованного воспитания и оздоровления должно разворачиваться как процесс творческого преобразования обыденного двигательного опыта дошкольника и его эталонов. Игровое экспериментирование с возможностями собственного тела при построении тех или иных движений позволяет детям легко разрешать возникающие проблемы. Двигательное воображение выполняет функцию переконструирования и достраивания тех исходных сенсомоторных образов, в которых отражаются подвижные состояния тела ребенка.

Принцип закрепления целостного позитивного психосоматического состояния в ходе различных видов деятельности. Этот принцип реализуется благодаря многофункциональности оздоровительных развивающих двигательных упражнений. Так, например, во время проведения физкультминутки ребенок делает самомассаж (активизирует биологические точки на руке), выполняя игровое упражнение, но при этом ребенок воссоздает последовательность движений. Так у него создается положительный эмоциональный настрой, развивается творческое воображение, формируется уверенность в себе, и как результат – происходит развитие мелких мышц руки.

Принцип формирования способности к содействию и сопереживанию. Использование тактильных ощущений во время упражнений позволяет ребенку осва-

ивать не только невербальную форму общения, но и выражать своё внутреннее состояние и отношение к товарищу.

2.4. Основные направления, условия и этапы реализации программы

Реализация программы «Здоровье» осуществляется по следующим направлениям:

1) обеспечение оптимальных условий для оздоровительной работы и создание здоровьесберегающей образовательной среды, в том числе предметно-развивающей среды в ДОУ;

2) формирование у детей опыта здоровьесбережения, приобщение их к доступным способам здорового образа жизни, развитие у них полезных для здоровья умений, навыков и привычек;

3) формирование у воспитанников начальных представлений о ценности здоровья, о необходимости здорового и безопасного образа жизни, о способах сохранения, укрепления здоровья и физического совершенствования.

Реализация программы «Здоровье» может осуществляться эффективно при наличии следующих **условий**:

- направленность задач и содержания здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения на коррекцию и развитие физического и психического здоровья детей;

- интеграция задач Программы со всеми предметными образовательными областями;

- особая организация образовательного процесса с включением здоровьесберегающих технологий в режим дня, в процесс непосредственно образовательной деятельности и в другие виды детской деятельности;

- включение комплекса мероприятий (диагностических, профилактических, лечебно-оздоровительных) системно внедряемых в образовательное пространство ДОУ;

- программно-методическое обеспечение лечебно-оздоровительного процесса в ДОУ;

- совершенствование системы повышения уровня квалификации медико-педагогического коллектива ДОУ, повышение у сотрудников основ культуры их здоровьесбережения: мотивации на свой здоровый образ жизни, укрепление их здоровья;

- взаимодействие с родителями по вопросам формирования здорового образа жизни и коррекции отклонений в развитии у детей, повышение уровня направленности их семейного уклада на здоровый образ жизни.

Этапы реализации программы

Этапы и сроки реализации	Содержание	Результаты
1 этап апрель-май 2014 г.	<ul style="list-style-type: none"> • качественный и количественный анализ результатов реализации программы «Здоровье» на 2011-2014гг.; • корректировка программы с учетом проведенного анализа; • систематизация итогов работы. 	<ul style="list-style-type: none"> • методические рекомендации, • открытые мероприятия, • практические семинары, • участие в ГМО, • участие в спортивных мероприятиях.
II этап 2014 – 2015 г.	<ul style="list-style-type: none"> • совершенствование условий для здоровьесберегающей деятельности в ДОУ; • промежуточный анализ заболеваемости детей с речевой патологией; • включение в коррекционно-образовательный процесс детей с нарушениями речи, начиная с 3-х лет. • Обогащение методической копилки по реализации всех задач Программы. 	<ul style="list-style-type: none"> • диагностические срезы, • оснащение здоровьесберегающей среды, • отслеживание процесса, • составление карт индивидуальных нагрузок для каждого ребенка с учетом всех данных по результатам диагностирования здоровья, общей физической подготовленности. • Банк методических рекомендаций к реализации Программы
III этап 2015-2016 г.	<ul style="list-style-type: none"> • Подведение итогов реализации Программы; • Определение перспектив и задач на последующие годы. 	<ul style="list-style-type: none"> • обработка данных; • обобщение опыта; • отчеты.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы структурировано в соответствии с направлениями здоровьесберегающей деятельности в ДОУ:

- обеспечение оптимальных условий для оздоровительной работы и создание здоровьесберегающей развивающей среды в ДОУ;
- формирование у детей опыта здоровьесбережения, приобщение их к доступным способам здорового образа жизни, развитие у них полезных для здоровья умений, навыков и привычек;
- формирование у воспитанников начальных представлений о ценности здоровья, о необходимости здорового и безопасного образа жизни, о способах сохранения, укрепления здоровья и физического совершенствования.

Первый содержательный блок Программы: обеспечение оптимальных условий для оздоровительной работы и создание здоровьесберегающей развивающей среды в ДОУ.

Содержание данного направления включает целый ряд мероприятий санитарно-гигиенического, противопожарного характера, мер, по созданию условий, обеспечивающих безопасную и здоровую жизнь детей, и организационной базы для реализации и достижения целей охраны и укрепления здоровья детей

и формирования у них основ культуры здоровья:

1 .Создание системы безопасности ДОУ, исключающей опасности и ситуации, которые могут нанести ущерб для жизни и здоровья детей, связанные с их пребыванием в ДОУ и мониторинг ее качества. Задачами данного раздела является:

– *принять меры для исключения:*

- пищевых отравлений;
- пожаров;
- угрозы взрывов;
- отключений тепло-, электро- и водоснабжения по вине ДОУ;

– *организовать бесперебойную работу медицинского кабинета* в здании ДОУ;

– *укомплектовать групповые помещения и все кабинеты:*

- аптечками и средствами первой помощи;
- средствами индивидуальной защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;
- средствами пожаротушения (91 огнетушителей, все порошковые);
- средствами индивидуальной защиты органов дыхания (ватно-марлевые повязки) из расчёта на каждый кабинет по 30 шт.;

– *оформить в ДОУ стенд* со средствами пожаротушения и необходимый инвентарь;

– *оборудовать ДОУ:*

- системами АПС
- кнопками тревожной сигнализации
- системами локальной телефонной связи

2. Организация и обеспечение здорового ритма жизни детей в ДОУ и семье (обеспечение рационального режима жизнедеятельности детей)

Основным психогигиеническим и психопрофилактическим средством в ДОУ является рациональный оздоровительный режим. В зависимости от состояния детей допустимо сокращение времени занятий, изменение их структуры, увеличение продолжительности прогулки и сна в зависимости от погодных условий. Неизменные (стереотипные) компоненты режима — время приема пищи, дневной сон, общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе (прогулка утром и вечером) и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты режима — динамические. Для детей, имеющих особые медицинские показания, устанавливается гибкий режим дня.

3. Обеспечение в ДОУ здорового питания со сбалансированным составом продуктов и их рациональным распределением по калорийности в течение дня. Недостаток в питании детей раннего возраста белка, йода, витамина А, фолиевой кислоты, кальция, железа приводит к задержке в развитии, анемии, снижению иммунитета, что сказывается на здоровье в дальнейшем. Организм ребенка, проживающего в районах, приравненных к условиям Крайнего Севера, испытывает отрицательное воздействие природных факторов, что обуславливает потребность организма в повышенной калорийности. Чем более суров климат и

резче смена погоды, тем более высоким должно быть содержание белка и жира в пище.

Обогащать пищу белком и витамином С для повышения защитных сил организма к воздействию вредных факторов. В рацион ежедневно включать растительное масло и жирную рыбу (носители полиненасыщенных жирных кислот, регулирующие окислительные процессы в организме). В рацион дошкольников включать в большом объеме растительные волокна и



клетчатка, так как балластные вещества являются физиологически важными элементами пищи наряду с нутриентами (белками, жирами, витаминами, углеводами, микроэлементами). Потребление искусственно приготовленных (рафинированных) продуктов ограничить.

Для восполнения дефицита витаминов обязательно включать в рацион свежие овощи, фрукты, соки, а также продукты. Дефицит натуральных фруктов в детском питании восполнять за счет сухофруктов для приготовления компотов, киселей, добавления их в каши, запеканки, пудинги. На полдник вместо сока или молочных продуктов подавать витаминные напитки из ягод и лекарственных трав. В зимний период в суп добавлять мелко нарезанный свежий лук или чеснок.



4. Создание условий для двигательной активности детей.

В групповых комнатах и на участках создать условия для самостоятельной двигательной активности детей: предусмотреть площадь, свободную от мебели и игрушек, обеспечить детей игрушками, побуждающими к двигательной игровой деятельности (мячи, обручи, скакалки), менять

игрушки, стимулирующие двигательную активность, несколько раз в неделю.

5. Создание здоровьесберегающей среды рассматривается с позиций медицинской экологии. В ДОО создавать комфортные условия для детей с учетом положительного воздействия на здоровье цвета, света, растений, развивающей среды.

Светотерапия. Правильно подобранный световой климат ДОО оказывает положительное воздействие на детей, сохраняет зрение, выявляет художественную выразительность интерьера. По исследованиям американских ученых, настроение человека во многом зависит от количества солнечного света, снижающего в крови количество мелатонина, который вызывает плохое настроение.

В условиях короткого светового дня в нашем регионе в осенне-зимний

период очень важно достаточное освещение помещений. Искусственно меняя биологические ритмы света, можно улучшить свойства естественного, обеспечив его в полной мере. Добиваться преобладания так называемых «ламп дневного света» — галогенных, люминесцентных. Исследования американских ученых показали, что только за один месяц работы под полноспектрным, уравновешенным флуоресцентным освещением у детей заметно снизились раздражительность, гиперактивность и усталость.

Правильное освещение должно быть соответствующей эффективности. Окна должны пропускать как можно больше солнечного света, поэтому в детском саду плотные шторы весить только в спальне, а в остальных помещениях окна декорировать легкими прозрачными тканями.

Цветотерапия. Цвет — важнейший элемент интерьера. Гармоничное сочетание красок в окружающей ребенка обстановке лежит в основе его комфортного существования. В.М. Бехтерев писал, что «умело подобранная гамма цветов способна благотворнее воздействовать на нервную систему, чем иные микстуры». Цвет воздействует на эмоциональный настрой человека независимо от того, ощущает ли это сам человек, поэтому при оформлении интерьера ДОУ учитывать свойства цвета:

теплые цвета (от красного до желтого) повышают давление, мускульное напряжение, учащают пульс, дыхание, увеличивают скорость движения, вызывают беспокойство;

холодные цвета (спектр от фиолетового до сине-зеленого) понижают давление, уменьшают частоту дыхания, снимают напряжение, но при длительном воздействии вызывают печаль, усталость, утомление;

статичные цвета (зеленый, желто-зеленый, оливковый) уравнивают, способствуют релаксации, благоприятствуют концентрации внимания;

пастельные тона (малонасыщенные — салатный, серо-голубой, лиловый) стремятся к стабильности и гармонии.

Стены групповой комнаты красить в цвета слоновой кости, светло-персиковые, светло-бежевые, нежно-розовые, светло-зеленые. По исследованиям психологов, дошкольники любят яркие цвета: красный, оранжевый, желтый. И комфортнее чувствуют себя при теплых тонах окраски, поэтому в интерьере должны присутствовать яркие световые пятна, но яркие краски использовать в меру, чтобы дети не уставали от избытка насыщенных тонов.

Для мебели лучше подбирать те же цвета, что и для стен, только более насыщенные. В группах нежелательна однотонная мебель сочного красного, яркого оранжевого или холодного синего цвета. Насыщенные цвета могут преобладать только на игровом пространстве. Для занятий и сна подбирается мебель спокойных, неярких тонов.

Оздоровление воздушной среды. Техносистема, порожденная современной цивилизацией, является источником загрязнения окружающей среды. Древесностружечные и древесноволокнистые плиты, фанера, отделочные материалы, из которых сделана мебель, ковровые покрытия, обивочные материалы, некоторые клеи и лаки, водоотталкивающие средства, хлорированная вода, пыль —

все это негативно воздействует на неокрепший организм детей и отрицательно сказывается в первую очередь на работе органов дыхания.

Для оздоровления воздушной среды использовать ежедневное сквозное проветривание помещения во время прогулки детей, кварцевание в период эпидемий, регулярная влажная уборка.

Исследования NASA доказали, что активно удалять из атмосферы замкнутых пространств летучие органические соединения, вредные для человека — формальдегид, бензол, трихлорэтилен способны комнатные растения. *Комнатные растения являются хорошим резервом для оздоровления окружающей среды.* Кроме того, растения выделяют кислород и повышают влажность воздуха, что особенно важно во время отопительного сезона.

Научно обоснованное введение растений в интерьеры с учетом их биологической совместимости с условиями среды и положительного влияния на здоровье людей помогает сохранить здоровье дошкольников. В основе санитарно-гигиенической и средоформирующей функций, связанных с оздоровлением окружающей среды, лежит воздействие фитонцидов (продуцируемых растениями антимикробных веществ, являющихся одним из важнейших факторов иммунитета) на патогенные микробы, грибки, вирусы и др.

При создании в группах фитодизайна, помнить следующие правила:

- не затенять помещение;
- ставить на подоконники низкие цветы для того, чтобы не загромождать окна и не мешать проникновению в помещение солнечного света.

Музыкотерапия. Музыка воздействует на эмоциональную сферу человека. Ее восприятие не требует дополнительной подготовки, при условии, что музыкальный язык и образы соответствуют возрасту детей. Музыка выступает регулятором жизненных ритмов (пульса, дыхания, моторики). В каждой группе создавать фонотеку с разнообразными произведениями классической, народной и детской музыки.

При использовании музыки помнить об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей:

- громкая музыка приводит к разбалансированности ЦНС;
- возбужденные дети нуждаются в периодическом звучании успокаивающей музыки с умеренным, медленным и очень медленным темпом, с негромкой динамикой; такая музыка снимает гипервозбуждение коры головного мозга;
- заторможенные дети нуждаются в стимулирующей музыке с подвижным темпом и не очень громким звучанием;
- дети дистонического типа (когда состояние нервной системы меняется в течение дня несколько раз) нуждаются в умеренной музыке с одним уровнем звучания и темпа.

Внедрять:

- *пассивные формы музыкотерапии* (включать классическую или релаксационную музыку на фоне звуков природы перед сном или во время пробуждения, приема пищи и игровой деятельности, помогающую установить контакт

с детьми, снять мышечное и эмоциональное напряжение).

● *активные формы музыкотерапии*: двигательную музыкотерапию (музыкальное сопровождение утренней и бодрящей гимнастик, динамических пауз на занятиях), вокалотерапию (совместное пение), оказывающее всестороннее воздействие на организм:

— развивает и укрепляет дыхательную систему;

— естественным образом тренирует мышцы гортани, голосовые связки;

— расширяет звуковой диапазон голоса, улучшает тембр, влияет на интонационную выразительность.

Исключить из практики ДОУ агрессивную звуковую среду (*произведения в стиле бит, рок, диско*), которые излишне возбуждают детей, делают их неуправляемыми. Их громкие, металлические, жесткие, давящие ритмы обладают разрушающей силой.

Музыка, основанная на гармонии, положительно воздействует на организм человека, координируя функции внутренних органов. Исследования французских и американских ученых показали, что из всех произведений композиторов-классиков музыка Моцарта и его современников наиболее гармонична и сильнее воздействует на людей. Она усиливает правополушарные творческие процессы, развивает навыки интуитивного мышления, улучшает настроение, вербальное, эмоциональное и пространственное восприятие, совершенствует память и способность к концентрации. Под ее влиянием дети быстрее развиваются, лучше учатся, становятся более спокойными, взрослые проявляют чудеса изобретательности и исцеляются от болезней.

Обязательное условие включения музыки в учебный процесс и для сопровождения режимных процессов — ненавязчивое, негромкое ее звучание.

Создание атмосферы психологического комфорта — одно из условий здоровьесберегающей деятельности в ДОУ. Каждый педагог (воспитатели, специалисты) должен включать в свою работу игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы и игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций.

Воспитатель использует забавные стихи, приговорки, пальчиковые игры для создания игровых ситуаций при проведении режимных процессов.

Психолог проводит специальные занятия по коррекции поведения детей, используя сказко-, смехо-, пескотерапию, двигательный коррекционный тренинг (совместно с музыкальным руководителем), изотерапию, базируясь на методах психогимнастики. На занятиях дети обучаются азбуке выражения эмоций. В психогимнастике большое значение уделяется общению со сверстниками, что очень важно для психоэмоционального развития ребенка. Занятия с психологом направлять на то, чтобы помочь детям изжить невротические проявления (неуверенность, различного рода страхи) и на выработку положительных черт характера (уверенности, доброжелательности, честности, смелости, доброты и т.п.).

Одна из форм работы по психологической коррекции — театротерапия. Театр является самой древней и мудрой школой жизни, нравственного воспитания. Занятия театральным искусством наряду с развитием определенных ху-

дожественных способностей развивают общечеловеческую универсальную способность к творчеству в любой области. В дошкольном возрасте ценность детского театрального творчества следует видеть не в результате, а в самом процессе работы. Главным в деятельности педагога всегда должно быть благополучие ребенка, а не абстрактные художественные ценности. Театральные игры развивают умение действовать согласованно, помогают приобретать навыки общения, пробуждают активность и находчивость. С помощью кукол, игрушек можно проиграть любые бытовые ситуации, помочь детям найти варианты выхода из разных трудных жизненных ситуаций. Обыгрывание нехороших поступков позволяет пережить их с позиций не себя лично, а со стороны постороннего человека (игрушки, куклы), не испытывая на себе неприязни сверстников.

Организация развивающей среды является составляющей общей образовательной среды ДОО (совокупности образовательного процесса, особенностей его организации, а также его программно-методического, учебно-материального, материально-технического, психолого-педагогического, медико-социального обеспечения).

Развивающая среда дошкольного учреждения строится в соответствии с требованиями концепции построения развивающей среды в дошкольном учреждении В.А. Петровского:

адекватность среды, т.е. ее соответствие вводимым в образовательный процесс программно-методическим комплексам;

полнота среды, что предусматривает обеспечение ее содержания для всех видов деятельности ребенка и в частности речевой.

деятельностно-возрастная организация среды, что подразумевает постепенное ее обогащение и развертывание соответственно развитию возможностей детей;

динамичность, что предполагает возможность быстрого изменения среды, исходя из интересов и потребностей детей;

эстетизация, для чего необходима сочетаемость материалов, используемых при оформлении среды по цветовой гамме, фактуре, размерам и др. Принципу эстетической наполняемости среды в ДОО отводится особое место.

Среда является важным фактором воспитания и развития ребенка. Программа предусматривает выделение микро- и макросреды и их составляющих. Микросреда – это внутреннее оформление помещений. Макросреда – это ближайшее окружение детского сада (участок, соседствующие жилые дома и учреждения, ближний сквер, парк).

Оборудование помещений дошкольного учреждения должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Мебель должна соответствовать росту и возрасту детей, игрушки - обеспечивать максимальный для данного возраста развивающий эффект. Приобретать многофункциональную мебель или состоящую из блоков, которые можно легко компоновать, или мягкие модули-трансформеры.

Пространство группы следует организовывать в виде хорошо разграни-

ченных зон («центры», «уголки»), оснащенных большим количеством развивающих материалов (книги, игрушки, материалы для творчества, развивающее оборудование и пр.). Все предметы должны быть доступны детям.

Подобная организация пространства позволяет дошкольникам выбирать интересные для себя занятия, чередовать их в течение дня, а педагогу дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей.

Оснащение уголков меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса.

В качестве таких центров развития выступают:

- уголок для ролевых игр;
- книжный уголок;
- зона для настольно-печатных игр;
- выставка (детского рисунка, детского творчества, изделий народных мастеров и т. д.);
- уголок природы (наблюдений за природой);
- спортивный уголок;
- уголок для игр с песком;
- игровой уголок (с игрушками, строительным материалом);
- уголки для разнообразных видов самостоятельной деятельности детей - конструктивной, изобразительной, музыкальной и др.;
- игровой центр с крупными мягкими конструкциями (блоки, домики, тоннели и пр.) для легкого изменения игрового пространства.

В каждой группе создать *Уголок здоровья* с оборудованием для самостоятельных занятий спортом: самодельные тренажеры для коррекции зрения и развития дыхания, «дорожки здоровья», игры по закреплению знаний о строении человеческого тела и ОБЖ. В *книжный уголок* включать знакомые и новые книги, детские энциклопедии, альбомы и папки с иллюстрациями. В *музыкальном уголке* помимо музыкально-дидактических игр и детских музыкальных инструментов пометить магнитофон с аудиозаписями классических, народных и детских произведений. В *театральном уголке* – разнообразные куклы-игрушки (из пальчикового, перчаточного театров, театров игрушек, коробочек, картинок, масок и т.п.), детская ширма, фланелеграф, маски и элементы костюмов.

В каждой группе отвести место для *Уголка уединения (релаксации)*, позволяющего при необходимости расслабиться, отдохнуть от общения с окружающими людьми, от шумных игр и т.п.

Приобретение необходимого оборудования и оборудование специальных помещений для реализации современных оздоровительных технологий.

В ДОУ есть определенная ресурсная база для того, чтобы поддерживать и развивать физическое и психическое здоровье воспитанников. Основной задачей работы по данному аспекту является сохранение в рабочем состоянии уже имеющегося оборудования созданной базы и его пополнение новыми, современными средствами.

5. Медицинское обеспечение здоровьесберегающей деятельности. Це-

лью данного аспекта является организация эффективной лечебно-профилактической работы, направленной на предупреждение заболеваний и реабилитацию детей, перенесших заболевание.

В соответствии с медицинскими требованиями и нормами, под руководством медицинского персонала ДОО с использованием медицинских средств обеспечивать сохранение и приумножение здоровья детей, путем организации и контроля:

- выполнения санэпидрежимов, требований СанПиН профилактических мероприятий в ДОО;
- питания детей раннего и дошкольного возраста;
- мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- проведения закаливающих процедур;
- здоровьесберегающей среды в ДОО.

Участие медицинских работников в составлении здоровьесберегающего режима дня и расписания НОД.

Проведение лечебных и профилактических процедур средствами:

- физиотерапии;
- фитолечения;
- оксигенотерапии (кислородные коктейли);
- стимулирующей терапии;
- витаминотерапии;
- прогреванием в сауне натиранием и вдыханием целебных трав;
- оздоровительного комплекса (бассейн, сауна, фитобар, обливание холодной водой на воздухе);
- санации слизистой носа;
- промывание слизистой носа;
- чесночно-луковой ароматерапии.

Второй содержательный блок Программы – повышение уровня компетентности педагогов к реализации здоровьесберегающей деятельности.

Задачи этого блока содержания:

- формировать стойкую мотивацию на здоровый и безопасный образ жизни у самих педагогов; формировать у них умение и желание заботиться о своем здоровье, потребность в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности;
- расширять осведомленность работников учреждения об особенностях сохранения и стабилизации психического и физического здоровья;
- формировать социально-психологическую установку на возрастающую роль взаимной ответственности за сохранение здоровья, как со стороны администрации дошкольного учреждения, так и со стороны сотрудников, семьи;
- внедрять приемы саморегуляции психических состояний у сотрудников ДОО (тренинги, спортивно-оздоровительные мероприятия);

– совершенствовать теоретическую и практическую готовность педагогов к реализации задач Программы.

Реализация данных задач через организацию работы над единой методической темой: «Здоровьесберегающее пространство ДОУ»

Вопросы для изучения:

- факторы здорового образа человека (как сохранить и укрепить здоровье сотруднику ДОУ);
- Здоровый педагог – здоровые дети!
- понятия здоровьесберегающие технологии, педагогика здоровьесбережения, здоровьесберегающее пространство;
- роль современных технологий в организации воспитательно-образовательного процесса в ДОУ;
- анализ обобщенного в научной литературе и периодике опыта по обозначенной проблеме;
- возможности использования данных технологий в ДОУ.

Задания по изучению единой методической темы:

- изучение истории вопроса;
- составление списка научной литературы по использованию современных здоровьесберегающих технологий в ДОУ;
- изучение литературы по использованию современных здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Формы и содержание представления результатов:

Мини-сообщение: «Современное дошкольное образовательное учреждение как пространство заботы о здоровье детей и педагогов».

Вопросы круглого стола: Организация воспитательно-образовательного процесса в образовательном учреждении на основе здоровьесберегающих технологий. Методический инструментарий здоровьесберегающих образовательных технологий. Педагогический инструментарий здоровьесберегающих образовательных технологий.

Методическое сопровождение деятельности педагога по формированию ЗОЖ у детей. Модель приобщения дошкольников к ЗОЖ. Работа с семьей по приобщению дошкольников к ЗОЖ.

Вопросы для обсуждения в микрогруппах: Здоровье педагога, возможности самосовершенствования, психологические аспекты здоровья.

Оценка образовательных технологий с позиций здоровьесберегающей педагогики.

Алгоритм анализа здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания.

Схема анализа личностно-ориентированной здоровьесберегающей непосредственно-организованной деятельности.

Третий содержательный блок Программы – организация взаимодействия с родителями по вопросам укрепления и сохранения здоровья детей, формирования у них здорового образа жизни и коррекции отклонений в разви-

тии у детей, повышение их педагогической культуры.

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка в семье, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация и формируемые здоровьесберегающие навыки не будут закрепляться.

Информационно-просветительскую деятельность с родителями направлять:

на формирование у родителей ценностного отношения к здоровому образу жизни своей семьи;

на знакомство родителей с различными формами работы по воспитанию у детей основ ЗОЖ в дошкольном учреждении,

на информирование их о состоянии здоровья и физическом развитии их детей, об уровне двигательной подготовленности их ребёнка;

на привлечение родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.

В целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей разработать систему мероприятий информационно-просветительской деятельности, включающей:

- ✓ родительские собрания, консультации, конференции папки-передвижки, беседы, практические показы (практикумы);
- ✓ конкурсы, спортивные праздники, праздники здоровья;
- ✓ работу семейного клуба; другие новые нетрадиционные формы работы с родителями.

Четвертым, основным содержательным блоком Программы является формирование у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни, а именно:

1) формирование у детей первоначального опыта здоровьесбережения, который складывается из умений и навыков, переходящих в привычки ЗОЖ;

2) формирование у воспитанников начальных представлений о ценности здоровья, о необходимости здорового и безопасного образа жизни, о способах сохранения, укрепления здоровья и физического совершенствования; формирование ответственного отношения к своему здоровью.

Первый раздел данного блока (формирование опыта здоровьесбережения) наиболее важен в дошкольном возрасте. Элементарные умения и навыки здоровьесбережения формируются у детей в процессе их **приучения** к основным факторам здорового образа жизни.

Необходимо систематически и планомерно приучать детей:

1. К соблюдению режима дня, вырабатывая у них привычку в одно и то же время просыпаться, есть, заниматься и играть, гулять и спать.

2. К правильному, полезному питанию.

3. К занятиям физическими упражнениями, к активным формам до-

суга и отдыха (воспитание у них потребности в двигательной активности). Для этого использовать всевозможные *формы организации двигательной активности детей в ДОУ в течение дня:*

- физкультурные занятия всех видов,
- занятия по обучению плаванию,
- занятия ритмикой и хореографией,
- утренняя гимнастика,
- гимнастика по методу Стрельниковой,
- бодрящая (или корригирующая) гимнастика после дневного сна,
- подвижные игры,
- оздоровительный бег,
- элементы спортивных игр, спортивные развлечения (санки, велосипед, самокат),
- физкультминутки и физкультурные паузы между занятиями,
- прогулки,
- индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.

Для развития у детей положительного отношения к движению периодически проводить:

- физкультурно-спортивные праздники и развлечения (2-3 раза в год по 45-60 минут в группах для детей 4-5 лет; в группах для детей 5-7 лет по 45-60 минут);
- дни здоровья (1 раз в квартал)
- физкультурный досуг (1 раза в месяц по 20-30 для детей младшего и среднего дошкольного возраста по 30-40 минут для детей старшего дошкольного возраста)

4. Приобщение детей к закаливающим процедурам, к их систематичности. Осуществлять закаливание в разнообразных формах: проведение утренней гимнастики в летнее время на улице; облегчённая одежда ребёнка в помещении, организация двигательной активности на улице, прогулка в первой и во второй половине дня, полоскание горла солевым раствором или травяным настоем, дневной сон при открытых форточках, водное закаливание после дневного сна, плавание в бассейне и сауна в сочетании с бассейном.

5. К основам гигиенической культуры, состоящей из совокупности культурно-гигиеническим навыкам навыков приема пищи, соблюдения чистоты и опрятности тела; чистоты и порядка в помещении; культурного общения и поведения с окружающими.

Содержание воспитания у детей основ гигиенической культуры (культурно-гигиенических навыков)

В группах 3-4 лет	В группах 4-5 лет	В группах 5-6 лет	В группах 6-7 лет
Учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем	Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время умывания. Продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место	Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.	самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей
Формировать умение с помощью взрослого приводить себя в порядок.	Приучать детей следить за своим внешним видом.	Продолжать воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом.	Формировать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски
Во время еды учить детей правильно держать ложку.	Совершенствовать КГН, формировать простейшие навыки поведения во время еды, Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом	Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.	Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; Обращаться с просьбой, благодарить

<p>Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, расческой).</p>	<p>Пользоваться расческой и носовым платком.</p>	<p>Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком. Приучать при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.</p>	<p>При кашле и чихании закрывать рот и нос платком.</p>
<p>Учить порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (растегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь</p>			<p>Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно заправлять постель.</p>

Систематически и планомерно приучать детей:

5. К доброжелательным отношениям с детьми и взрослыми, поддержанию хорошего настроения, положительных эмоций.

6. К культурным формам досуга, вызывающим положительные эмоции: играм, рассматриванию произведений искусства или их репродукций, слушанию приятной музыки, пению, участию в театрализациях и т.д.

7. К соблюдению элементарных правил безопасности. Детей приучают выполнению таких элементарных правил безопасности как:

- играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль;
- не кидаться песком, твердыми предметами;
- правильно открывать и закрывать дверь, держась за ручку (с младшей группы), соблюдать осторожность, проходя (пробегая) около дверей;
- правильно спускаться и подниматься по лестнице, держась за перила;
- отпрашиваться у воспитателя перед уходом домой;
- аккуратно и осторожно пользоваться ножницами;
- не размахивать рукой с кисточкой или карандашом и т.д.

Детей необходимо обучать и систематически приучать:

- к способам профилактики и коррекции нарушений осанки, плоскостопия, к самоконтролю осанки;
- к способам профилактики переутомления (к чередованию видов деятельности, динамическим паузам, к релаксации после активных видов деятельности).

Второй раздел данного блока содержания – **формирование у воспитанников начальных представлений о ценности здоровья, о необходимости здорового и безопасного образа жизни, о способах его сохранения, укрепления и физического совершенствования** предполагает:

1. Формирование у детей начальных представлений:

- о ценности здоровья и здорового образа жизни, о том, что человек может быть создателем своего здоровья;
- о способах сохранения, укрепления здоровья и физического совершенствования;
- об опасных для здоровья и жизни человека ситуациях и способах поведения в них;

2. Развитие мотивации к здоровому и безопасному образу жизни.

3. Формирование у детей положительной Я-концепции о своем физическом состоянии, физических качествах и здоровье.

4. Воспитание ответственного и осознанного отношения к своему здоровью и безопасности собственной жизнедеятельности, а также осторожно-го и осмотрительного отношения к здоровью и безопасности других людей.

Данные задачи конкретизированы в содержании формирования у дошкольников первоначальных представлений о здоровом и безопасном образе жизни, структурированное по разделам и адаптированное к их возрастным возможностям

**Разделы содержания представлений детей о ЗОЖ
в разных возрастных группах**

Разделы (темы)	Для какого возраста предназначены темы			
	3-4 года	4-5	5-6	6-7
1. Я и мое тело				
2. Чистота – залог здоровья				
3. Полезная и вредная пища				
4. Движение – это жизнь				
5. Закаляйся!				
6. Быть здоровым – здорово!				
7. Советы Пилюлькина				
8. Сила режима дня				
9. Безопасное поведение в играх				
10. Раз ступенька ...				
11. Настроение и здоровье				
12. Свой, знакомый, чужой				
13. В мире опасных предметов				
14. Безопасность в природе				

Содержание представлений о ЗОЖ и ОБЖ у детей 3-4 лет

Раздел	Содержание
Я и мое тело	Формировать представления о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека: глазки – смотреть, ушки – слышать, носик – нюхать, язычок – пробовать (определять) на вкус, ручки – хватать, держать, трогать; ножки – стоять, прыгать, бегать, ходить; голова – думать, запоминать; туловище – наклоняться и поворачиваться в разные стороны
Безопасное поведение в играх	Играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.
Раз ступенька, два ступенька ...	Правила безопасного передвижения по лестнице
Свой, знакомый, чужой	Уходить из детского сада только с родителями, сообщать об уходе воспитателю. Избегать общения с незнакомыми людьми и отказываться от их угощения и предлагаемых ими различных предметов. Сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомо человека и т. д.
В мире опасных предметов	Нельзя брать в рот различные предметы, засовывать их в уши и нос.
Я и природа	Опасно без разрешения взрослых рвать растения и есть их – они могут оказаться ядовитыми. Представление о том, что следует одеваться по погоде (в солнечную погоду носить панаму, в дождь надевать резиновые сапоги и т.д.).

Содержание представлений о ЗОЖ и ОБЖ у детей 4-5 лет

Раздел	Содержание
Я и мое тело	Различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), иметь представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Хорошая осанка – не только для красоты, но и для здоровья.
Чистота – залог здоровья!	Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни

Полезная и вредная пища	Представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека
Движение – это жизнь	Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем.
Безопасное поведение в играх	Знакомить с правилами игр с песком: не ломать постройки, сделанные другими детьми; не кидаться песком, твердыми материалами и предметами.
Раз ступенька, два ступенька...	Правила безопасной ходьбы по лестнице и пользования дверью (открывать и закрывать дверь, держась за дверную ручку).
Закаляйся!	Дать представление о необходимости закаливания. Представление о том, что следует одеваться по погоде (в солнечную погоду носить панаму, в дождь надевать резиновые сапоги и т.д.).
Быть здоровым – здорово!	Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.
Советы Пилюлькина	Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.
Свой, знакомый, чужой	Уходить из детского сада только с родителями, сообщать об уходе воспитателю. Избегать общения с незнакомыми людьми и отказываться от их угощения и предлагаемых ими различных предметов, Сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека.
В мире опасных предметов	Учить правильно пользоваться ножницами (в присутствии взрослых).
Я и природа	Опасно без разрешения взрослых рвать растения и есть их – они могут оказаться ядовитыми. Кормить животных только с разрешения взрослых или вместе с ними. Опасно гладить чужих животных, брать их на руки, приносить животных домой без разрешения взрослых.

Содержание представлений о ЗОЖ и ОБЖ у детей 5-6 лет

Раздел	Содержание
Я и мое тело	Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать обобщенные представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).
Чистота – залог здоровья!	Расширять представления о важности гигиенических процедур
Полезная и вредная пища	Воспитывать потребность в употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах

Движение – это жизнь	Расширять представления о важности движений. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. Формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем.
Безопасное поведение в играх	Знакомить с правилами игр с песком: не ломать постройки, сделанные другими детьми; не кидаться песком, твердыми материалами и предметами
Раз ступенька, два ступенька...	Правила безопасного передвижения по лестнице и в дверях (открывать и закрывать дверь, держась за дверную ручку).
Закаляйся!	Расширять представления о важности закаливания. Представление о том, что от переохлаждения и перегрева человек может заболеть, поэтому следует одеваться по погоде и уметь одеваться по погоде.
Быть здоровым – здорово!	Познакомить со смыслом слов «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием «Я чищу зубы – значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Развивать умение заботиться о своем здоровье. Воспитывать потребность быть здоровым. Дать представление о составляющих здорового образа жизни
Советы Пилюлькина	Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Объяснить детям, что в случае необходимости взрослые звонят по телефону «03» («Скорая помощь»).
Сила режима дня	Расширять представления о важности для здоровья сна. Воспитывать потребность в соблюдении режима питания.
Настроение и здоровье	Познакомить детей с понятиями «конфликт», «ссора», с причинами их возникновения и негативными последствиями для человека. Учить детей способам выхода из конфликтной ситуации, не доводить дело до ссор и драк. Учить избегать ссор, находить примирение и согласие, различать добро и зло. Побуждать их совершать добрые поступки, влияющие положительно на окружающих. Вежливость и доброжелательность по отношению к людям – основа для эмоционального комфорта детей и взрослых
Свой, знакомый, чужой	Уходить из детского сада только с родителями, сообщать об уходе воспитателю. Избегать общения с незнакомыми людьми и отказываться от их угощения и предлагаемых ими различных предметов. Сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомца и т. д. Если «чужой» приходит в дом звонить по телефону «02» (вызов полиции), «03» («Скорая помощь»). Закреплять умение называть свою фамилию и имя; фамилию, имя и отчество родителей, домашний адрес и телефон.
В мире опасных предметов	Закреплять представления о разнообразных опасных предметах и способах безопасного обращения с ними.
Я и природа	Опасно без разрешения взрослых рвать растения и есть их – они могут оказаться ядовитыми. Представления о съедобных ягодах и растениях. Кормить животных только с разрешения взрослых или вместе с ними. Опасно гладить чужих животных, брать их на руки, приносить животных домой без разрешения взрослых

Содержание представлений о ЗОЖ и ОБЖ у детей 6-7 лет

Раздел	Содержание
Я и мое тело	Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины – у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
Чистота – залог здоровья!	Расширять представления о роли гигиены для здоровья человека
Полезная и вредная пища	Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания. Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
Движение – это жизнь	Расширять представление о движении как важном компоненте здорового образа жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься. Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
Безопасное поведение в играх	Формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем.
Раз ступенька, два ступенька...	Правила безопасного передвижения по лестнице и в дверях (открывать и закрывать дверь, держа за дверную ручку).
Закаляйся!	Расширять представление о закаливании: сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Представление о том, что от переохлаждения и перегрева человек может заболеть, поэтому следует одеваться по погоде и уметь одеваться по погоде.
Быть здоровым – здорово!	Раскрыть возможности здорового человека. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Расширять представления о важных компонентах здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
Советы Пилюлькина	Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Учить характеризовать свое самочувствие. Скорая помощь. Когда и как вызвать скорую помощь.
Сила режима дня	Расширять представления о роли режима дня для здоровья человека
Настроение и здоровье	Формировать представления о зависимости здоровья от настроения человека, с причинами плохого настроения и их устранением. Учить детей осознанному восприятию своих чувств, желаний, умению выражать их соответствующим образом, а так же спокойно, с пониманием относиться к желаниям и суждениям других детей.
Свой, знакомый, чужой	Закреплять правила поведения при контактах с незнакомыми людьми. Сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека и т. д. Объяснить детям, что в случае необходимости нужно звонить по телефону «02» (вызов полиции). Закреплять умение называть свою фамилию и имя; фамилию, имя и отчество родителей, домашний адрес и телефон.
В мире опасных предметов	Закреплять правила обращения с опасными предметами
Я и природа	Опасно без разрешения взрослых рвать растения и есть их – они могут оказаться ядовитыми. Представления о съедобных ягодах и растениях. Кормить животных и приносить их домой только с разрешения взрослых или вместе с ними. Опасно гладить чужих животных, брать их на руки.

4. КОМПЛЕКСНАЯ СТРАТЕГИЯ ПРОГРАММЫ

4.1. Структурно-содержательные модули программы

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
1. ДИАГНОСТИКО-КОРРЕКЦИОННЫЙ МОДУЛЬ			
1. Психолого-медико-педагогическая диагностика 1.1. Определение уровня и особенностей развития, эмоционально-волевой сферы детей. 1.2. Проведение углубленных профилактических осмотров	Психологическое обследование	2 раза в год	Педагог-психолог, педагоги
	Клиническое обследование	1 раз в год	Старшая медсестра, врач-педиатр
2. Психолого-педагогическая коррекция 2.1. Сопровождение и поддержка общего психологического развития детей, их социальной адаптации, личностного роста и индивидуального становления. 2.2. Оказание своевременной педагогической, медицинской, психологической помощи воспитанникам, обучающимся, их родителям, педагогам. 2.3. Формирование правильного звукопроизношения, развитие фонематического слуха, навыков звукового анализа.	Психологическое сопровождение программы	В течение года	Педагог-психолог
	Организация деятельности ПМПк	В течение года	Председатель ПМПк
	Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. Речевые игры.	В течение года	Педагоги, учитель-логопед
3. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата 3.1. Формирование рефлекса правильной осанки. 3.2. Развитие статической выносливости мышц шеи, спины, живота. 3.3. Раннее распознавание и своевременная коррекция плоскостопия.	Корректирующая гимнастика	В течение года	Старшая медсестра, врач-педиатр, воспитатели, инструктор по физкультуре
4. Адаптация ребёнка к условиям учреждения: 4.1. Создание благоприятного эмоционального фона в процессе ознакомления ребёнка с учреждением. Проведение мероприятий, смягчающих течение адаптации. 4.2. Проведение коррекционных мероприятий при тяжёлой степени адаптации. 4.3. Организация работы с семьями дезадаптивных детей.	Реализация комплексного плана мероприятий в адаптационный период	Сентябрь – октябрь	Педагоги, специалисты, медработники
		В течение года	Педагог-психолог, воспитатели
2. ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
Лечебно-профилактическая работа			

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
<p>1.Профилактика болезней органов дыхания 1.1.Повышение устойчивости организма к воздействию факторов окружающей природной и бытовой среды, способных вызвать патологические реакции. 1.2.Проведение мероприятий по снижению уровня заболеваемости. 1.3.Повышение физиологических резервов организма</p>	Витаминотерапия	1 раз в квартал	Старшая медсестра, врач-педиатр
	Лекарственная терапия для детей часто болеющих	В течение года	Старшая медсестра, врач-педиатр
	Общеультрафиолетовое облучение	В течение года	Медсестра по физиотерапии
	Применение природных фитонцидов	В течение года	Старшая медсестра, врач-педиатр
	Применение закаливающих процедур	Ежедневно	Воспитатели
	Точечный массаж	Ежедневно	Воспитатели
<p>2.Профилактика нарушений остроты зрения Организация светового и зрительного режима в учреждении.</p>	Гимнастика для глаз	Ежедневно	Воспитатели
	Упражнение для активизации мышц глаза	Ежедневно	Воспитатели
<p>3.Профилактика кариеса</p>	Полоскание рта после каждого приёма пищи	Ежедневно	Воспитатели
	Приобщение детей к чистке зубов	Утро, вечер	Родители
	Своевременное осуществление санации полости рта	В течение года	Родители, старшая медсестра
<p>4.Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата 4.1.Развитие статической выносливости мышц шеи и спины. 4.2.Укрепление навыка правильного держания головы. 4.3.Формирование навыка правильной осанки.</p>	Выполнение корректирующих упражнений	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
	Занятия на тренажёрах	В течение года	
	Занятия на тренажёре «Дорожка здоровья» (босиком, после дневного сна)	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
<p>5. Мероприятия по предупреждению травматизма 5.1.Соблюдение мер предосторожности для исключения несчастных случаев. 5.2.Страховка и самостраховка во время</p>	Реализация плана мероприятий по профилактике детского травматизма	В течение года	

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
прогулки и занятий на снарядах, тренажёрах.	Демонстрация и обсуждение травмы опасных ситуаций	В течение года	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Санитарно-гигиеническая работа			
1. Организация работы по гигиеническому воспитанию детей 1.1. Привитие культурно-гигиенических навыков. 1.2. Формирование навыков здорового образа жизни	Обучение детей мытью рук и личной гигиене, воспитание опрятности, привычки следить за своим внешним видом, формирование культурных навыков приёма пищи, обучение уходу за полостью рта	Ежедневно	Воспитатели
2. Выполнение санэпидрежимов 2.1. Организация контроля выполнения санэпидрежимов. 2.2. Медико-педагогические наблюдения за проведением закаливающих процедур. 2.3. Участие медицинских работников в составлении режима дня и сетки занятий	Соблюдение светового, зрительного, воздушного, температурного режимов, проведение закаливающих процедур	В течение года	Заведующий, старшая медсестра, врач-педиатр
3. Организация физического воспитания в учреждении Осуществление медико-педагогического контроля	Расчёт моторной плотности занятия	1 раз в квартал	Старшая медсестра, заместитель заведующего по воспитательно-методической работе
4. Организация питания в учреждении Осуществление контроля состояния фактического питания, выполнения натуральных норм.	Контроль санитарно-гигиенического состояния пищеблока	Ежедневно	Старшая медсестра
	Контроль качества питания	Тоже	Заведующий, технолог по питанию
Физкультурно-оздоровительная работа с детьми			
1. Организационные формы физкультурно-оздоровительной работы 1.1. Формирование физической культуры	Проведение физкультурных занятий	3 раза в неделю	Инструктор по физкультуре

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
человека как элемента здорового образа жизни. 1.2. Развитие интереса, стремления к активным занятиям физической культурой.	Проведение физминуток в течение дня	Ежедневно	Воспитатели
	Проведение двигательной разминки в течение дня	Ежедневно	Воспитатели
	Выполнение утренней гимнастики с обязательным включением дыхательных упражнений и элементов психогимнастики	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, воспитатели
	Организация подвижных игр		Инструктор по физкультуре, воспитатели
	Проведение дыхательной гимнастики	Ежедневно	Воспитатели
	Проведение гимнастики после сна	Ежедневно	Воспитатели
2. Нетрадиционные формы физкультурно-оздоровительной работы	Организация занятий психогимнастикой	3 раза в неделю	Воспитатели
	Проведение точечного массажа, пальчиковых упражнений, звукоречевой гимнастики	Ежедневно	Воспитатели
3. Общее психофизиологическое развитие ослабленных детей	Занятия игровой физкультурой для часто болеющих детей	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
4. Развитие координации движений	Организация физкультурных досугов и развлечений	1 раз в квартал	Инструктор по физкультуре
	Организация физкультурных праздников	2 раза в год	Инструктор по физкультуре
	Организация Недели здоровья	1 раз в год	Инструктор по физкультуре

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ МОДУЛЬ			
Образовательная работа с детьми			
1. Приобщение детей к здоровому образу жизни: 1.1. Воспитание у детей положительного отношения к закаливающим процедурам	Организация закаливания в ДОУ и семье	ежедневно	Ст. медсестра, воспитатели, родители
1.2. Приучение детей к двигательной активности	Двигательный режим	Ежедневно	Родители воспитатели инструктор по физкультуре
1.3. Воспитание культурно-гигиенических навыков	Организация приобщения детей к основам гигиенической культуры, закрепления усвоенных навыков	ежедневно	Родители, воспитатели
1.4. Формирование привычки к здоровой пище	Организация здорового питания в ДОУ и семье	ежедневно	Диет. медсестра, воспитатели, родители
2. Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих (представлений о здоровье и здоровом образе жизни, о роли здоровья в жизни человека, мотивации на здоровье)	Организация различных видов деятельности по формированию представлений о ЗОЖ, в т.ч. НОД	В соответствии с рабочими программами	Воспитатели специалисты и родители.
Организационно-просветительская работа с родителями			
1. Информационная, санитарно-просветительская работа 1.1. Привлечение родителей к совместной работе по оздоровлению детей. 1.2. Обеспечение приёмам нетрадиционных форм оздоровления (точечный массаж, дыхательная гимнастика, самомассаж, лечебная физкультура и т.д.)	Профилактика нарушений зрения, болезней органов дыхания, кариеса, нарушения опорно-двигательного аппарата	В течение года	Инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр
2. Педагогическая пропаганда идей, средств и методов здорового образа жизни 2.1. Проведение целенаправленной работы, пропагандирующей общегигиенические требования: необходимость рационального режима, полноценного питания, закаливания, двигательного режима и предупреждение вредных привычек. 2.2. Осуществление индивидуального подхода к физическому развитию ребёнка путём взаимодействия с родителями.		В течение года	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр, педагоги

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
Научно-методическая работа с персоналом			
<p>1.Методическая работа с педагогами 1.1.Повышение квалификации по формированию знаний, ориентированных на сохранение и укрепление здоровья. 1.2.Мотивация работников учреждения к повышению эффективности оздоровительной деятельности.</p>	<p>Проведение деловых игр, консультаций, семинаров-практикумов и педагогических советов</p>	<p>В течение года, по плану работы учреждения</p>	<p>Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, Старшая медсестра, врач-педиатр</p>
<p>2.Работа с сотрудниками 2.1. Формирование жизненного приоритета здоровья. 2.2.Развитие интереса к здоровому образу жизни. 2.3.Обучение методам, средствам и способам сохранения и укрепления здоровья.</p>	<p>Организация работы « Школы здоровья для сотрудников»</p>	<p>В течение года, по плану «Школы здоровья для сотрудников»</p>	<p>Инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр</p>

4.2. Модель оптимального двигательного режима

Виды деятельности	Особенности организации	Время и сроки проведения	Дозировка, мин
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия			
Утренняя гимнастика	На открытом воздухе, в групповой комнате, физкультурном зале	Ежедневно	Для детей 3-5 лет: 5-8; 5-6 лет: 8-10; 6-7 лет: 10-12
Двигательная разминка	Во время перерыва между занятиями, с преобладанием статистических поз	Ежедневно	7-10
Физкультминутка	В зависимости от вида и содержания занятия	Ежедневно	3-5
Подвижные и физические упражнения	Во время утренней прогулки под-группами, подобранными с учётом уровня двигательной активности детей	Ежедневно	10-30
Индивидуальная работа по развитию движений	Во время вечерней прогулки	Ежедневно	5-15
Прохождение полосы препятствий	Во время прогулки, по сезону, когда спортивные снаряды нехолодные	Ежедневно	5-7
Гимнастика пробуждения	После дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно	5-10
Логоритмическая гимнастика	Для детей с незначительными нарушениями речи	2 раза в неделю	12-15
2. Учебные занятия, самостоятельная деятельность			
Физическая культура	В первой половине дня	3 раза в неделю	10-30
Самостоятельная двигательная деятельность	Под руководством воспитателя в группе и на воздухе	Ежедневно	зависит от индивидуальных особенностей
3. Физкультурно-массовые формы деятельности			
Неделя здоровья	Во время зимних каникул	1 раз в год	30-40
Физкультурный досуг	На воздухе и в зале проведение занятий с детьми-сверстниками из нескольких групп	1-2 раза в месяц	50-60
Физкультурно-спортивные праздники	Внутри ДОУ или с соседними дошкольными учреждениями	2-3 раза в месяц	75-90
Игры-соревнования среди детей разных возрастных групп	На открытом воздухе или в зале	1-2 раза в год	Неболее 60

Городские спортивные праздники	В эстафетах участвуют дети с высоким уровнем физической подготовки, а в играх несоревновательного характера – со средним уровнем	1 раз в год	60-100
Кружок для часто болеющих детей «Игровая физкультура»	Наряду с оздоровительными задачами решается задача развития двигательной активности детей	2 раза в неделю	- В старшей группе: 20-25; - В младшей группе: 15-20
Кружок «Здоровячок»	Для детей с нарушениями осанки, свода стопы	Тоже	20-30
Физкультурные занятия детей совместно с их родителями в дошкольном учреждении	Для детей с разным уровнем физической подготовки	2 раза в год по плану работы дошкольного учреждения	_____
Физкультурно-оздоровительные, массовые мероприятия с участием родителей	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, Недели здоровья, туристических походов, посещение открытых занятий	По плану работы дошкольного учреждения	_____

3.3. Программные мероприятия

Мероприятия	Сроки проведения	Исполнители
1. Организационно-методические мероприятия		
Разработка критериев определения здоровьесберегающей среды учреждения	2014 2015 уч. г. сентябрь.	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр
Разработка Положения о конкурсе «Здоровьесберегающая среда в группе»	2014 2015уч. октябрь	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе
Заседания « Группы здоровья»	Не реже 1 раза в квартал	Заведующий, «Группа здоровья»
Разработка планов лечебно-профилактических, физкультурно-оздоровительных мероприятий	2014 2015уч. ноябрь	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр
Ознакомление педагогов с новой программой «Здоровье»	2014 декабрь	
Организация и внедрение программно-методического обеспечения мониторинга физического развития и физической подготовленности детей	2014 декабрь	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр
Разработка мониторинга реализации Программы	2015год январь	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, «Группа здоровья»

Анализ посещаемости, заболеваемости детей	Ежемесячно	Старшая медсестра
Составление индивидуальных маршрутов оздоровления детей	1 раз в квартал	Старшая медсестра
2.Формирование здоровьесберегающего мировоззрения педагогов, дошкольников и их родителей		
Организация работы «Школы здоровья для сотрудников» учреждения	2015год сентябрь	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр
Организация работы «Школы здоровья для родителей»	2015год октябрь	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр
Проведение лекториев для воспитанников «Неболейка»	1 раз в месяц	Заместитель заведующего по ВМР, инструктор по физкультуре, старшая медсестра, врач-педиатр, педагоги
Организация и проведение в учреждении спортивно-оздоровительных мероприятий для детей с родителями	1 раз в квартал	Инструктор по физкультуре, педагоги
Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс	В течение года	Инструктор по физкультуре, педагоги, специалисты
Работа кружков физкультурно-оздоровительного направления	В течение года	Инструктор по физкультуре, старшая медсестра
Проведение марафона «Мой выбор» (двухмесячник по пропаганде здорового образа жизни)	1 раз в год	Инструктор по физкультуре, педагоги, специалисты
Организация и проведение Недель и Дней здоровья	1 раз в квартал	Инструктор по физкультуре, педагоги, специалисты
Работа кабинета биологической обратной связи	В течение года	Учителя-логопеды, специалисты
3.Создание психологического комфорта, обеспечение личностно ориентированного развития и индивидуально-дифференцированного характера оздоровительной работы, направленной на развитие физических возможностей и самоактуализацию каждого ребёнка		
Анкетирование родителей (оценка и самооценка состояния здоровья детей)	Сентябрь	Старшая медсестра, педагоги
Анализ анкетных данных и формирование групп риска	Октябрь	Старшая медсестра, врач-педиатр, старший воспитатель
Составление индивидуальных планов оздоровления для детей группы риска	Октябрь	Старшая медсестра, врач-педиатр, старший воспитатель
Создание банка аналитических данных о состоянии здоровья и физического развития детей	Постоянно	Старшая медсестра, врач-педиатр, старший воспитатель
Организация работы сенсорной комнаты, комнаты психологической разгрузки	В течение года	Заведующий, педагог-психолог
Организация психолого-медико-педагогического сопровождения детей	В течение года	Председатель ПМПк

Обеспечение полноценного сбалансированного питания детей с учётом особенностей их здоровья	В течение года	Заведующий, старшая медсестра
4.Укрепление материально-технической базы учреждения		
Приобретение медицинского оборудования	По необходимости	Заведующий, заместитель заведующего по административно-хозяйственным вопросам
Дооснащение физкультурного зала, уголков физкультуры спортивным оборудованием, инвентарём, мягкими модулями, тренажёрами	Периодически	Заведующий, заместитель заведующего по административно-хозяйственным вопросам
Обновление игрового оборудования для обеспечения двигательной активности детей раннего возраста	По необходимости	Заведующий, заместитель заведующего по административно-хозяйственным вопросам
Оснащение игровых и спортивных площадок малыми архитектурными формами для развития движений	По необходимости	Заведующий, заместитель заведующего по административно-хозяйственным вопросам
Организация и оснащение в группах уголков гигиены полости рта	В течение года	Старшая медсестра, педагоги
5.Обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья детей		
Изучение нормативных документов по охране здоровья детей с сотрудниками и педагогами дошкольного учреждения	В течение года	Заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, старшая медсестра. Старший воспитатель
Контроль нагрузки при организации воспитательно-образовательного процесса, выполнения норм СанПиН, контроль качества питания, медико-психолого-педагогического сопровождения		
Проведение общих родительских собраний по вопросам воспитания здорового ребёнка	1 раз в год	Заведующий, заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, старшая медсестра, педагоги

5. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

5.1. Здоровьесберегающая образовательная среда

Среда является важным фактором воспитания и развития ребенка. Программа предусматривает выделение микро- и макросреды и их составляющих. Микросреда - это внутреннее оформление помещений. Макросреда – это ближайшее окружение детского сада (участок, соседствующие жилые дома и учреждения, ближний сквер, парк).

Оборудование помещений дошкольного учреждения должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Мебель должна соответствовать росту и возрасту детей, игрушки - обеспечивать

максимальный для данного возраста развивающий эффект.

Пространство группы следует организовывать в виде хорошо разграниченных зон («центры», «уголки»), оснащенных большим количеством развивающих материалов (книги, игрушки, материалы для творчества, развивающее оборудование и пр.). Все предметы должны быть доступны детям.

Подобная организация пространства позволяет дошкольникам выбирать интересные для себя занятия, чередовать их в течение дня, а педагогу дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей.

Оснащение уголков меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса.

В качестве таких центров развития могут быть:

- уголок для ролевых игр;
 - книжный уголок;
 - зона для настольно-печатных игр;
 - выставка (детского рисунка, детского творчества, изделий народных мастеров и т. д.);
 - уголок природы (наблюдений за природой);
 - спортивный уголок;
 - уголок для игр с песком;
 - игровой уголок (с игрушками, строительным материалом);
 - уголки для разнообразных видов самостоятельной деятельности детей
- конструктивной, изобразительной, музыкальной и др.;
- игровой центр с крупными мягкими конструкциями (блоки, домики, тоннели и пр.) для легкого изменения игрового пространства.

Аудиторный фонд детского сада

Для образовательной и коррекционной деятельности		Для оздоровительной деятельности
Лаборатория правильной речи	Сенсорная комната	Фитобар
Логопедический кабинет	Кабинет «БОС-здоровье»	Сауна
Игровой зал Зимний сад	Студия театрального искусства	Физиокабинет
Спортивный зал	Хореографическая студия	Массажный кабинет
Музыкальный зал	Лаборатория природы	Кабинет водолечения
Бассейн	Аквакомната	Кабинет изокеритопарафино лечения

Для проведения **здоровьесберегающей деятельности** в ДОУ в данных помещениях имеется необходимое оборудование, которое систематически пополняется:

Лаборатория правильной речи и логопедический кабинет—оснащены методическим, наглядно-дидактическим материалом, развивающими играми и посо-

биями, информационно-компьютерными программами для коррекции и развития всех компонентов речи, необходимый наглядный материал, зеркала, интерактивная доска и др.

В игровом зале помещены разнообразные игровые модули, прекрасно оборудованные игровые зоны, игрушки (служит прогулочной верандой для малышей в зимнее время).

Зимний сад с разнообразием целебных комнатных растений.

Музыкальный зал – набором музыкальных инструментов, в т.ч. детских, костюмерной, магнитофоном, мультимедиа проектором.

Спортивный зал с современным оборудованием и множеством тренажёров даёт возможность интенсивной двигательной нагрузки, развития физических качеств и индивидуальных способностей ребёнка в любом виде движений.

В бассейне есть необходимые атрибуты для плавания (доски для плавания, ласты, надувные игрушки, утяжеленные мячи, игрушки и др.).

В кабинете педагога-психолога – сенсорная комната (для снятия негативных эмоций и состояний у детей), компьютерные игры для развития познавательных психических процессов, пособия для песочной терапии и т.п.

В кабинете «БОС-здоровье» – компьютерные тренажеры для обучения правильному диафрагмальному дыханию;

Лаборатория природы – набором оборудования для ведения опытно-экспериментальной деятельности в живой и неживой природе.

Аквакомната – оборудование для обливания, коврики.

Физиокабинет оснащён приборами для солевых ингаляций, работают приборы УВЧ, «Ультратон», «СМТ-электрофорез», «Биоптрон», проводится магнито-терапия, кварцевание УФО.

Кабинет водолечения – лечебные ванны с морскими солями, эфирными маслами.

В групповых помещениях организованы и оформлены мини-среды физического, социального, эстетического, познавательного, сенсорного и речевого развития. В распоряжении детей мягкие средообразующие модули разных размеров, нестандартные ширмы, наборы пособий для развития кинестетических способностей, спортивный комплекс «Малютка», тренажеры, сухой бассейн.

В групповых комнатах создавать условия для самостоятельной двигательной активности детей: предусмотреть площадь, свободную от мебели и игрушек. Добиваться обеспечения игрушками, побуждающими к двигательной игровой деятельности (мячи, обручи, скакалки), менять игрушки, стимулирующие двигательную активность, несколько раз в день.

5.2. Кадровое обеспечение программы

Наличие высококвалифицированных кадров является важнейшим условием

эффективной реализации Программы, поэтому сохранение и увеличение количества высокопрофессиональных специалистов в МБДОУ относится к числу ключевых целевых приоритетов ДОУ.

Согласно штатному расписанию на 2011-2012 год ДОУ укомплектовано педагогами на 100 %.

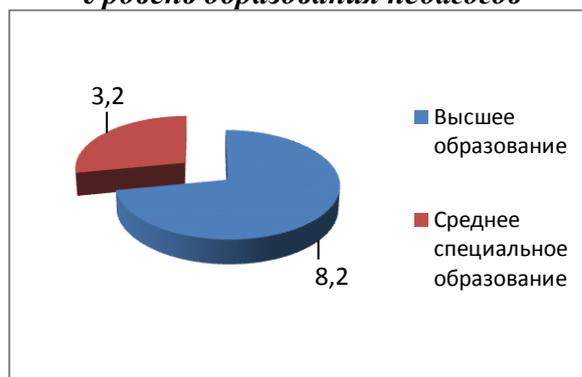
В ДОУ работает стабильный высокопрофессиональный творческий коллектив:

- ✓ 55% (22 чел.) педагогов имеют высшее образование.
- ✓ 45% (18 чел.) педагогов имеют среднее профессиональное образование;
- ✓ 85% (34 чел.) педагогов ДОУ имеют квалификационные категории.
- ✓ 82,5% (33 чел.) из них являются специалистами высшей и первой квалификационной категории.

Сведения о квалификации педагогов

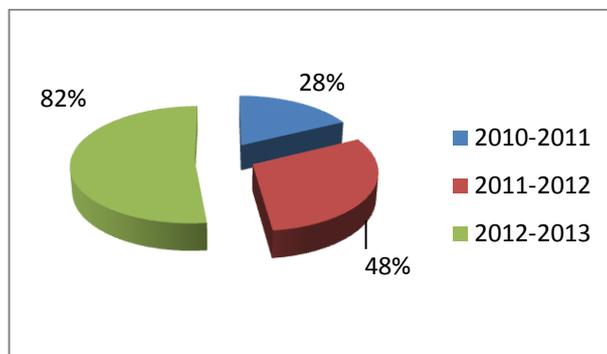


Уровень образования педагогов



Свой профессионализм воспитатели постоянно повышают, получая образование в ВУЗах и колледжах, на курсах повышения квалификации и через участие в ГМО, ГМЦ, ГИРЦ,

Сведения о повышении квалификации педагогов



5.3. Управление здоровьесберегающей деятельностью в ДОУ

Функциональный подход к управлению (В.С. Лазарев, М.М. Поташник) позволяет целостно представить свою деятельность в виде управленческого цикла, осознать сущность и технологию составляющих ее функций.

Информационно-аналитическая функция управления реализовывалась в процессе изучения фактического состояния дел и обоснованности применения различных способов, средств достижения целей здоровьесберегающей деятельности ДОУ, а также на объективную оценку результатов педагогического процесса и выработку регулирующих механизмов по переводу педагогической системы в новое качественное состояние.

Мотивационно-целевая деятельность была направлена на то, чтобы определить цель новой программы, т.е. *осознанный желаемый результат*, стремление к достижению будущего результата.

Новая цель была обусловлена потребностью в повышении результативности здоровьесберегающей деятельности. Мотивом к достижению нового результата стала необходимость обновления содержания здоровьесберегающей деятельности в соответствии с новыми нормативно-правовыми документами.

Планово-прогностическая функция, одна из важных функций управления. **Планирование**, как научный логически целенаправленный способ достижения качества образования, заключалось в определении механизма согласования действий субъектов управления здоровьесберегающей деятельностью, физкультурно-оздоровительным направлением развития дошкольников, содержания и сроков деятельности, обеспечивающих реализацию организационных задач.

Для успешного планирования соблюдались следующие условия:

- Планирование осуществлялось на основе проведенного анализа за предыдущий период, чтобы в дальнейшем можно было видеть динамику результатов, возникновения и решения проблемы.
- Были конкретизированы ожидаемые результаты деятельности по окончании реализации планов.
- Были выбраны оптимальные пути и средства, позволяющие достичь запланированных результатов.
- При составлении годового плана работы и образовательной программы ДОУ учитывалось общее состояние здоровья и качества физического развития дошкольников в ДОУ. При разработке рабочих программ и календарных планов в группах учитывались уровни здоровья и качества физического развития детей.

Организационно-исполнительский аспект управления, простой, гибкий и динамичный способ объединить специалистов, обладающих различными функциональными знаниями, опытом и квалификацией, в программно-целевые группы

(подразделения).

Эффективность реализации организационно-исполнительской функции зависит от реализации лично ориентированного подхода, научно и практически обоснованного распределения функциональных обязанностей между руководителями ДООУ и членами педагогического коллектива, рациональной организации труда.

В соответствии с составленными планами была создана организационная структура, отражающая рациональное распределение труда, определение организационных элементов (подразделений) и связей между ними.

Структура этих отношений такова:

Детский сад – внешняя среда, администрация – общественность, руководитель – подчиненный, педагог – педагог, педагог – родители, педагог – дети, ребенок – ребенок.

Основой для структуризации управленческой деятельности ДООУ явилось разделение труда, а именно закрепление конкретной работы за специалистами, т.е. теми, кто способен выполнить ее лучше всех с точки зрения организации как единого целого.

Основные функции высшего уровня управления (*заведующего ДООУ*) здоровьесберегающей деятельности – общее руководство данным направлением работы ДООУ; определение области управления линейных руководителей (зам. заведующего по ВМР, зам. заведующего по АХР).

Ответственность руководителя ДООУ состоит:

- в организации, поддержании и развитии спортивно-оздоровительной базы ДООУ;
- в обеспечении кадровой политики, направленной на привлечение и удержание профессиональных педагогов – специалистов в области физического воспитания;
- в создании условий для широкого удовлетворения потребностей детей в разнообразных формах и видах физической активности, расширении сети секций и кружков;
- в повышении авторитета факторов ЗОЖ в глазах педагогов, родителей и детей;
- в обеспечении медико-психологического контроля над процессом физического воспитания детей во всех его формах;
- в активизации усилий родительской общественности, направленных на создание в ДООУ условий для оздоровления детей на основе системной, многоплановой работы;
- в использовании передовых методов и технологий здоровьесберегающей деятельности в ДООУ.

Второй уровень управления (*педагогический и попечительский советы*) выполнял функции объединения усилий педагогического коллектива ДООУ и родителей на повышение качества здоровьесберегающей деятельности.

Руководители третьего уровня – заместитель заведующего по ВМР, заместитель заведующего по АХР, рабочая группа из числа творчески работающих

педагогов.

Обязанности заместителя заведующего по АХР – отвечать за совершенствование безопасности материальной базы ДООУ наглядными пособиями и ТСО.

Заместителя заведующего по ВМР:

- координировать взаимодействие между представителями педагогической науки и педагогами ДООУ,
- осуществлять руководство и планирование работы по повышению квалификации педагогов по вопросам здоровьесберегающей деятельности,
- оказывать помощь педагогическим работникам в освоении инновационных технологий здоровьесбережения и др.

Старший воспитатель должен заботиться:

- о составлении расписания таким образом, чтобы занятия физической культурой не проводились перед занятиями по математике или развитию речи;
- о составлении циклограмм закаливающих процедур и двигательной деятельности, а также за их соблюдением;
- чтобы физкультминутки в рамках занятия не нарушали его логику;
- дни здоровья и другие мероприятия проводились в условиях хорошей погоды по разработанному заранее сценарию;
- спортивные успехи ребёнка были известны всему ДООУ и служили примером для всех;
- педагогический коллектив ДООУ с уважением относился к занятиям физической культурой и педагогам этого профиля.

Методист отвечает:

- за своевременность обновления программного обеспечения;
- за проведение методической работы по повышению профессиональной квалификации сотрудников;
- за анализ реализации Программы.

Рабочая группа ДООУ:

Принять участие в разработке индивидуальных программ оздоровительной работы с дошкольниками и программно-методического обеспечения к ней, осуществление мониторинга качества предметно-развивающей среды в группах.

Четкое вертикальное и горизонтальное распределение труда специалистов (музыкальные руководители, учителя-логопеды, дефектолог, учителя-психологи, инструкторы по физической культуре и плаванию) воспитателей, их помощников отразить в должностных инструкциях конкретных работников.

Воспитатели должны контролировать:

- Причины отсутствия ребёнка в ДООУ;
- Степень взаимодействия детей с инструктором по физическому воспитанию и уровень их мотивации к занятиям;
- Активность участия детей в спортивно-оздоровительных мероприятиях;
- Наличие позитивного контакта инструктора по физическому воспитанию с

- родителями детей, имеющих проблемы в физическом и моторном развитии;
- Состояние психологического климата в группе для детей с ослабленным здоровьем, недостатками физического и функционального развития.

Инструктор по физической культуре должен учитывать:

- Уровень физического развития на основании данных о длине и массе тела, окружности грудной клетки, жизненной ёмкости лёгких. Детям с низким уровнем физического развития и дисгармоничным развитием необходим щадящий режим физической нагрузки;
- Двигательной подготовленности на основании стандартного набора тестов, характеризующих выносливость, силу, быстроту, ловкость, гибкость;
- Технической подготовленности ребёнка на основании педагогических наблюдений и контрольных испытаний;
- Знаний ребёнка в области физической культуры и здорового образа жизни на основании бесед с детьми, проведения диагностики и других средств оперативного или этапного контроля знаний;
- Мотивации детей к занятиям физической культурой;
- Состояние здоровья и адаптационные возможности ребёнка на основании данных медицинских карт, наблюдения на занятиях, измерения физиологических показателей (частоты пульса) при выполнении стандартных нагрузок;
- Степень утомления в процессе выполнения физических нагрузок на основании внешних признаков и данных объективного контроля;
- Адекватность нагрузки возрастным, половым и индивидуальным особенностям детей с учётом типа телосложения и уровня биологической зрелости;
- Качество самоподготовки детей к занятию.

Медицинская сестра должна обратить внимание:

- На анамнез и индивидуальные особенности ребёнка, влияющие на его физические и психические возможности;
- Характер, частоту, длительность и тяжесть обострений хронических заболеваний; наличие средств купирования приступов;
- Наличие признаков переутомления у детей в процессе занятий;
- Наличие отклонений в физическом и функциональном развитии ребёнка
- Динамику острых и респираторных заболеваний и обострений хронических заболеваний в течение месяца, квартала, года;
- Уровень и характер травматизма.

Структура управления была бы не полной, если не включить в нее *родителей*, т.к. они являются первыми педагогами *детей*.

Определение четкой структуры позволяет широко использовать делегирование. С помощью делегирования руководителям всех уровней надлежит распределять среди сотрудников в пределах своей компетентности многочисленные задачи для достижения поставленной цели – оздоровления детей в условиях совместной работы ДООУ и семьи.

Успешное решение проблем делегирования полномочий позволит сосредоточиться на анализе, прогнозировании, планировании и реализации перспективных стратегических целей и задач.

При осуществлении делегирования полномочий в качестве руководства служат следующие правила:

- учитывать профессиональную подготовленность сотрудников, их организаторские способности и культуру;
- стремиться к тому, чтобы задания были ясными, четкими, понятными и сильными для них, что обеспечивается совместным с ними обсуждением, уточнением и формулированием его целей и задач, согласованием средств и сроков выполнения;
- демонстрировать свое доверие подчиненному, уверенность в его способности успешно выполнить данное ему задание, что избавит его от неуверенности, сомнений и боязни критики;
- наряду с делегированием полномочий, сотрудникам предоставлять необходимую для их успешного выполнения информацию и ресурсы;
- подчиненным предоставить свободу выбора методов и форм выполнения полученного задания;
- в случае возникновения затруднений, сотруднику оказывать помощь;
- за конечными результатами работы осуществлять контроль и оценку.

Главным в *руководстве* здоровьесберегающей деятельностью является обеспечение заинтересованности всех участников образовательного процесса. Важно, чтобы все члены педагогического коллектива четко выполняли работу в соответствии с делегированными полномочиями, а также соотносясь с потребностями в достижении собственных и коллективных целей. Важнейшая задача – обеспечение всех участников педагогического процесса способами и средствами удовлетворения этих потребностей.

Важным средством стимулирования сотрудников считать конкурсы, проводимые в ДООУ, по результатам которых определять победителей, поощрять их. Для стимулирования профессионального роста педагогов направлять воспитателей на различные проблемные конференции, привлекать к выступлениям на ГМО, к руководству семинарами, оказывать содействие в разработке собственных методических пособий. Наиболее квалифицированных педагогов привлекать в качестве членов комиссий по взаимопроверке.

Контрольно-диагностическую функцию управления качеством данной работы в ДООУ осуществлять через педагогический мониторинг.

Среди объектов мониторинга рассматривать, прежде всего, *результаты* здоровьесберегающего процесса, которые оценивать по изменениям в психическом и физическом здоровье детей и по установленным критериям, показателям и параметрам их измерения.

6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И МОНИТОРИНГ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

6.1. Ожидаемые результаты:

- повышение показателей здоровья и уровней физического развития у воспитанников;
- повышение показателей здоровья и уровня мотивации на здоровый образ жизни у сотрудников ДОУ
- повышение компетентности педагогов в реализации Программы;
- создание условий и развивающей среды для здоровьесберегающей деятельности ДОУ;
- повышение педагогической культуры родителей в вопросах здоровьесбережения детей.

Психолого-педагогический мониторинг состояния здоровья детей в дошкольном учреждении проводить в начале и в конце учебного года. В ходе обследования воспитатели, педагог-психолог, инструктор по физкультуре, старшая медицинская сестра, врач-педиатр наблюдают за физическим развитием ребёнка, его физическими возможностями, двигательной активностью, наличием культурно-гигиенических навыков в соответствии с уровнем психомоторного развития и здоровья, проводят диагностические срезы. Объективность анализа обеспечивается подбором современного аналитико-диагностического инструментария.

Поскольку для качества образовательного процесса важны компетентность воспитателей и совершенствование предметно-развивающей среды, качество данных компонентов процесса было также объектом мониторинга. Для их оценки использовать: карту оценки/самооценки компетентности педагогов в осуществлении данной работы и карта мониторинга качества здоровьесберегающей среды в группах. Самооценка сочетать с оценкой методистов и узких специалистов, что обеспечивает объективность картины качества той или иной характеристики

Отслеживание качества педагогического процесса проводить систематически. Изучение компетентности педагогов осуществлять в начале и конце учебного года, состояние здоровьесберегающей среды оценивать ежемесячно. Для оценки проявления каждого показателя компетентности воспитателей в области педагогики оздоровления и оценки предметно-развивающей среды использовали трехбалльную систему:

- 2 балла – полное проявление показателя;
- 1 балл – частичное проявление показателя;
- 0 баллов – отсутствие показателя.

Для оценки эффективности работы с родителями были определены следующие критерии:

1. Изменение характера вопросов к воспитателям, руководителям ДООУ как показатель роста их педагогических интересов, знаний по данному аспекту воспитания детей в семье.
2. Рост посещаемости родителями мероприятий по педагогическому просвещению и их активность.
3. Появление у родителей осознанного отношения к оздоровлению детей, стремление и умение понимать ребенка, анализировать свои достижения и ошибки. Спрос со стороны родителей на педагогическую литературу из библиотеки ДООУ.
4. Общественное мнение родителей (через анкетирование) об оздоровительной работе в детском саду (приложение 1б).
5. Увеличение числа родителей, принимающих активное участие в жизнедеятельности ДООУ.

При разработке мониторинга стремиться:

- к разработке целесообразного инструментария, исключающего значительные затраты времени педагогов и медицинских работников при осуществлении мониторинга;
- к сочетанию мониторинговых процедур с организацией педагогического процесса;

Это обеспечивало эффективность мониторинга.

В соответствии с ожидаемыми результатами были конкретизированы критерии для оценки результативности здоровьесберегающей деятельности в ДООУ:

- Физическое здоровье детей
- Физическое развитие детей
- Психическое здоровье детей
- Сформированность основ культуры ЗИБОЖ у детей
- Обеспечение оптимальных условий для оздоровительной работы и создание здоровьесберегающей и развивающей среды в ДООУ

А также показатели и параметры оценки данных критериев, определены методы диагностики и сроки ее проведения



6.2. Критерии, показатели, параметры измерения и методы мониторинга результативности Программы

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>	<i>Параметры измерения</i>	<i>Методы мониторинга</i>
Физическое здоровье детей	Индекс здоровья	Количество ни разу не болевших детей в году по отношению к списочному составу детей	Анализ табеля посещаемости и медицинских справок
	Общая заболеваемость	- количество пропущенных дней по болезни одним ребенком за год; - пропуски общей заболеваемости в случаях на 1000 человек	анализ медицинских справок; - информация школьно-дошкольного отдела поликлиники №5
	Респираторная заболеваемость	- количество пропущенных дней по респираторным заболеваниям одним ребенком за год; - пропуски по респираторным заболеваниям в случаях на 1000 человек.	
	Доля часто болеющих детей	Процентное соотношение количества часто болеющих детей к списочному составу детей	Анализ заключения КЭК
	Доля детей с хроническими заболеваниями	Процентное соотношение количества детей с хроническими заболеваниями к списочному составу детей	
	Общая характеристика здоровья детей	Распределение детей по группам здоровья	
Физическое развитие детей	Гармоничность физического развития и состояние опорно-двигательного аппарата	вес, рост; окружность головы, груди.	Антропометрия. Таблица центильных величин.
		Характер осанки, Характер стопы	Параметры и заключение по осанке и плантограмме
	Развитие физических качеств	быстрота, выносливость, скоростно-силовые качества	Методика Г.Лесковой, Н.Ноткиной.
	двигательных умений и навыков	бег, прыжки, метание, лазание плавательные навыки	
Психическое здоровье детей	Интеллектуально-познавательное развитие детей	Доля детей с возрастной нормой	Диагностика познавательного развития по Стребелевой;

	Динамика в коррекции эмоционально-личностного развития	Доля тревожных детей на начало и конец года	- Тест тревожности
		Доля гиперактивных детей на начало и конец года	- Проективная методика «несуществующее животное», «кактус»;
		Доля детей с проявлениями агрессивного поведения на начало и конец года	- анкетирование
	Благополучие социально-психологического климата	- Отсутствие изолированных детей; - Коэффициент благоприятности	Социометрия; Наблюдения; Диагностика психического состояния (модифицированная методика Люшера «Паравозик»)
	Адаптация детей к ДОУ	эмоциональное состояние и настроение; социальные навыки; сон; аппетит; характер бодрствования; признаки утомления; поведение в НОД	- «Параметры оценки адаптации детей» НИИ материнства и детства - адаптационные листы
Сформированность основ культуры ЗИ-БОЖ у детей	Осознание детьми ценности ЗИ-БОЖ	Уровень сформированности представлений о ЗИ-БОЖ	Беседы с детьми, диагностические задания
		Уровень развития мотивации к ЗОЖ	
	Наличие опыта здоровьесбережения	Уровень сформированности навыков и умений здоровьесбережения	Наблюдения
Культурно-гигиенический опыт	Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков		
Обеспечение оптимальных условий для оздоровительной работы и создание здоровьесберегающей и развивающей среды в	Безопасность среды в ДОУ	Соответствие параметрам безопасности в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13	- Осмотры игрушек, оборудования, помещений и территории ДОУ; - Анализ актов обследования представителями организаций
		Случаи травматизма детей в ДОУ	Анализ учета случаев
	Соблюдение режима дня	Соответствие длительности НОД СанПиН 2.4.1.3049-13	Хронометраж времени НОД и прогулок, закаляющих

ДОУ		Соответствие режима прогулок СанПиН 2.4.1.3049-13	процедур
		Соблюдение режима закаливания	
	Компетентность педагогов в реализации Программы	Знание факторов здоровья детей, их возможностей в сохранении и укреплении здоровья детей	- Ведение карт оценки и самооценки компетентности; - Наблюдения деятельности педагогов;
		Умение использовать различные здоровьесберегающие технологии	
		Умение создать условия для здоровьесбережения детей	
	Качество развивающей среды в ДОУ	Наличие и содержательность уголков здоровья, уединения и др.	Ведение карт оценки качества развивающей среды
		Целесообразность размещения ее элементов	
		Зонирование среды	
	Участие родителей в совместной здоровьесберегающей деятельности в ДОУ и дома	Активность родителей в совместной деятельности ДОУ по проведению здоровьесберегающих мероприятий	Карты учета участия родителей в здоровьесберегающих мероприятиях ДОУ
		Приобщение детей к здоровому образу жизни в семье	Анкетирование

7. ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: Детство-Пресс, 2002. – 144 с.
2. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка [Текст] / В.Г. Алямовская – М., 1993. – 112 с.
3. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. – [Текст] / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2006. – 112 с.
4. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье [Текст] / И.И. Брехман. – М., 1990. – 206 с.
5. Вайнер, Э.Н. Общая валеология. [Текст] / Э.Н. Вайнер – Липецк, 1998. – 183 с.
6. Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья [Текст] / В.В. Ветрова. – М., 2001. – 192 с.
7. Гаврилова, Т. Если хочешь быть здоров [Текст] / Т. Гаврилова // Дошкольное воспитание. – 1993. – №2. – С. 90-92.
8. Гаврючина, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие [Текст] / Гаврючина Л.В. – М., 2008. – 160 с.
9. Гарнышева Т.П. ОБЖ для дошкольников: планирование работы, конспекты, игры. – СПб: Детство-Пресс, 2012. – 128 с.
10. Голубева, Д. Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей [Текст] / Д. Голубева, И. Прилепина // Дошкольное воспитание. – 2001. – №1. – С.44-47.
11. Голубева, Л.Г. Закаливание дошкольника [Текст] / Л.Г. Голубева, И.А. Прилепина. – М.: Просвещение, 2007. – 32 с.
12. Голубев, В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. [Текст] / В.В. Голубев – М.: « Академия», 2003. – 416 с.
13. Горбунова, Н. Если хочешь быть здоров! [Текст] / Н. Горбунова // Дошкольное воспитание. – 2005. – №6. – С.29-33.
14. Деркунская, В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников [Текст] / В.А. Деркунская. – М., 2006. – 96 с.
15. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ [Текст] / Под ред. З.И. Берсеновой. – М., 2005. – 32 с.
16. Кириллова, Ю.А. Навстречу олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Ю.А. Кириллова. – СПб.: Детство-Пресс, 2012. – 80 с.

8. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Индивидуальный маршрут оздоровления ребёнка

(Ф. И. ребенка, дата рождения)

Группа: старшая/подготовительная

Год обучения: первый/второй

№ п/п	Направления работы	Начало года	Середина года	Конец года
1	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим (адаптационный период); - организация микроклимата и стиля жизни ребенка в группе; - гибкий режим; - рациональное питание;			
2	Стимулирующая терапия и специализация - босоножье; - дыхательная гимнастика; - общий массаж; - точечный массаж; - самомассаж частей тела (ушей, носа, лица, головы); - лечебное смазывание носа оксолиновой мазью; - витаминизация; - арома- и фитотерапия; - свето-воздушные ванны;			
3	Водные процедуры - игры с водой; - закаливающий комплекс сауна-бассейн-фитобар; - обливание водой;			
4	Физиотерапия - люстра Чижевского; - кварцевание; - общее УФО; - соллюкс;			
5	Развитие общей координации движений - упражнения для различных групп мышц без речевого сопровождения; - упражнения в сочетании с речью; - подвижные и спортивные игры; - занятия в спортивных кружках;			

6	Профилактика нарушений осанки: - упражнения для профилактики кифоза; - упражнения для снятия мышечного напряжения шеи;			
7	Профилактика плоскостопия: - игровые упражнения для стоп; - самомассаж стоп; - массаж стоп массажными ковриками;			
8	Совершенствование мелкой моторики пальцев рук: - комплексы пальчиковой гимнастики без предметов; - упражнения с предметами (пробки, карандаши, экспандеры, шершавые дощечки); - самомассаж пальцев и кистей рук; - дермолексия (письмо на руке); - самомассаж с использованием тренажеров (массажные мыльницы, мячики, ежики, рукавицы); - изображения пальцами букв и цифр; - теневой театр рук;			
9	Формирование навыков снятия физического и психического напряжения - релаксация с использованием художественного слова и специально подобранной музыки; - аутотренинг; - игры - тренинги на снятие отрицательных эмоций; - игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - мышечная релаксация по методу А. Джексона; - сказко-и музыкотерапия;			
10	Формирование навыков произвольного владения мимической мускулатурой: - игровые гимнастики; - мимические этюды;			
11	Профилактика нарушений зрения - комплексы упражнений для глаз по методике С. Э. Аветисова, В. Ф. Базарного, А. Бейтса; - упражнения для глаз со стихотворным сопровождением; - пальминг;			
12	Формирование потребности в здоровом образе жизни: - индивидуальные беседы; - сюжетные игры; - экологический кружок.			

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

<i>Виды</i>	<i>Время проведения в режиме дня</i>	<i>Особенности методики проведения</i>	<i>Ответственный</i>
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Стретчинг	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы	Инструктор по ФИЗО
Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор по ФИЗО. музыкальный руководитель, педагог ДО
Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО.
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО. , психолог
Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса	Все педагоги ДОУ
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, логопед

Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие	Воспитатели
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО.
Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО.
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, психолог
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, психолог
Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО.

Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, ст. медсестра, Инструктор по ФИЗО.
Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, ст. медсестра, Инструктор по ФИЗО.
Биологическая обратная связь (БОС)	От 10 до 15 сеансов работы с компьютером по 5-10 мин. в специальном помещении. Рекомендуется со старшего возраста	Необходимы соблюдение правил работы за компьютером. Рекомендуется специальная методика для дошкольников	специально обученный педагог
3. Коррекционные технологии			
Арттерапия	Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы	Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментальный и предполагает протоколы занятий	Воспитатели, психолог
Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	Все педагоги
Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	Воспитатели, психолог
Технологии воздействия цветом	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, психолог
Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментальный и протоколы занятий	Воспитатели, психолог
Психогимнастика	1-2 раза в неделю со старшего возраста по 25-30 мин.	Занятия проводятся по специальным методикам	Воспитатели, психолог

Фонетическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи. В физкультурном или музыкальном залах. Мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин.	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО. логопед
----------------------	--	---	--

Приложение 3

Примерный перечень закаливающих мероприятий

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (минут в день)				
		2-3	3-4	4-5	5-6	6-7
Утренняя гимнастика (в летнее время проводится на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5	5-7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребёнка в облегчённой одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально				
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности в помещении	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т. д.	До 10	До 15	До 20	До 25	До 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности на улице	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	До 15	До 15	До 20	До 25	До 30
Прогулка в первой и во второй половине дня	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	С учетом погодных условий и времени года				
Полоскание горла солевым раствором и ли травяным настоем	Закаливание водой в повседневной жизни	3-7 мин.	3-7 мин.	3-6 мин.	3-5 мин.	3-5 мин.
Дневной сон при открытых форточках	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических условий и индивидуальных особенностей ребенка	Подготовка и сама процедура				
		В соответствии с действующими СанПиН				

Физические упражнения после дневного сна (дыхательная гимнастика, коррегирующие упражнения, разминка перед водным закаливанием)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	3-5 мин.	5-7 мин.	5-10 мин.	5-10 мин.	5-10 мин.
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры	5-15 минут				
Плавание в бассейне. Сауна	Контрастное закаливание	2 раза в неделю от 20 до 40 минут				

**Формы и методы образовательной работы с детьми
по формированию основ культуры здоровьесбережения
в разных видах деятельности**

Виды деятельности	Формы и методы образовательной работы с детьми
Игровая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> – настольно-печатные игры «Лото», «Парные картинки», «Съедобный, не съедобный», лабиринты, картинки с отличиями, неправильные картинки и др. – игры-путешествия с различной тематикой «Путешествие в страну здоровья»; «Путешествие к королеве Зубная щетка», к Мойдодыру, в страну Сладкоежки и т.д. – театрализованные игры (пересказ литературных произведений по ролям, инсценирование сказок, показ спектаклей) – сюжетно-ролевые игры «Больница», «День рождения», «Дорожный патруль» и т.п. — ролевые диалоги по телефону (обучение детей вызову служб спасения), — игры-тренинги по безопасности: «Один дома», «Звонок в дверь», «К тебе подошла незнакомец собака», «Уговоры: старший приятель предлагает какую-либо опасную игру, занятие — как ты себя поведёшь?», «Как поступить правильно в случаях: если ты потерялся, заблудился в лесу, вышел из автобуса, а мама не успела...», и т.д. — словесные игры «Закончи предложение»: «Я никогда не играю со спичками, потому, что...», «Диктор», «Можно — нельзя» и др.;
Продуктивная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> — изготовление памяток, плакатов, альбомов «Не шути с огнём!», «Полезные продукты», «Опасные растения!», «Осторожно: опасные сосульки!», «Здоровые зубы», «Если ты потерялся», «Опасные игры и игрушки», «Азбука безопасного поведения с животными», «Азбука здоровья» и т.д.; — изготовление книжек-малышек «Уроки безопасности», «Уроки здоровья» и др. — подбор иллюстраций, фото- и видеоматериалов для оформления альбомов, выставок о здоровом и безопасном образе жизни; — рисование «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Опасные предметы на кухне», «Огонь — друг, огонь — враг», «На горке», — организация фотовыставок «Мы – здоровые ребята!», «Мы и дорога» и т.д.;
Двигательная и музыкальная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> — музыкальные развлечения; — спортивные праздники «Юные спасатели», «Убежим от болезней»; — спортивно-музыкальные развлечения, досуги;

<p>Коммуникативная деятельность</p>	<p>— <i>беседы и разговоры с детьми</i> по темам программы в процессе НОД</p> <p>— <i>познавательные минутки</i> (короткие сообщения, рассказы, беседы или обсуждения не более 3-5 минут).</p> <p><i>Например:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - во время закаливающих процедур – о пользе этих процедур. - во время умывания – о том, для чего мыть руки после лепки, прогулки, перед едой; почему нужно иметь индивидуальное полотенце; умывание после сна – поговорить о том, как прохладная вода бодрит; и т.д. - во время приема пищи – о пользе того или иного продукта, блюда; напоминание о пользе тщательного пережевывания, о красоте и необходимости правильной осанки; <p><i>Обсуждения посвящаются:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>проблемным вопросам</i> «Где может таиться опасность в квартире?», «Что может случиться, если летом гулять без головного убора?»; «Почему нельзя гладить и брать на руки бродячих животных»; «Кому из взрослых можно доверять?», «Где можно и где нельзя играть?»; - <i>проблемным ситуациям</i>: старшие приятели затеяли игру с огнём, приглашают посмотреть, что происходит на стройке, забраться на чердак и вылезти на крышу, поиграть в лифте», «Старшие приятели требуют от тебя что-то им отдать, принести из дома...», «Звонок в дверь: незнакомец за дверью», «Ты потерялся в городе»; - <i>проблемным ситуациям</i> из литературных произведений; <p>— <i>презентации детских книг</i> о здоровье и безопасности, видеоматериалов о безопасном поведении, альбомов о здоровой и вредной пище, о видах спорта и пр.;</p> <p>— <i>творческие задания</i> (совместно с родителями): сочинение сказок, стихотворений о здоровье и о правилах безопасности;</p> <p>— <i>составление и решение загадок</i>, нерифмованных стихов о чрезвычайных ситуациях;</p> <p>— <i>составление правил</i> катания на санках, лыжах, ледяных дорожках, вдоль проезжей части;</p> <p>— <i>встречи</i> и беседы со специалистами (врач, военный, пожарный, спасатель, полицейский, медсестра и т.д.), это могут быть родители детей, используйте для ознакомления дошкольников не только с профессиями, но и с правилами безопасности, службами помощи. Приглашайте их, помогая подготовиться к встрече.</p> <p>— Чтение художественной литературы (рассказы, стихи, пословицы и поговорки)</p>
<p>Познавательно-исследовательская деятельность</p>	<p>— <i>опыты</i>: с микроскопом, лупой, фильтрами для наглядной демонстрации того, что содержится в воде, растапливание снега и льда; «Как собрать разбитое стекло, рассыпавшиеся иголки, стиральный порошок, соль и др.?»; «Рассматривание воды из разных мест в микроскоп и лупу»; «Огонь и вода»;</p> <p>— рассматривание иллюстраций «Пожар, ураган, гроза», «Опасные новогодние атрибуты»;</p> <p>— акции «Мы – за полезную еду!», «Мы – за безопасность на дороге!», «Если хочешь быть здоров – закаляйся!» и др.;</p>

Здоровьесберегающая деятельность в ДОУ		
Медико-профилактические технологии	Физкультурно-оздоровительные технологии	Коррекционно-развивающие технологии
<ul style="list-style-type: none"> • Физиотерапия • Фитолечение • Оксигенотерапия (кислородные коктейли) • Стимулирующая терапия • Витаминотерапия • Прогревание в сауне с натиранием и вдыханием целебных трав • Оздоровительный комплекс (бассейн, сауна, фито-бар, обливание холодной водой на воздухе) • Санация слизистой носа • Промывание слизистой носа • Чесочно-луковая ароматерапия • Закаливание • Умывание холодной водой • Сон при низких температурах • Нормализация сна и питания • БОС (биологически обратная связь) 	<ul style="list-style-type: none"> • Занятие по здоровому образу жизни • Спортивные игры (баскетбол) • Веселые старты • ОФП (общая физическая подготовка) • Физкультурные досуги-праздники • Дыхательная гимнастика (по Стрельниковой) • Гимнастика для глаз • Остеопатическая гимнастика • Динамические паузы • Физкультурные минутки • Массаж и самомассаж • Точечный массаж (по Уманской) • Упражнения на тренажерах • Самомассаж стоп • Ходьба на лыжах • Утренняя гимнастика • Плавание • ЛФК 	<ul style="list-style-type: none"> • Артикуляционная гимнастика • Пальчиковая гимнастика • Психогимнастика • Логоритмика • Сказкотерапия • Песочная терапия (технология коррекции поведения) • Пребывание в зоне релаксации (релаксационные игры, упражнения и этюды) • Минуты шалости • Эстетотерапия <ul style="list-style-type: none"> - арттерапия - музыкотерапия - библиотерапия - кинезотерапия

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ДОУ

№ п/п	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае)	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач
II. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или воспитатели по физкультуре
2.	Физическая культура	Все группы	в неделю 2 раза в зале 1 раз на воздухе	Воспитатель по физкультуре Воспитатели групп
3.	Плавание	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по плаванию
4.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
5.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
6.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
8.	«Школа мяча»	5-7 лет	2 раза в неделю	Воспитатели групп
9.	«Школа скакалки»	5-7 лет	2 раза в неделю	Воспитатели групп
10.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре
11.	Физкультурные праздники	Все группы	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп, инструктор по плаванию
12.	День здоровья	Все группы	1 раз в месяц	Инструкторы по физкультуре и по плаванию, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели
13.	Дополнительная двигательная деятельность:	Все группы	В режиме дня	Воспитатели
14.	Плавание	все	2 раза в неделю	Инструктор по плаванию
15.	Оздоровительная аэробика	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре
16.	Коррекционно-профилактическая аэробика	По заявкам родителей	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре

III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (проветривание, утренние фильтры)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна возникновения ин-фекции)	Ст. медсестра
3.	Физиотерапевтические процедуры: кварцевание, ингаляции, общее УФО, УВЧ	По показаниям и назначениям врача	В течение года	Старшая медсестра
4.	Кислородные коктейли курсом 20 дней	Все	2 раза в год (ноябрь-май)	Медсестра физиотерапии
5.	Общий массаж	Всем детям	2 раза в год	Медсестра-массажист
6.	Оздоровительный массаж	По назначению	В течение года	Медсестра-массажист
7.	Расслабляющий массаж	По назначению	В адаптационный период	Ст. медсестра-массажист
10.	Гидромассаж стоп	По назначению		Медсестра физиотерапии
IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Музыкальное сопровождения на занятиях ИЗО, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель изостудии, воспитатель группы
2.	Фитотерапия а) полоскания горла отварами трав; б) фиточай витаминный; в) фитоадепты (женьшень, элеутерокок)	По назначению врача	2 раза в год (ноябрь, май) курсом в 20 дней 1 раз в год курсом в 20 дней 1 раз в год (ноябрь)	Врач, ст. медсестра
3.	Фитонцидо-терапия (лук, чеснок)	Все группы	Периоды эпидемий, инфекционных заболеваний	Ст. медсестра, воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, инструктор по физкультуре, инструктор по плаванию
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна, на физзанятиях в зале	Воспитатели, инструктор по физкультуре
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, помощники воспитателя
4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, помощники воспитатели
5.	Топтание в тазу	Все группы,	Перед сном	Воспитатели
6.	Контрастный душ в	Все группы,		Медсестра бассейна
VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ				
1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно 10.00	Помощники воспитателя, воспитатели

**Взаимодействие ДОУ и родителей по вопросам оздоровления
и физического развития детей дошкольного возраста**

Задачи:

- обеспечить взаимосвязь с семьей в целостности подхода к сохранению и укреплению здоровья и развитию физических качеств дошкольников;
- проводить целенаправленную работу среди родителей по пропаганде здорового образа жизни в семьях воспитанников.

Содержание деятельности	Группа	Дата	Ответственный	Прогнозируемый результат
1.Проведение мониторинга состояния здоровья воспитанников				Паспорт «Здоровье и развитие ребенка»; ознакомление родителей с состоянием развития ребенка; преемственность ДОУ и семьи в оздоровлении детей
Анализ состояния здоровья детей	Все	Сентябрь-октябрь, Апрель-май	Ст. медсестра Медперсонал поликлиники	
2. Выступление на групповых родительских собраниях				
2.1.«Значение плавания для развития детского организма»	Все	Октябрь	Инструктор по плаванию	Помощь в развитии плавательных навыков детей обеспечение медико-педагогических знаний и умений Сохранение и укрепление здоровья детей
2.2 «Сауна лечит и закаляет»	Все	Октябрь	Инструктор по плаванию	
2.3. «Создание гигиенических условий в семье, способствующих физическому развитию и закаливанию детей»	Мл. гр.	октябрь	Инструктор по ФИЗО	
2.4. «Технология БОС - здоровье»с показом видеофильма и практическому обучению родителей правильному диафрагмально-релаксационному типу без прибора ПБС-БОС);				
2.5. «Организация двигательной деятельности и развитие физических качеств детей в летний оздоровительный период»				
3.Консультативная работа по физкультурно-оздоровительной работе:				
3.1. Домашние задания для малышей из цикла «Учим детей плавать »	Младшие	2 нед. сентября	Инструктор по плаванию	Повышение педагогической компетентности родителей

3.2. «Двигательная активность детей – залог здоровья»	2мл, ср., старш. подг.гр.	2 нед. Октябрь	Инструктор по ФИЗО	Сохранение и укрепление здоровья детей; Повышение педагогической компетентности родителей
3.3. «Игры, упражнения для формирования правильной осанки»	Все группы	2 нед. Ноябрь	Инструктор по ФИЗО	
3.4. «Чем полезна сауна»		2 нед. ноябрь	Инструктор по плаванию	
3.5. «Как стать Геркулесом?» (приемы укрепления опорно-двигательного аппарата)		2 нед. декабрь	Инструктор по ФИЗО	
3.6 « Как важно делать по утрам зарядку»	Все	Январь 2нед.	Инструктор по ФИЗО	
3.7. « О закаливании детей в семье в летнее время»	Все	Май 2 нед.	Инструктор по ФИЗО	
3.8 «Организация детского отдыха на воде»	старшая	Май 2 нед.	Инструктор по плаванию	
3.9. «Формирование правильного дыхания у детей»	все	По графику кабинета БОС		
6. Анкетирование родителей	все	апрель	Педагог-психолог	
5. Проведение спортивных праздников и развлечений				
5.1. Семейные олимпийские игры - день здоровья	По желанию родителей	ноябрь	Инструктор по ФИЗО	Формирование у детей и родителей интереса к физической культуре и спорту; привлечение внимания к здоровому образу жизни
5.2. Веселые старты (праздник на воде)	Подг.	Декабрь	Инструктор по плаванию	
5.3. Развлечение на воде «Солнышко и дождик»	Ср. гр.	Январь	Инструктор по плаванию	
6.3 « Аты-баты, мы – солдаты»	5-7 лет	Февраль	Инструктор по ФИЗО	
5.4. Морское путешествие		Март	Инструктор по плаванию	
5.5 День здоровья «Путешествие на планету Здоровья»	все	Апрель	Инструктор по ФИЗО	
6. Наглядно-текстовая информация				
6.1.Издание газеты для родителей « Сами о себе»	Все	1 раз в квартал	Медперсонал, воспит-	Повышение уровня информированности роди-

6.2.Выпуск «Молний» по результатам заболеваемости в группах	Все	1 раз в месяц	татели	телей обеспечение повышения стрессоустойчивости и сохранения здоровья ребенка при переходе из одних социально-педагогических условий в другие качественная взаимосвязь семьи и сада
6.3.Выпуск санбюллетней -профилактика ОРЗ и гриппа	Все	Ежеквартально		
6.4.Изготовление и распространение буклетов о здоровом образе жизни	Все	Апрель		
6.5..Разработка рекомендаций по оздоровлению детей в период их подготовки к поступлению в школу и на начальном этапе обучения	Подг.		Инструктор по ФИЗО	
6.6. «Вот мы какие» -скрининг-тесты	Все		воспитатели	
7. Обучение родителей практическим навыкам				
7.1. «Использование прогулок для оздоровления детей»	Все			Привлечение внимания к здоровому образу жизни; создание в семье и ДОУ медико-социальных условий для укрепления и сохранения здоровья и снижения заболеваемости детей
7.2. «Использование закалывающих процедур в домашних условиях»	Все			
7.3. «Зоны различных видов физической активности детей»	Родители детей ст.д.в.			
7.4. Мастер-класс по оздоровительной дыхательной гимнастике (система БОС)	По желанию			
7.5. Мастер-класс по развитию физических качеств у детей старшего дошкольного возраста	Родители детей ст.д.в.	Вторая неделя месяца		
7.6. День открытых дверей -совместное физкультурное занятие	Все	Ноябрь	Инструктор по физ. культуре	
-просмотр утренней гимнастики с закалыванием		октябрь		
-просмотр физкультурных занятий		январь		
-просмотр итоговых занятий		апрель		

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Мы обращаемся к Вам с просьбой оказать нам содействие в исследовании влияния образа жизни детей в семье на представления ребёнка о здоровье. Для этого Вам нужно заполнить анонимную анкету, которая лично для Вас не несёт никаких негативных последствий.

Прочитав внимательно, ознакомьтесь с вариантами ответов на него. Ответ, наиболее точно отображающий Ваше мнение, подчеркните или напишите свой вариант.

1. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни? *(Да, нет, иногда.)*
2. Используете ли Вы полученные знания в воспитании Вашего ребёнка? *(Да, нет, иногда.)*
3. Можно ли назвать образ жизни в Вашей семье здоровым? *(Да, нет, иногда.)*
4. Делаете ли Вы утреннюю зарядку? *(Да, нет, иногда.)*
5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? *(Да, нет)*
6. Как Вы организуете питание в Вашей семье? *(полноценное питание, предпочтение отдаем каким-то видам продуктов, питаетесь регулярно, нерегулярно.)*
7. Как воздействует на Вашего ребёнка климат в семье? *(Положительно, отрицательно, не воздействует.)*
8. Что Вы считаете здоровым образом жизни? *(Напишите)*

9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни? *(Да, нет.)*
10. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми? *(Да, нет, иногда.)*
11. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей? *(Да, нет.)*
12. Вы сами здоровы? *(Да, нет, затрудняюсь ответить)*
13. Часто ли болеет Ваш ребёнок? *(Да, нет.)*
14. Каковы причины болезни Вашего ребёнка? *(Недостаточное физическое воспитание в детском саду, недостаточное физическое воспитание в семье, наследственность, предрасположенность к болезням.)*

***Благодарим за оказанную помощь.
Желаем Вам здоровья и благополучия!***

ПЕРСПЕКТИВНО-ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАНЫ НОД ПО ЗОЖ и ОБЖ

Перспективно-тематический план в старшей группе

Месяц	Тема занятия	Основные задачи	Структура занятия
Сентябрь	«Изучаем свой организм»	Закрепить элементарные знания детей о своем организме. Знакомить их с функциями отдельных органов. Убедить в необходимости заботиться и беречь свои органы (глаза, уши, руки, ноги и т.п.)	1. Теоретическая часть (беседа) – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (самомассаж ушей, офтальмотренаж) - 15 мин.
Октябрь	«Чтобы быть здоровым»	Формировать у детей навыки личной гигиены (ухаживать за ногтями, волосами, зубами, кожей). Учить видеть красоту в чистоте и опрятности	1. Теоретическая часть – 10 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (массаж спины, самомассаж стоп) – 15 мин.
Ноябрь	«Если ты заболел»	Объяснить детям, как важно следить за своим состоянием здоровья. Расширить и углубить знания детей о болезнях (инфекционных и простудных заболеваниях), их вреде. Убедить в необходимости профилактики заболеваний. Добиваться, чтобы дети в случае необходимости обращались к взрослым за помощью.	1. Теоретическая часть – 10 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (самомассаж пальцев и кистей рук, точечный массаж по А. Уманской) – 15 мин.
Декабрь	«Поиграем с носиком»	Обобщение и закрепление представлений детей об органах чувств, выполнение комплекса игровых упражнений (закаливающее дыхание).	1. Теоретическая часть – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (закаливающее дыхание по К. Динейки) – 13 мин.
Январь	«Массаж волшебных точек»	Обучить детей закаливающему массажу по А. Уманской. Дать понятие о роли стимуляции каждой БАТ для улучшения работы внутренних органов и защиты организма от простудных заболеваний.	1. Теоретическая часть – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (массаж стоп массажными ковриками, точечный массаж по А. Уманской со стихотворным сопровождением) – 13 мин.
Февраль	«Врачи – наши помощники»	Расширять представления детей о профессии врача, учить осознанию врачебных предписаний и строго их выполнять.	1. Теоретическая часть – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (упражнения для снятия напряжения мышц шеи, профилактики плоскостопия) – 13 мин.

Март	«Правила первой помощи»	Дать детям сведения о службе «Скорой помощи». Познакомить их с правилами первой помощи в некоторых случаях. Научить детей первоначальным навыкам ухода за больным.	1. Теоретическая часть – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (дыхательная гимнастика по А. Стрельниковой) – 13 мин.
Апрель	«О роли лекарств и витаминов»	В доступной для ребенка форме рассказать детям для чего нужны лекарственные препараты и витамины.	1. Теоретическая часть – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (самомассаж пальцев кольцами суджок) – 13 мин.
Май	«И хорошее настроение не покинет больше нас»	Создать оптимальные условия для эмоционального благополучия детей. Дать детям понятие, что такое настроение. Учить детей определять свое настроение и регулировать его.	1. Теоретическая часть – 11 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (игровые зарядки для коррекции эмоциональной сферы и развития творческих способностей) – 14 мин.

**Перспективно-тематический план занятий по ЗОЖ и ОБЖ
в подготовительной группе**

Месяц	Тема занятия	Основные задачи	Структура занятия
Сентябрь	«Прислушаемся к своему организму»	Учить детей внимательно относиться к себе, прислушиваться к своему организму и распознавать симптоматику заболевания. Добиваться, чтобы дети своевременно сообщали взрослым о симптомах болезни.	1. Беседа ознакомительного плана – 10 мин. 2. Игра «Больница» – 10 мин. 3. Оздоровляющая гимнастика (самомассаж стоп) – 5 мин.
Октябрь	«Воздух и вода — наши лучшие друзья»	Закрепить знания детей о пользе воздушных ванн и водных процедур, о гигиене рук, ног и тела.	1. Познавательная беседа. – 5 мин. 2. Акваэрооика (внедрение новых элементов плавания в бассейне) – 20 мин.
Ноябрь	«Осанка — стройная фигура»	Выяснить главные причины нарушения осанки, повторить упражнения по ее профилактике	1. Беседа (теоретические основы) – 10 мин. 2. Закрепление оздоравливающих упражнений (массаж спины, самомассаж кистей рук) – 10 мин. 3. Подвижная игра «Морской бой» – 5 мин.

Декабрь	«Вредные привычки»	Научить выявлять вредные привычки, уметь им противостоять.	1. Беседа, чтение стихотворения Г. Остера «Вредны советы» – 12 мин. 2. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений с использованием нетрадиционных методов – 13 мин.
Январь	«Здоровая пища для всей семьи»	Дать знания о том, как влияет питание на здоровье человека, научить различать полезные и вредные продукты.	1. Беседа с детьми. 5 мин. 2. Оздоровительный досуг «Витамины — витаминка» – 20 мин.
Февраль	«Как стать уверенным?»	Развить чувство собственного достоинства, научить преодолевать неуверенность и волнение в различных ситуациях, наиболее успешно и полно реализовывать себя в поведении и деятельности.	1. Теоретическая часть – 1 мин. 2. Психогимнастика, упражнения для снятия напряжения – 9 мин. Игра « Походка уверенного и неуверенного человека» – 6 мин.
Март	«Культура общения»	Закрепить у детей формы общения, способствовать сплочению детского коллектива.	1. Беседа с дискуссией – 10 мин. 2. Релаксационная пауза (массаж пальцев, потягивание) 10 мин. 3. Игра «Аргументация» – 5 мин.
Апрель	«Один дома»	Воспитывать ответственное отношение к собственной безопасности	1. Теоретическая часть (беседа) 8 мин. 2. Создание непредвиденных ситуаций и их решение. — 7 мин. 3. Разучивание и закрепление оздоравливающих упражнений (Самомассаж пальцев кольцами суджок) – 10 мин.
Май	Ребята, давайте жить дружно»	Показать на примере литературных произведений, как нужно выбирать себе друзей	1. Беседа на тему «Мое общение с другими людьми» – 8 мин. 2. Психогимнастика. 3. Игра «Словарь вежливых слов», подвижные игры – 17 мин.

Формы представления данных о здоровье и физическом развитии детей

Показатели мониторинга здоровья детей за 2014 год

Группы	Индекс здоровья	Распределение детей по группам здоровья					Количество пропущенных д/дней на одного ребенка (случаи/дни)		Доля детей	
		I	II	III	IV	V	общая заболеваемость	респираторные заболевания	часто болеющих	с Х/Б
1/1										
1/2										
1/3										
1/4										
1/5										
1/6										
2/1										
2/2										
2/3										
2/4										
2/5										
2/6										
В ДОУ										

Оценка средней посещаемости детьми ДОУ в 2014 году

Возрастные группы	Списочный состав	Средняя посещаемость за год	
		кол-во детей	%
1/1			
1/2			
1/3			
1/4			
1/5			
1/6			
2/1			
2/2			
2/3			
2/4			
2/5			
2/6			
ИТОГО:			

Мониторинг состояния физического развития детей

Год	Число воспитанников (чел. / %)			
	Гармоничное развитие	Дисгармоничное развитие		Всего
		Избыток массы тела	Дефицит массы тела	
2014				
2015				
2016				

**Сравнительный анализ состояния опорно-двигательного аппарата
у воспитанников ДОУ (количество в %)**

Диагноз	Число воспитанников (чел. /%)			
	2013	2014	2015	2016
Осанка в норме				
Сколиоз				
Незначительное нарушение осанки				
Нормальная стопа				
Уплощенная стопа				
Плоскостопие				

Динамика физической подготовленности воспитанников

Уровни развития	2013-2014	2014-2015	2015-2016
Высокий			
Средний			
Низкий			

Таблицы для анализа данных, характеризующих психическое здоровье

Динамика коррекции эмоционально-личностных нарушений детей(уч. год)

Категории детей	Количество детей и их процент от списочного состава воспитанников ДОУ					
	2013-2014		2014-2015		2015-2016	
	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
Тревожные						
Гиперактивные						
Агрессивные						

Сравнительный анализ адаптации воспитанников к ДОУ

Учебный год	Число воспитанников в %		
	Легкая степень	Средняя степень	Тяжелая степень
2013-2014			
2014-2015			
2015-2016			

Количество участников педагогического процесса, удовлетворенных уровнем психологической комфортности в ДОУ

Участники педагогического процесса	Кол-во в %		
	2013-2014	2014-2015	2015-2016
Педагоги			
Дети			

Карты мониторинга реализации содержания Программы и его усвоения детьми

Карта мониторинга реализации содержания Программы в группе детей 3-4 лет

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ		октябрь			ноябрь			и т.д.		
1.	Значение каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека: глазки – смотреть,									
	ушки – слышать,									
	носик – нюхать,									
	язычок – пробовать (определять) на вкус,									
	ручки – хватать, держать, трогать;									
	ножки – стоять, прыгать, бегать, ходить;									
	голова – думать, запоминать									
2.	О правилах игр с детьми (не мешать и не причинять боль)									
3.	О правилах безопасного передвижения по лестнице									
4.	О том, что уходить из детского сада можно только с родителями, сообщая об уходе воспитателю.									
5.	О правилах поведения с незнакомыми людьми									
6.	Об опасностях неправильного обращения с предметами									
7.	О том, что нельзя рвать растения и есть их без разрешения взрослых									
8.	Чтобы не заболеть, одеваться по погоде									

Знаком **Н** отмечается планирование задачи для НОД; знак **Р** – режимные моменты.

Карта текущего мониторинга усвоения детьми 3-4 лет представлений о здоровом и безопасном образе жизни

Содержание усваиваемых представлений		Имена детей											
												и т.д.	
1.	Называть каждый орган и их значение для человека: глазки – смотреть, ушки – слышать, носик – нюхать,												
	язычок – пробовать (определять) на вкус,												
	ручки – хватать, держать, трогать;												
	ножки – стоять, прыгать, бегать, ходить;												
	голова – думать, запоминать												
2.	Правила игр с детьми (не мешать и не причинять боль)												
3.	Правила безопасного передвижения по лестнице												
4.	Уходить из детского сада можно только с родителями, сообщая об уходе воспитателю.												
5.	Правила поведения с незнакомыми людьми												
6.	Об опасностях неправильного обращения с предметами												
7.	Нельзя рвать растения и есть их без разрешения взрослых												
8.	Чтобы не заболеть, нужно одеваться по погоде												

Примечание: Наличие представлений отмечается знаком плюс; Отсутствие – зна-

КОМ МИНУС.

Карта мониторинга реализации содержания Программы в группе детей 4-5 лет

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ		октябрь			ноябрь			и т.д.
1.	Различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), знать их роль в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.							
2.	Хорошая осанка – не только для красоты, но и для здоровья.							
3.	О соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни							
4.	О полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека							
5.	утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.							
6.	О способах безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем;							
7.	О способах безопасного поведения в играх с песком и твердыми предметами							
8.	Правила безопасной ходьбы по лестнице и пользования дверью							
9.	О необходимости закаливания, о том, что следует одеваться по погоде							
10.	О ценности здоровья своего и других людей							
11.	Умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.							
12.	О том, что уходить из детского сада можно только с родителями, сообщая об уходе воспитателю.							
13.	О правилах поведения с незнакомыми людьми							
14.	Правила пользования ножницами							
15.	Нельзя рвать растения и есть их без разрешения взрослых							
16.	Кормить животных только с разрешения взрослых или вместе с ними. Опасно гладить чужих животных, брать их на руки, приносить животных домой.							

**Карта текущего мониторинга усвоения детьми 4-5 лет представлений
о здоровом и безопасном образе жизни**

Содержание усваиваемых умений	Имена детей							
								и т.д.
1. Различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), знать их роль в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.								
2. Хорошая осанка – не только для красоты, но и для здоровья.								
3. О соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни								
4. О полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека								
5. утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.								
6. О способах безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем;								
7. О способах безопасного поведения в играх с песком и твердыми предметами								
8. Правила безопасной ходьбы по лестнице и пользования дверью								
9. О необходимости закаливания, о том, что следует одеваться по погоде								
10. О ценности здоровья своего и других людей								
11. Умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.								
12. О том, что уходить из детского сада можно только с родителями, сообщая об уходе воспитателю.								
13. О правилах поведения с незнакомыми людьми								
14. Правила пользования ножницами								
15. Нельзя рвать растения и есть их без разрешения взрослых								
16. <i>Правила поведения с животными:</i> кормить животных только с разрешения взрослых или вместе с ними; опасно гладить чужих животных, брать их на руки, приносить животных домой.								

Карта мониторинга реализации содержания Программы в группе детей 5-6 лет

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ		октябрь			ноябрь			и т.д.
1.	Обобщенные представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека							
2.	о важности гигиенических процедур							
3.	О полезных продуктах, о необходимых телу человека веществах и витаминах							
4.	О важности для здоровья движений							
5.	О видах физических упражнений для укрепления различных органов и систем организма							
6.	Навыки безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем, в играх с песком и твердыми предметами							
7.	Правила безопасного передвижения по лестнице и в дверях							
8.	О важности закаливания, о том, что от переохлаждения и перегрева человек может заболеть, поэтому следует одеваться по погоде и уметь одеваться по погоде.							
9.	Смысл слов «здоровье» и «болезнь»;							
10.	Устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма							
11.	О составляющих здорового образа жизни							
12.	Способы элементарной помощи при ушибах, заболеваниях, травме.							
13.	О важности для здоровья сна и режима питания.							
14.	О негативных последствиях «конфликтов», «ссор», о причинах их возникновения и для человека и способах выхода из конфликтной ситуации							
15.	О правилах общения с незнакомыми людьми, о способах выхода из опасных ситуаций при контактах с «чужими»							
16.	О разнообразных опасных предметах и способах безопасного обращения с ними							
17.	О безопасном поведении в природе (о контактах с растениями и животными)							

**Карта текущего мониторинга усвоения детьми 5-6 лет представлений
о здоровом и безопасном образе жизни**

Содержание усваиваемых умений	Имена детей							
								и т.д.
1. Обобщенные представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека								
2. о важности гигиенических процедур								
3. О полезных продуктах, о необходимых телу человека веществах и витаминах								
4. О важности для здоровья движений								
5. О видах физических упражнений для укрепления различных органов и систем организма								
6. Навыки безопасного поведения в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем, в играх с песком и твердыми предметами								
7. Правила безопасного передвижения по лестнице и в дверях								
8. О важности закаливания, о том, что от переохлаждения и перегрева человек может заболеть, поэтому следует одеваться по погоде и уметь одеваться по погоде.								
9. Смысл слов «здоровье» и «болезнь»;								
10. Устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма								
11. О составляющих здорового образа жизни								
12. Способы элементарной помощи при ушибах, заболеваниях, травме.								
13. О важности для здоровья сна и режима питания.								
14. О негативных последствиях «конфликтов», «ссор», о причинах их возникновения и для человека и способах выхода из конфликтной ситуации								
15. О правилах общения с незнакомыми людьми, о способах выхода из опасных ситуаций при контактах с «чужими»								
16. О разнообразных опасных предметах и способах безопасного обращения с ними								
17. О безопасном поведении в природе (о контактах с растениями и животными)								

Карта мониторинга реализации содержания Программы в группе детей 6-7 лет

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ		октябрь			ноябрь			и т.д.
1.	Об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Об особенностях своего организма и здоровья							
2.	О роли гигиены для здоровья человека							
3.	О зависимости здоровья человека от правильного питания. О способах определения качества продуктов							
4.	О движении как важном компоненте здорового образа жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.							
5.	Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.							
6.	О правилах безопасного поведения в подвижных играх и в играх с песком, при пользовании спортивным инвентарем, песком, твердыми материалами и предметами							
7.	Закреплять правила безопасного передвижения по лестнице и в дверях							
8.	О факторах закаливания: сон и солнце, воздух и вода; от переохлаждения и перегрева человек может заболеть, поэтому следует одеваться по погоде							
9.	О возможностях здорового человека, о важных компонентах здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.							
10.	Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.							
11.	о правилах ухода за больным о сочувствии к болеющим.							
12.	О признаках своего самочувствия.							
13.	О службе скорой помощи.							
14.	Расширять представления о роли режима дня для здоровья человека							
15.	О зависимости здоровья от настроения человека, с причинами плохого настроения и их устранением.							
16.	Учить осознанному восприятию своих чувств, желаний, способам их выражения; а так же спокойно, с пониманием относиться к желаниям и суждениям других детей.							
17.	О правилах контактов с незнакомыми людьми, о способах выхода из опасных ситуаций при встречах с ними							
18.	Правила безопасного обращения с опасными предметами							
19.	Правила безопасного поведения в природе							

**Карта текущего мониторинга усвоения детьми 6-7 лет представлений
о здоровом и безопасном образе жизни**

Содержание усваиваемых умений	Имена детей							
								и т.д.
1. Об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Об особенностях своего организма и здоровья								
2. О роли гигиены для здоровья человека								
3. О зависимости здоровья человека от правильного питания. О способах определения качества продуктов								
4. О движении как важном компоненте здорового образа жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.								
5. Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.								
6. О правилах безопасного поведения в подвижных играх и в играх с песком, при пользовании спортивным инвентарем, песком, твердыми материалами и предметами								
7. Закреплять правила безопасного передвижения по лестнице и в дверях								
8. О факторах закаливания: сон и солнце, воздух и вода; от переохлаждения и перегрева человек может заболеть, поэтому следует одеваться по погоде								
9. О возможностях здорового человека, о важных компонентах здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.								
10. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.								
11. о правилах ухода за больным о сочувствии к болеющим.								
12. О признаках своего самочувствия.								
13. О службе скорой помощи.								
14. Расширять представления о роли режима дня для здоровья человека								
15. О зависимости здоровья от настроения человека, с причинами плохого настроения и их устранением.								
16. Учить осознанному восприятию своих чувств, желаний, способам их выражения; а так же спокойно, с пониманием относиться к желаниям и суждениям других детей.								
17. О правилах контактов с незнакомыми людьми, о способах выхода из опасных ситуаций при встречах с ними								
18. Правила безопасного обращения с опасными предметами								
19. Правила безопасного поведения в природе								

Протоколы бесед с детьми (для исходных и итоговых срезов)

Протокол беседы с детьми 3-4 лет

– Кто это? – Покажи, какие части есть у тела человека? Назови их («Что это?») — помогает воспитатель малышу).				
– Зачем человеку голова?				
– Что человек делает с помощью рук?				
– Что человек делает с помощью ног?				
– Зачем человеку туловище?				
Ситуация: мальчик (девочка) гулял во дворе, к нему подошла незнакомая тетя и дала ему конфету. Мальчик взял. Он правильно сделал? Почему?				

Протокол беседы с детьми 4-5 лет (использование пособия «Человек» и картинок, на которых представлены процессы умывания рук, обливания, сна, приема полезной и вредной для здоровья пищи)

<p>– Кто это? – Из каких частей состоит тело человека? Назови их, пожалуйста.</p>				
<p>– Как ты думаешь, у человека есть главные части тела? Какие, назови, пожалуйста. Почему эти части тела главные?</p>				
<p>– Может ли человек прожить без руки? А без головы? (При затруднении: Для чего человеку нужны руки? Ноги? Туловище? Голова? Глаза? Нос? Уши? И т.д.)</p>				
<p>– Что делает девочка? Зачем она хочет помыть руки? Зачем намыливать руки мылом? Зачем вытирать руки? Чем вытирает руки девочка? А у тебя есть свое полотенце? Для чего оно тебе?</p>				

<p><i>Картинки с едой вредной и полезной пищей</i> и ответить на дополнительные вопросы:</p>				
<p><i>Картинка с обливанием</i> «А ты это делаешь? Зачем ты это делаешь? Для чего?»</p>				
<p><i>Картинка со сном</i> Зачем ты это делаешь? Для чего?»</p>				
<p>Если к тебе подходит незнакомая женщина (мужчина), угощает тебя конфетами и предлагает пойти с ней и посмотреть на ее красивых котят. Что ты будешь делать?</p>				

Протокол беседы с детьми 5-7 лет

Как ты понимаешь выражение «здоровый человек»? Кого мы называем здоровым?				
Как, по-твоему, быть здоровым — это хорошо или плохо? Почему?				
Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?				
Расскажи, как ты заботишься о своем здоровье. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?				
Опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с ними?				

<p>-Как ты думаешь, твое здоровье зависит от твоего поведения и твоих привычек? Объясни, почему.</p>				
<p>-Когда у тебя плохое настроение, это вредит твоему здоровью? Почему ты так думаешь? А другим людям это вредит?</p>				
<p>Игровое упражнение «Хорошее — плохое настроение»: ребенку предлагается разложить карточки с различными эмоциональными состояниями человека на две группы и объяснить свои действия. У кого из этих детей настроение будет вредить здоровью</p>				

Формы протоколов наблюдений за соблюдением детьми правил по ЗиБОЖ
(для контрольных и итоговых срезов)

Форма протокола наблюдений за соблюдением правил по ЗиБОЖ детьми 3-4 лет

Правила	Особенности проявления у детей								
1.Соблюдение культурно-гигиенических правил без напоминания									
2.Правила безопасного обращения с песком, предметами									
3.Нельзя рвать растения и есть их без разрешения взрослых									
4.Одеваться по погоде, чтобы не заболеть									

Примечание: Характеристика и оценка проявления соблюдения правил:

Часто – характеристика *устойчиво* сформирована, не зависит от ситуации, от присутствия взрослого, его напоминания – 2 балла

Иногда – *периодическое проявление*, зависящее от ситуации, контроля взрослых, настроения ребенка – 1 балл

Крайне редко – характеристика *не сформирована*, а ее проявление носит эпизодический характер – 0 баллов.

Форма протокола наблюдений за соблюдением правил по ЗиБОЖ детьми 4-5 лет

Соблюдение правил	Особенности проявления у детей							
1.Следует одеваться по погоде								
2.Правила безопасной ходьбы по лестнице и пользования дверью								
3.О безопасном поведении в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем;								
4.О безопасном поведении в играх с песком и твердыми предметами								
5.О том, что уходить из детского сада можно только с родителями, сообщая об уходе воспитателю.								
6.О правилах поведения с незнакомыми людьми								
7.Правила пользования ножницами								

Характеристика и оценка проявления соблюдения правил:

Часто – характеристика *устойчиво* сформирована, не зависит от ситуации, от присутствия взрослого, его напоминания – **2 балла**; **Иногда** – периодическое проявление, зависит от ситуации, контроля взрослых, настроения ребенка – **1 балл**; **Крайне редко** – характеристика *не сформирована*, а ее проявление носит эпизодический характер – **0 баллов**

Форма протокола наблюдений за соблюдением правил по ЗиБОЖ детьми 5-7 лет

Соблюдение правил	Имена детей					
1. Устойчивость и направленность любых действий и деятельности дошкольника на ценность здоровья и человеческой жизни;						
2. Мотивация к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, сверстников и взрослых, общества в целом						
3. Безопасное поведение в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем.						
4. Безопасное передвижение по лестнице и в дверях (открывать и закрывать дверь, держась за дверную ручку).						
5 Правила гигиены						
6 Осознанное восприятие своих чувств, желаний, умению выражать их соответствующим образом,						
7. Спокойно, с пониманием относиться к желаниям и суждениям других детей						
8. Правила обращения с опасными предметами						

Оценки проявления соблюдения правил: *часто, иногда, крайне редко*

Часто – характеристика *устойчиво* сформирована, не зависит от ситуации, от присутствия взрослого, его напоминания – 2 балла

Иногда – *периодическое проявление*, зависящее от ситуации, контроля взрослых, настроения ребенка – 1 балл

Крайне редко – характеристика *не сформирована*, а ее проявление носит эпизодический характер – 0 баллов

Таблицы для обработки результатов бесед и наблюдений за детьми
Обработка результатов беседы и наблюдений за детьми 3-4 лет

Вопросы	Баллы за ответы детей и соблюдение правил в наблюдаемых ситуациях														Средний балл по группе	
1.	Кто это? – Покажи, какие части есть у тела человека? Назови их															
2.	Зачем человеку голова?															
3.	Что человек делает с помощью рук?															
4.	Что человек делает с помощью ног?															
5.	Зачем человеку глаза, уши?															
6.	Объяснение ситуации															
	Всего баллов за ответы															
7.	Соблюдение культурно-гигиенических правил без напоминания															
8.	Правила безопасного обращения с песком, предметами															
9.	Нельзя рвать растения и есть их без разрешения взрослых															
10	Одеваться по погоде, чтобы не заболеть															
	Всего баллов по итогам наблюдений															
	ИТОГО баллов															
	Уровень сформированности представлений															

Оценка ответов: 2 балла выставляется за полный, исчерпывающий ответ; 1 балл – за ответ с небольшими неточностями; 0 баллов – отказ от ответа или неправильный ответ.

Средний балл по группе вычисляется по каждому вопросу и по итогам наблюдения (сумма баллов делится на количество детей).

Обработка результатов беседы и наблюдений с детьми 4-5 лет

Вопросы и поведение	Баллы за ответы детей и соблюдение правил в наблюдаемых ситуациях														Средний балл по группе	
1. Кто это?																
2. Из каких частей состоит тело человека? Назови их, пожалуйста.																
3. Может ли человек прожить без рук? А без головы? Почему? А без ... (Если у ребенка затруднения, спросить: для чего человеку нужны руки? Ноги? Туловище? Голова? Глаза? Нос? и т.д.).																
Задание « Так или не так? » - интерпретация ситуаций, изображенных на картинках, способность оценить, правильность поступков детей и объяснить свое мнение.																
4. Что делает девочка? Зачем она хочет помыть руки? Зачем намыливать руки мылом? Зачем вытирать руки? Чем вытирает руки девочка? А у тебя есть свое полотенце? Для чего оно тебе?																
5. <i>Картинка с обливанием</i> «А ты это делаешь? Зачем ты это делаешь? Для чего?»																
6. <i>Картинка со сном</i> Зачем ты это делаешь? Для чего?»																
7. <i>Картинки с едой вредной и полезной пищей</i> и ответить на дополнительные вопросы:																

8.	Поведение с незнакомыми людьми																		
Всего баллов за представления																			
Выполнение правил:																			
9.	Одевается по погоде																		
10	О безопасном поведении в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем;																		
11	О безопасном поведении в играх с песком и твердыми предметами																		
13	Уходить из детского сада можно только с родителями, сообщая об уходе воспитателю.																		
14	Правила пользования ножницами																		
Всего баллов по итогам наблюдений																			
ИТОГО баллов																			
Уровень сформированности представлений																			

Оценка ответов:

2 балла выставляется за полный, исчерпывающий ответ;

1 балл – за ответ с небольшими неточностями;

0 баллов – отказ от ответа или неправильный ответ.

Средний балл по группе вычисляется по каждому вопросу и по итогам наблюдения (сумма баллов делится на количество детей).

Обработка результатов беседы и наблюдений с детьми 5-7 лет

Вопросы	Баллы за ответы детей и соблюдение правил в наблюдаемых ситуациях															Средний балл по группе	
1.	Как ты понимаешь выражение «здоровый человек»? Кого мы называем здоровым?																
2.	Как, по-твоему, быть здоровым — это хорошо или плохо? Почему?																
3.	Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?																
4.	Расскажи, как ты заботишься о своем здоровье. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?																
5.	Опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с ними?																
6.	-Как ты думаешь, твое здоровье зависит от твоего поведения и твоих привычек? Объясни, почему.																
7.	-Когда у тебя плохое настроение, это вредит твоему здоровью? Почему ты так думаешь? А другим людям это вредит?																
8.	У кого из этих детей настроение будет вредить здоровью? Игровое упражнение с картинками «Хорошее — плохое настроение»																
Всего баллов за представления																	
Результаты наблюдений за соблюдением правил																	

9	Устойчивость и направленность любых действий и деятельности дошкольника на ценность здоровья и человеческой жизни;																		
10	2. Мотивация к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей																		
11	Безопасное поведение в подвижных играх и при пользовании спортивным инвентарем.																		
12	Безопасное передвижение по лестнице и в дверях (открывать и закрывать дверь, держась за дверную ручку).																		
13	Правила гигиены																		
14	Осознанное восприятие своих чувств, желаний, умению выражать их соответствующим образом,																		
15	Спокойно, с пониманием относиться к желаниям и суждениям других детей																		
16	Правила обращения с опасными предметами																		
	Всего баллов по наблюдениям																		
	ИТОГО баллов																		
	Уровень сформированности представлений																		

Оценка аналогична оценке в предыдущих группах

**Мониторинг данных об условиях, связанных
с охраной жизни и здоровья детей**

Опасности и ситуации, которые могут нанести ущерб для жизни и здоровья, связанные с пребыванием в ДОУ	Наличие в ДОУ в 2013-14 учебном году	Наличие в ДОУ в 2014-2015 учебном году	Наличие в ДОУ в 2015-2016 учебном году
Травматизм, несущий последствия, опасные для жизни	Нет		
Пищевые отравления	Нет		
Пожары	Нет		
Отключения тепло-, электро- и водоснабжения по вине ДОУ	Нет		
Угрозы взрывов	Нет		
Система водоснабжения	Сбоев нет		
Система канализации	Сбоев нет		
Система отопления	Сбоев нет		
Система энергоснабжения	Сбоев нет		
Организация работы медицинского кабинета в здании	100%		
Укомплектованность кабинетов аптечками и средствами первой помощи	100%		
Укомплектованность кабинетов средствами индивидуальной защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	100%		
Средства пожаротушения (91 огнетушителей, все порошковые)	Имеются в наличии		
Средства индивидуальной защиты органов дыхания (ватно-марлевые повязки) рассчитаны на каждый кабинет по 30 шт.	Имеются в наличии		
Стенд со средствами пожаротушения и необходимый инвентарь	Имеются в наличии		
Оборудование системами АПС	Имеются в наличии		
Оборудование кнопками тревожной сигнализации	Имеются в наличии		
Оборудование системами локальной телефонной связи	Имеются в наличии		

**Карта мониторинга
оценки качества предметно-развивающей среды в _____ группе**

№ п/п	Критерии и показатели мониторинга среды	Сроки							
		X	XI	XII	I	II	III	IV	V
1.	Наличие наглядности к темам:								
	Я и мое тело								
	Чистота – залог здоровья								
	Полезная и вредная пища								
	Движение – это жизнь								
	Закаляйся!								
	Быть здоровым – здорово!								
	Советы Пилулькина								
	Сила режима дня								
	Настроение и здоровье								
	Я и другие люди								
	Безопасность в быту								
	Безопасность в природе								
2.	Наличие дидактических игр и игрушек к темам:								
	Я и мое тело								
	Чистота – залог здоровья								
	Полезная и вредная пища								
	Движение – это жизнь								
	Закаляйся!								
	Быть здоровым – здорово!								
	Советы Айболита								
	Сила режима дня								
	Настроение и здоровье								
	Я и другие люди								
	Безопасность в быту								
	Безопасность в природе								
3. Наличие литературных произведений к темам (стихи, рассказы, фольклор)									
	Я и мое тело								
	Чистота – залог здоровья								
	Полезная и вредная пища								
	Движение – это жизнь								
	Закаляйся!								
	Быть здоровым – здорово!								
	Советы Айболита								
	Сила режима дня								
	Настроение и здоровье								
	Я и другие люди								
	Безопасность в быту								
	Безопасность в природе								
4.	Наличие и качество уголка уединения								
	Общее количество баллов								

Примечание: достаточность показателя – 2 балла; частичность – 1 балл; отсутствие – 0.

План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья сотрудников на 2014-2016гг.

Содержание работы	Сроки	Исполнитель	Ожидаемый результат
Организация работы по обеспечению медицинского сопровождения			
1. Организация и проведение ежегодных профилактических медицинских осмотров.	Ежегодно по графику	Отдел кадров, медицинские работники	Своевременное прохождение медосмотра всеми сотрудниками Учреждения.
2. Анализ состояния здоровья сотрудников.	Ежегодно в июне	Психолог, профсоюзный комитет	Предоставление санаторно-курортного лечения.
3. Анкетирование среди сотрудников для оценки направленности на здоровый образ жизни и их умения управлять собой.	октябрь, каждого года	Заместитель заведующей по ВМР, психолог	Методическая помощь по формированию навыков здорового образа жизни.
4. Организация и проведение диспансеризации сотрудников.	1 раз в два года	Отдел кадров, медперсонал	Выявление диагноза и своевременное обращение к врачам.
5. Оказание лечебной помощи работникам по назначению врачей на рабочем месте	1 раз в год	Медицинский персонал ДОУ	Восстановление утраченного здоровья.
6. Оказание первой медицинской помощи (изменение арт. давления, ушибы, порезы)	систематически	Медицинский персонал ДОУ	Профилактика заболеваний.
Физкультурно-оздоровительная работа			
1. Организация оздоровительной гимнастики и динамических пауз в режиме рабочего дня.	ежедневно	Педагог по ФИЗО, совет по здоровью,	Снижение утомляемости, повышение производительности труда.
2. Занятия в спортивном зале на тренажерах	1 раз в неделю	Инструктор по ФИЗО, плаванию	Предупреждение развития сердечно-сосудистых заболеваний.
3. Оздоровительная аэробика и занятия БОДИ-флекс	1 раз в две недели	Инструктор ФИЗО	Снижение утомляемости.
4. Проведение зимнего спортивного праздника с участием сотрудников (соревнования на лыжах).	январь ежегодно	Инструктор по плаванию, музыкальные руководители	Повышение позитивного настроения, повышение эффективности в работе.
5. Организация и проведение Дня здоровья для семей сотрудников на базе отдыха «Кедровая»	1 раз в год	администрация, профком	Повышение положительного эмоционального климата в коллективе, привлечение большего числа сотрудников.

6. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, плаванию, шахматам и другим видам спорта.	май каждого года.	Инструктор по ФИЗО, плаванию	Выработка привычки в здоровом образе жизни среди сотрудников.
7. Совместный спортивный праздник с родителями воспитанников, посвященный Дню защитников Отечества.	Февраль, ежегодно	Инструктор по ФИЗО, совет по здоровью	
7. Отдых на базе отдыха «Голубое озеро»	1 раза в год	Инициативная группа, профкомитет	Создание положительного эмоционального климата в коллективе.
8. Неделя физической активности конкурс «Веселые старты».	Ежегодно 1 раз в квартал	Инструктор по ФИЗО, плаванию	Снижение утомляемости
9. Участие в спартакиадах, смотрах-конкурсах города.	По плану города	Инструктор по ФИЗО, участники	Увеличение числа победителей в конкурсах на 5%.
Культурно-оздоровительные мероприятия			
1. Ярмарка «Дары осени».	Ежегодно	Совет по здоровью педагоги ДООУ	Увеличение количества сотрудников, принимавших участие на 4%.
2. Акция «Сигарете – нет!»	1 раз в год	Совет по здоровью, профкомитет	Повышение культуры здорового образа жизни.
3. Акция «Кока-колу мы не пьем, мы здоровье бережем. А у нас все любят квас!»	1 раз в год	Совет по здоровью	На 3% увеличить количество сотрудников, нацеленных на полезное питание.
4. Конкурс здоровых рецептов «Здоровые блюда»	Март-ежегодно	Инициативная группа, пищеблок, профкомитет	Увеличение количества сотрудников, нацеленных на полезное питание на 3% ежегодно
5. Реализация мероприятий по популяризации здорового питания среди сотрудников.	март	Пищеблок, инициативная группа	
6. Конкурс рецептов «Радуга вкуса»	Декабрь-ежегодно	Совет по здоровью, профкомитет	
7. Тематические дни здорового питания: «Ода кабачкам!», «Королева овощей – тыква!», «Виват, салат! Виват!», «Ягодный и фруктовый рай!», «В багряных тонах!»	1 раз в два месяца	Совет ДООУ по здоровью, повара.	

8. Акция «Здоровый вес»	ежегодно	Медработник, совет по здоровью	Предупреждение развития сердечно-сосудистых заболеваний, снижение артериального давления.
Управление процессом оздоровления в дошкольном учреждении			
Создание условий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья сотрудников	постоянно	Администрация, профкомитет	Приобретение тренажеров в спортивный зал; физиотерапевтических аппаратов.
2. Создание совета по здоровью, инициативных групп	сентябрь, 2014г	Администрация, зам по ВМР, профкомитет	Разработка корпоративной оздоровительной программы «Здорово быть здоровым!».
Создание клуба «Здоровая семья».	Сентябрь 2014г.	Совет по здоровью, профкомитет	Формирование навыков здорового образа жизни. Увеличение количества сотрудников в клубе ежегодно на 4%.
Проведение совместных акций педагогов и родителей по профилактике вредных привычек.	К Всемирному дню «Без табачного дыма»- 31 мая- ежегодно	Совет ДОУ по здоровью, члены профкомитета	Привлечение большего количества сотрудников по формированию навыков здорового образа жизни.
4. Сохранение здоровья педагогов в условиях модернизации образовательного процесса	постоянно	Каждый участник	Снижение количества больничных листов нетрудоспособности на 2%.
1. Организация учебно-воспитательной работы дошкольного учреждения по формированию здорового образа жизни.	Весь период	Инструктор по ФИЗО, психолог, музыкальные руководители	Повышение валеологической культуры.
5. Анкетирование среди педагогов по определению уровня валеологических знаний.	май, 2014г	Психолог, зам по ВМР	Выявление уровня осведомленности о здоровом образе жизни.
6. Обновление функциональных обязанностей представителей администрации и членов коллектива с учетом результатов анкетирования.	Май, ежегодно	Администрация, профсоюзный комитет, члены коллектива	Привлечение к участию в общественной жизни коллектива новых участников коллектива.
Информационное обеспечение деятельности (просветительская работа)			
1. Подготовка информационно-просветительских, методических материалов по вопросам сохранения и укрепления здоровья.	ежеквартально	Совет по здоровью, члены коллектива	Получение реальной картины по данному вопросу.

2. Выпуск и распространение буклетов по формированию навыков здорового образа жизни.	Ежеквартально – каждый год	Администрация, профсоюзный комитет, члены коллектива	Повышение потребности в сохранении и укреплении здоровья.
3. Проведение обучающих семинаров, мастер-классов, для сотрудников.	ежегодно	Медицинский персонал, поликлиника №2	Повышение знаний по данному вопросу.
Организация выставок по пропаганде здорового образа жизни.	1 раз в квартал	Совет по здоровью, профкомитет	Повышение культуры здорового образа жизни.
4. Создание информационного банка методических разработок и программ по здоровьесбережению.	Весь период	Совет по здоровью	Заинтересованность в укреплении и сохранении здоровья.
5. Обновление «Страницы здоровья» на сайте образовательного учреждения	Апрель, каждого года	Зам по ВМР, профкомитет	Гласность работы по пропаганде ЗОЖ в ДООУ
6. Встречи за круглым столом с обсуждением тем по здоровьесбережению.	1 раз в год	Совет по здоровью	Выработка новых шагов к здоровому жизни.
7. Встреча с медицинскими работниками «Предупреждение и профилактика профзаболеваний» «Профилактика простудных заболеваний», «Закаливание»	ежеквартально	Профсоюзный комитет, члены коллектива	Повышение знаний о культуре здорового образа жизни.
Контроль выполнения плана			
1. Контроль за соблюдением режима труда и отдыха, созданием надлежащих гигиенических условий труда. Соблюдение требований СанПиНа.	постоянно	Администрация, инженер по охране труда	Создание благоприятных условий труда.
2. Внесение изменений в план «Здоровье педагога» в соответствии с результатами контроля	ежегодно	Разработчики программы	Корректировка плана

Карта мониторинга

оценки готовности _____ (ф.и.о., воспитателя)

к осуществлению работы по формированию у детей
основ культуры здорового и безопасного образа жизни
и собственной ориентации на ЗОЖ

п/п	Перечень профессиональных знаний и умений для реализации программы	баллы		
		начало года	Середина года	Конец года
1.	Знает содержание работы по формированию у детей представлений о здоровом и безопасном образе жизни в своей возрастной группе: выделяет темы; ориентируется в их содержании, может выделить задачи, их конкретизировать.			
2.	Знает возрастные особенности усвоения знаний детьми.			
3.	Умеет грамотно составить план работы (перспективный и календарный) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.			
4.	Владеет разнообразными средствами и методами по формированию у детей представлений о здоровом и безопасном образе жизни			
5.	Знает стихи, литературные источники, пословицы и поговорки о здоровом и безопасном образе жизни.			
6.	Умеет эмоционально и содержательно рассказать о правилах и средствах ЗиБОЖ.			
7.	Умеет организовать и провести НОД и другие формы работы по формированию у детей представлений о здоровом и безопасном образе жизни.			
8.	Может организовать предметно-развивающую среду, способствующую проявлению интереса к сведениям о здоровом и безопасном образе жизни.			
9	Использует разнообразные формы совместной деятельности с детьми для их познавательного развития.			
10	Взаимодействует с родителями по вопросам формирования у детей представлений о здоровом образе и безопасном жизни детей.			
11	Принимает участие в методической работе ДОУ по проблемам формирования у детей основ культуры ЗиБОЖ			
12.	Собственная мотивация и направленность на ЗОЖ			
13.	Уровень физической активности педагога			
14.	Соответствие массы тела норме			
15.	Соответствие показателей артериального давления норме			
16.	Отсутствие стрессов дома и на работе			
17.	Ориентация на здоровое питание			
18.	Отсутствие больничных листов			
	Итого баллов			

2 балла – полное соответствие показателям; 1 балл – частичное соответствие; 0 баллов – отсутствие проявлений показателя или незначительное проявление.