

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребёнка – детский сад № 47  
«Дельфин» городского округа Мытищи Московской области

«ПРИНЯТА»  
на Педагогическом совете  
протокол № 1 от «31» 08 2021г.

«ПРИНЯТА»  
на Педагогическом совете  
протокол № 1 от «31» 08 2021г.

«ПРИНЯТО»  
заведующий МАДОУ № 47  
Л.В. Гловели/  
Приказ № 07/21 от «31» 08 2021г.



**ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ» МАДОУ № 47 «ДЕЛЬФИН»  
на период 2021 – 2025 гг.**

## Содержание

<b>1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	3
1.1. Актуальность	3-4
1.2. Цель и задачи Программы	4
1.3. Основные принципы реализации Программы	4-5
1.4. Этапы реализации Программы	5
1.5. Ожидаемые результаты реализации Программы	5-6
<b>2. АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОО</b>	6-7
<b>3. СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОО</b>	7
3.1. Организация физкультурно-оздоровительной работы	7-8
3.2. План мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников	9-13
3.3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровьесбережения	13-15
3.4. Взаимодействие с семьями воспитанников	15
<b>4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	17
4.1. Программно-методическое обеспечение	17-18
4.2. Материально-технические условия	19
<b>5. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	20
Приложение 1. Организация двигательного режима	21
Приложение 2. «Паспорт здоровья» ребёнка, посещающего ДОО	22

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1. Актуальность

Здоровье – одно из основных условий, определяющих возможность полноценного физического и психического развития ребёнка. Оно социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей, наследственность, условия жизни и воспитания ребёнка в семье. Значимыми факторами являются система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи.

Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития государства. Первоосновой здоровьесберегающей деятельности выступает нормативно-правовая база, которая включает в себя следующие законодательные документы:

- Конвенция о правах ребёнка;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273;
- Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ» от 30.03.1999 № 52;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 01.01.2021 г.

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, ведущим фактором благоприятного развития является забота о здоровье, создании комфортных условий жизни, соответствующих гигиеническим и медико-педагогическим рекомендациям, в том числе и формированию основ культуры здоровья. В дошкольный период жизни закладываются фундамент здоровья ребенка, поэтому формировать у детей потребность в здоровом образе жизни необходимо уже в этот возрастной период. Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс, имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

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

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка предусматривает создание следующих оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольной образовательной организации (далее – ДОО):

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОО;

- организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОО.

## 1.2. Цель и задачи Программы

*Цель:* сохранение и укрепление здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к здоровому образу жизни.

*Задачи:*

- изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОО;
- определить оптимальные медико-психолого-педагогические условия пребывания ребенка в ДОО;
- разработать концептуальную модель программы.;
- внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу;
- отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОО.

## 1.3. Основные принципы реализации Программы

*Принцип научности* – использование научно – обоснованных и апробированных программ технологий и методик.

*Принцип доступности* – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными и индивидуально-личностными особенностями детей.

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

*Принцип систематичности* – реализация профилактических и оздоровительных мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.

*Принцип комплексности и интегративности* – решение оздоровительных задач в системе образовательного процесса и всех видов деятельности в соответствии с ФГОС ДО.

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

*Принцип оптимальности* – разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки.

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

#### **1.4. Этапы реализации Программы**

Работа по реализации программы Здоровье рассчитана на три года 2022-2025 гг., и планируется в четыре этапа.

*1-й этап – аналитический (март-май 2022 г.):*

- ✓ анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за 2020-2022 гг.,
- ✓ анализ материально-технической базы и кадрового обеспечения,
- ✓ выявление острых проблем в работе детского сада,
- ✓ выдвижение гипотез, определение целей, задач работы.

*2-й этап - разработка программы (июнь 2022 г.):*

- ✓ изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ
- ✓ изучение современных оздоровительных технологий

*3-й этап - внедрение и реализация Программы (2022-2025 гг.):*

- ✓ отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей,
- ✓ развитие педагогического потенциала и профессиональных компетенций сотрудников,
- ✓ взаимодействие с семьями воспитанников по вопросу укрепления здоровья детей.

*4-й этап – итогово-диагностический (апрель-май 2025 г.):*

- ✓ проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям Программы.

#### **1.5. Ожидаемые результаты реализации Программы**

1. Создана Программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.
2. Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.

3. Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.
4. Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в оздоровлении детей.
5. Стимулирование внимания дошкольников и их родителей к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи.

## 2. АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОО

Важнейшей характеристикой качества дошкольного образования является состояние здоровья воспитанников дошкольного учреждения. Для наиболее эффективной организации оздоровительных и профилактических мероприятий в качестве одного из основных приёмов работы персонала используется мониторинг состояния здоровья воспитанников, что является важным для своевременного выявления отклонений в их здоровье.

Изучение состояния здоровья детей в МАДОУ № 47 «Дельфин» осуществляется инструктором по физической культуре и медицинскими работниками, которые определяют уровень физического развития на основе антропометрических данных и группу физического здоровья на основе анамнеза и обследования детей декретированного возраста врачами-специалистами, отслеживают заболеваемость детей, виды заболевания.

Таблица 1.

Статистика случаев заболевания

Диагнозы	Количество случаев		
	2019-2020	2020-2021	2021-2022
Всего детей (человек)	374	434	424
Грипп, ОРВИ (человек)	336	398	382
Ангина (человек)	6	4	4
Пневмония (человек)	2	3	3
Желудочно-кишечные заболевания (человек)	7	8	8
Ветряная оспа	23 случая	21 случай	20 случаев (5,7%)
COVID – 19	0	0	7 случаев (2%)

Таблица 2.

## Распределение детей по группам здоровья

Группы здоровья	2019-2020	2020-2021	2021-2022
Всего детей (человек)	374	434	424
I группа здоровья (человек)	146	149	151
II группа здоровья (человек)	214	260	245
III группа здоровья (человек)	9	11	11
IV группа здоровья (человек)	5	14	17

\* С 1 сентября 2020 г. прошла реорганизация МАДОУ № 47 «Дельфин» в форме присоединения к нему МБДОУ № 2 «Родничок» компенсирующего вида. В связи с этим численность детей III и IV групп здоровья увеличилась.

### 3. СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОО

#### 3.1. ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление деятельности МАДОУ № 47 «Дельфин».

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

Для создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию каждого ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника определены следующие особенности организации деятельности ДОО:

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

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

2. *Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе* (динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, закаливающие процедуры, гимнастика пробуждения, ежедневные прогулки и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

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

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

5. *Единство воздействия со стороны всех сотрудников ДОО для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.*

В МАДОУ №47 «Дельфин» создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

*Оздоровительный процесс включает в себя:*

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (витаминотерапия, фитонцидотерапия и др.);
- двадцатидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
  - рациональный режим;
  - двигательная активность во время образовательного цикла (пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры);
  - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна и др.);
  - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
  - использование здоровьесберегающих технологий и методик (дыхательные гимнастики, и др.);
  - режимы проветривания и кварцевания.

### 3.2. План мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников ДОО

№	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственный
<b>1. Педагогическая диагностика (мониторинг)</b>				
1	Определение уровня физического развития Определение уровня физической подготовленности детей. Распределение детей по группам здоровья. Составление документации (паспорт здоровья на часто болеющих детей, находящихся на «Д» учете)	все возрастные группы	2 раза в год (сентябрь, май)	медсестра, инструктор по физической культуре
2	Диспансеризация	средняя, старшая, подготовительная	1 раз в год	специалисты детской поликлиники, медсестра, врач
3	Выявление заболевших детей, своевременная их изоляция.	все возрастные группы	в течение года	медсестра
<b>2. Двигательная активность</b>				
1	Утренняя гимнастика	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2	Организованная образовательная деятельность в зале/воздухе	все возрастные группы	2 раза в неделю/1 раз в неделю	инструктор по физической культуре
3	Подвижные игры	все возрастные группы	2 раза в день	воспитатели всех возрастных групп
4	Гимнастика после дневного сна	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп
5	Спортивные упражнения	все возрастные группы	2 раза в неделю	воспитатели всех возрастных групп

6	Спортивные игры	все возрастные группы	2 раза в неделю	воспитатели всех возрастных групп
7	Физкультурные досуги	все возрастные группы	1 раз в неделю	музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели всех возрастных групп
8	Физкультурные праздники	старшая, подготовительная	2 раза в год	музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели всех возрастных групп
9	День здоровья	все возрастные группы	1 раз в месяц	музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели всех возрастных групп
10	Каникулы	все возрастные группы	2 раза в год	все педагоги
<b>3. Профилактические мероприятия</b>				
1	Витаминотерапия	все возрастные группы	2 раза в год	медсестра
2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режим проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	все возрастные группы	В неблагоприятные периоды возникновения инфекции (осень, весна)	медсестра, врач
<b>4. Нетрадиционные формы оздоровления</b>				

1	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	все возрастные группы	В неблагоприятные периоды возникновения инфекции (осень, весна)	медсестра, младшие воспитатели
<b>5. Закаливание</b>				
1	Контрастные воздушные ванны	все возрастные группы	после дневного сна, на физкультурных занятиях	воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2	Ходьба босиком	все возрастные группы	после дневного сна, на физкультурных занятиях	воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
3	Облегченная одежда детей	все возрастные группы	в течение дня	воспитатели всех возрастных групп, младшие воспитатели
4	Мытьё рук, лица, шеи прохладной водой	все возрастные группы	после дневного сна	воспитатели всех возрастных групп, младшие воспитатели
<b>6. Организация питания</b>				
1	Организация второго завтрака (соки, фрукты)	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп, младшие воспитатели
2	Сбалансированность и разнообразие рациона	все возрастные группы	ежедневно	медсестра, повар
3	Соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд	все возрастные группы	ежедневно	медсестра, повар
4	Витаминизация 3-го блюда	все возрастные группы	ежедневно	медсестра, повар

5	Обеспечение санитарно - гигиенической безопасности питания, соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов	все возрастные группы	ежедневно	медсестра, повар, зам. зав. по АХР
6	Организация питьевого режима	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп, младшие воспитатели
<b>7. Организация гигиенического режима</b>				
1	Режим проветривания помещений, режим кварцевания, обеспечение температурного режима и чистоты воздуха, обеспечение чистоты среды	все возрастные группы	ежедневно	младшие воспитатели
2	Смена и маркировка постельного белья	все возрастные группы	постоянно по графику	младшие воспитатели
<b>8. Организация здоровьесберегающей среды</b>				
1	Качество проведения утреннего приема, своевременная изоляция больного ребенка	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп, медсестра
2	Организация и проведение прогулок; выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей; соблюдение правил пожарной безопасности	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп,
3	Подбор мебели с учетом антропометрических данных	все возрастные группы	по необходимости	воспитатели всех возрастных групп, зам. зав. по АХР
4	Создание двигательного режима для каждой возрастной группы (см. Приложение 1)	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
<b>9. Здоровьесберегающая образовательная деятельность</b>				
1	Физическое развитие детей, осуществляемое в рамках программы	все возрастные группы	согласно сетке занятий	воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре

2	Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни	все возрастные группы	по плану	воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
3	Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели всех возрастных групп
<b>10. Контроль</b>				
1	Тематический контроль «Использование здоровьесберегающих технологий в ООД»	все возрастные группы	в течение учебного года	зам. зав. по ВР
2	Организация контроля за: условиями хранения продуктов и температурным режимом холодильников и складских помещений; выполнением всех технологических требований приготовления пищи; качеством приготовления пищи; соблюдением правил обработки сырья и варёных продуктов; доброкачественностью и сроками хранения готовой пищи; правильностью обработки яиц; за отбором и хранением суточных проб; за проведением витаминизации пищи; за организацией обработки посуды.		ежедневно	заведующий, медсестра

### **3.3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровьесбережения**

Работа с педагогическим коллективом – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению физического и психологического здоровья детей.

*Цель:* создание системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого ребёнка.

*Задачи:*

- внедрение новых технологий по развитию психического и физического здоровья воспитанников;
- внедрение современных методов мониторинга здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни;
- обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий;

- максимальное обеспечение двигательной активности в детском саду, использование физкультминуток, релаксации, элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.

### План работы с кадрами

№	Мероприятия	Тема	Ответственный
1	Педсоветы	Внедрение здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОО Совершенствование условий для здорового образа жизни воспитанников в системе воспитательно-образовательного процесса в ДОО через здоровьесберегающие технологии.	Заведующий, зам. зав. по ВМП
2	Педагогические часы	Выполнение санитарно – гигиенического режима. Охрана здоровья воспитанников. Анализ питания, заболеваемости. Санитарно – эпидемиологическая работа в ДОО Анализ адаптации вновь поступающих детей. Оздоровительная работа в ДОО. Закаливающие процедуры.	Заведующий, зам. зав. по ВР, медсестра
3	Семинары – практикумы, мастер-классы, круглые столы, консультации	Создание здоровьесберегающей среды в ДОО для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса. Формирование навыков здорового образа жизни у дошкольников в процессе внедрения здоровьесберегающих технологий. Физическое развитие с использованием нетрадиционного спортивного оборудования. Комплексный подход к сохранению и укреплению психологического и физического здоровья детей дошкольного возраста. Формирование речевого дыхания – один из первых этапов коррекционной работы с дошкольниками. Технологии сохранения и стимулирования здоровья. Корригирующая и ортопедическая гимнастика. Создание психологического комфорта для детей в ДОО. Техники для профилактики плоскостопия и нарушений осанки. Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании. Ортобиотический подход к здоровьесбережению и здоровьесформированию дошкольников. Формы образовательной и досуговой деятельности по здоровьесбережению. Взаимодействие педагогов ДОУ с целью оптимизации физического и психологического развития дошкольников. Двигательная активность, как	Зам. зав. по ВР, воспитатели, педагог-психолог, инструктор по физической культуре

		необходимое условие сохранения здоровья и успешного развития дошкольника. Развитие двигательных качеств посредством подвижных игр.	
4	Оформление информационно – педагогических стендов, буклетов	Оформление участков зимой. Адаптация в жизни ребёнка. Развитие движений детей с ОВЗ во время утренней гимнастики Психологические минутки в работе с детьми. Сохранение психологического здоровья - основная задача работы психолога детского сада. Что такое песочная терапия?	Зам. зав. по ВР, воспитатели, педагог-психолог, инструктор по физической культуре
5	Методические копилки	«Картотека игр по здоровьесбережению в младшей и средней группах», «Картотека игр по здоровьесбережению в старшей и подготовительной группах», «Картотека упражнений дыхательной гимнастики», «Утренняя гимнастика», «Картотека упражнений с использованием нетрадиционного спортивного оборудования».	Зам. зав. по ВР, воспитатели, педагог-психолог, инструктор по физической культуре
6	Повышение профессионального мастерства	Курсы повышения квалификации	Медсестра, педагоги ДОО

### 3.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей. Только сотрудничество всех взрослых, объединенных общей заботой о здоровье ребенка, развитие его физической подготовленности и сформированности мотивации к здоровому образу жизни, может обеспечить разумный выбор подходов к индивидуальному развитию каждого ребенка.

*Цель взаимодействия* – установление партнерских отношений участников педагогического процесса, приобщение родителей к жизни ДОО.

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

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателю, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работой в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с контрольным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

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

Для привлечения родителей к жизнедеятельности детей в ДОО, в практику внедряется комплекс мероприятий, где родитель является полноценным участником.

#### **Направления взаимодействия с семьями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей**

Направление	Формы работы	Ответственный
Просветительское	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядно – агитационные формы (информационные стенды, буклеты, папки – передвижки)</li> <li>- Анкетирование, опросы («Я и мое здоровье» и др.)</li> <li>- Создание банка данных по семьям воспитанников для определения социального статуса и микроклимата семьи)</li> <li>- Беседы и индивидуальные консультации</li> <li>- Родительские собрания</li> <li>- Семинары</li> <li>- Круглый стол</li> </ul>	Медсестра, инструктор по физической культуре, воспитатели
Культурно-досуговое	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Совместное творчество взрослого и ребенка (смотр-конкурс «Сочиняем вместе сказку», «Увлечения нашей семьи», «Моя родословная»)</li> <li>- Выставка работ, выполненных родителями совместно с ребенком («Наша спортивная семья»)</li> <li>- Дни открытых дверей</li> <li>- Организация вечеров вопросов и ответов</li> </ul>	инструктор по физической культуре, воспитатели,
Психофизическое	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Физкультурные и спортивные досуги, развлечения с участием родителей (законных представителей)</li> <li>- Районные соревнования</li> <li>- Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с детьми</li> <li>- Открытые занятия педагога – психолога с детьми</li> <li>- Семинары – практикумы.</li> </ul>	инструктор по физической культуре, воспитатели,

#### **4. ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ и МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

##### **4.1. Программно-методическое обеспечение**

Физическое развитие детей в ДОО во всех возрастных группах осуществляется на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

### Программно – методическое обеспечение образовательной области «Физическое Развитие»

Автор	Наименование программы	Издательство	Год издания
Пензулаева Л. И.	Оздоровительная гимнастика (комплексы упражнений для детей от 2-7 лет)	М.: Мозаика-Синтез	2016
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. (3-4 л.). Вторая младшая группа. Конспекты занятий	М.: Мозаика-Синтез	2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду (4-5 лет). Средняя группа. Конспекты занятий	М.: Мозаика-Синтез	2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. (5-6 л.). Старшая группа. Конспекты занятий	М.: Мозаика-Синтез	2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. (6-7 л.). Подготовительная группа. Конспекты занятий	М.: Мозаика-Синтез	2014
Степаненкова Э.Я.	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет.	М.: Мозаика-Синтез	2014
Бережнова О.В., Бойко В.В.	Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «МАЛЫШИ-КРЕПЫШИ»	Издательский дом «Цветной мир»	2017

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и целостного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации),
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями),
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### Формы работы по образовательной области «Физическое развитие»

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Совместная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей

интегрированная детская деятельность игра упражнения	утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна игра, упражнения беседа Спортивные и физкультурные досуги	игра упражнения	совместные спортивные и физкультурные досуги консультативные встречи
--	---	--------------------	---

### Способы работы по образовательной области «Физическое развитие»

*Фронтальный способ.* Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

*Поточный способ.* Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

*Групповой способ.* Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

*Индивидуальный способ.* Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

## 4.2. Материально-технические условия

*Медицинский блок,* предназначенный для проведения лечебно-оздоровительной и профилактической работы с детьми, включает в себя следующие помещения изолятор и процедурный кабинет.

В МАДОУ № 47 «Дельфин» имеется следующее медицинское оборудование: бактерицидные лампы в группах.

Медицинское обслуживание воспитанников осуществляет ГБУЗ «Мытищинская городская клиническая больница» (на основании ежегодного соглашения о сотрудничестве).

Для организации и проведения физкультурных занятий в ДОО функционирует *физкультурный зал,* оснащенный необходимым спортивным оборудованием (шведская стенка, гимнастические скамейки, мячи, обручи, кегли и др.) для организации двигательной активности детей в течение дня, подвижных игр, индивидуальной работы с воспитанниками.

В ДОО имеется *бассейн.* В бассейне имеется оборудование для занятий плаванием и необходимые помещения (душ, раздевалка).

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

перемещаться. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ. В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаляющих процедур.

*Прогулочные участки* оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей. В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры. Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

## **5. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

*Цель:* выявить и определить эффективность реализации Программы на заявленный период.

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

Составление индивидуального паспорта здоровья позволит увидеть полную картину физического развития каждого ребенка (см. Приложение 2).

Физическое развитие и освоение ребёнком образовательной области «Физическое развитие» диагностируется мониторингом в рамках основной образовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Эффективность воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, а также использование здоровьесберегающих технологий определяется системой фронтального, оперативного и тематического контроля, проводимого согласно годовому плану МАДОУ №47 «Дельфин».

## ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные группы
Организованная деятельность	6 часов в неделю	8 часов в неделю	10 и более часов в неделю	10 и более часов в неделю
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8- 10 минут	10- 12 минут
Упражнения после дневного сна	5- 10 минут	5- 10 минут	5- 10 минут	5- 10 минут
Подвижные игры	не менее 2-4 раз в день			
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15-20 минут
Спортивные игры	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю			
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
	Велосипед 5 минут	8-12 минут	8-15 минут	8-15 минут
Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
	5-10 мин	10-12 мин	10-15 минут	10-15 минут
Спортивные развлечения	1-2 раза в месяц			
	15 минут	20 минут	30 минут	30- 40 минут
Спортивные праздники	2- 4 раза в год			
	15 минут	20 минут	30 минут	40 минут
День здоровья	Не реже 1 раза в квартал			
	1 день в месяц		1 раз в месяц	
Неделя здоровья	Не реже 1 раза в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

**«Паспорт здоровья» ребёнка, посещающего ДОО**

Фамилия \_\_\_\_\_ Имя \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_ Домашний адрес \_\_\_\_\_

Посещает МАДОУ № 47 с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Критерии	Дата		Заключение врача
	НГ	КГ	
Рост			
Масса тела			
Осмотр: педиатр			
ортопед-хирург			
офтальмолог			
ревматолог			
невропатолог			
стоматолог			
логопед			
АД			
Оценка физического развития. Диагноз.			
Заключение о состоянии здоровья (гр. здоровья)			
Рекомендации:			
Инструктора по ФИЗО Педагога - психолога			