

СОГЛАСОВАНО:
Директор
МБДОУ – детского сада «Детство»
Иванова Н.В.
от «30» августа 2018г.



УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий филиалом МБДОУ-
детского сада «Детство»
детским садом №522
А.Б. Балеевских
Приказ № 31
от «30» августа 2018г.

ПРОГРАММА

Физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста

«ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи программы.....	6
1.3. Принципы и подходы к формированию программы.....	7
1.4. Анализ уровня развития детей.....	8
1.5. Планируемые результаты освоения Программы.....	12
1.6. Целевые ориентиры образования	13

II. Содержательный раздел

2.1. Основные направления Программы «Здоровый Ребенок».....	16
2.1.1. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.....	16
2.1.2. Модель двигательного режима детей.....	19
2.1.3. Организация двигательного режима.....	21
2.1.4. План профилактических мероприятия.....	22
2.1.5. Перспективный комплексный план.....	23
физкультурно-оздоровительных мероприятий	
2.2.1 Кадровое обеспечение в МБДОУ – детского сада «Детства» детского сада №3.....	25
2.2.2. График работы медсестры	25
2.3. Работа с педагогами.....	26
2.4. Работа с родителями.....	26

III. Организационный раздел

3.1. Условия реализации Программы «Здоровый Ребенок».....	28
3.2. Материально- техническое обеспечение.....	28
3.3. Методическая литература.....	30
Приложение №1	31
Приложение №2	32
Приложение №3.....	34

Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важнейший период в развитии ребенка. Именно в этот период закладываются фундамент здоровья и долголетия, выносливости и сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды. Актуальность проблемы укрепления и сохранения здоровья дошкольников обусловлена еще и тем, что этот период постепенной подготовки ребенка к систематическому обучению в школе. От состояния здоровья, достигнутого уровня физического и психического развития, во многом зависит успешность обучения, работоспособность и адаптация ребенка к школьным нагрузкам.

Дошкольная образовательная организация призвана создать основу для дальнейшего развития ребёнка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития. Решающими критериями качества дошкольного образования являются его здоровьезберегающая и здоровье укрепляющая ориентация.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста. Социально-экономические изменения в стране, сопровождающиеся сокращением производства и снижением заработной платы, что приводит к снижению материального и морального благополучия большинства российских семей, отсутствие собственной жилой площади; рост социальных болезней: туберкулез, алкоголизм, наркомания ведет к инвалидизации взрослого населения и появлению нездорового потомства, в особенно тяжелом положении оказываются слабо защищенные семьи (молодые, многодетные и неполные). Явления этих факторов проявляются в разрушении воспитательных функций семьи, в отчуждении родителей от детей, в неподготовленности молодых людей к семейной жизни, неспособности наладить взаимоотношения с родственниками, совмещение домашних

обязанностей с профессиональной деятельностью. Ухудшение экологической обстановки, высокий уровень заболеваемости родителей (особенно матерей), психолого-педагогических и медицинских проблем, способствует увеличению числа детей с ограниченными возможностями здоровья, делая эту проблему особенно актуальной.

К современным тенденциям в области состояния здоровья детей дошкольного возраста относится следующее:

- ✓ феномен децелерации, то есть снижение темпов физического развития;
- ✓ феномен профологического синдрома, при котором отмечается дисгармоничность и диспропорциональность;
- ✓ феминизация, при которой стираются гендерные различия;
- ✓ психосоматическая астенизация.

Эти дети на этапе поступления в школу характеризуются низким уровнем школьной зрелости, испытывают трудности в учении и освоении социальной роли ученика, имеют повышенный риск школьной дезадаптации.

В современных условиях модернизации образования, на дошкольное образовательное учреждение возлагаются очень ответственные социальные задачи – обучать, воспитывать и готовить к жизни то поколение людей, труд и талант, инициатива и творчество которых будут определять социально-экономический, научно-технический и нравственный прогресс российского общества в новом столетии.

Проблема здоровья воспитанников становится приоритетным направлением развития образовательной системы современного дошкольного учреждения, стратегическая цель которого - воспитание и развитие свободной жизнелюбивой личности, обогащенной научными знаниями о природе и человеке, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению. Ведущими задачами ДООУ в настоящее время являются: охрана и укрепление здоровья детей, развитие интеллектуальных и творческих способностей, формирование нравственных чувств.

В свою очередь, здоровьесберегающая среда обеспечивается наличием условий сохранения и укрепления здоровья дошкольников, с одной стороны, и целенаправленным формированием культуры здоровья всех участников образовательного процесса - с другой. Центральное место в культуре здоровья занимают ценностно-мотивационные установки, а также знания, умения, навыки сохранения и укрепления здоровья, организации ЗОЖ.

В условиях устойчивой тенденции к ухудшению здоровья детей на всех ступенях образования, наиболее актуальным является укрепление физического здоровья детей с самой первой образовательной ступени – детского сада.

Программа «Здоровый ребенок» разработана с учетом:

- Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (29.12.2012 г.) (с изменениями);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26)) (с изменениями);
- Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1014 от 30.08.2013 г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17.10.2013 г.);
- Уставом Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад – «Детство», утвержденный распоряжением Управления образования г. Екатеринбурга №1153/46/36 от 20.05.2016г. (с изменениями №387/46/36 от 09.02 2017г.).

1.2. Цели и задачи программы

Цель: создание условий для охраны здоровья детей дошкольного возраста посредством наблюдения за состоянием здоровья воспитанников, а также проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий. Сохранение и укрепление здоровья в совместной деятельности педагогических работников и семьи; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

1. Обеспечить условия для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их возрастными особенностями.
2. Внедрять здоровьесберегающие технологии в воспитательно-образовательный процесс ДОО.
3. Создавать оздоровительный микроклимат, соответствующую предметную среду и соответствующую двигательную активность ребёнка.
4. Организовать консультативную помощь родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей.
5. Воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

Объекты программы

1. Дети дошкольного образовательного учреждения.
2. Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
3. Педагогический коллектив образовательного учреждения.

Направления работы:

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОО.
2. Решение оздоровительных задач посредством двигательной деятельности.
3. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, критериев здоровья методами диагностики.
4. Обеспечение благоприятного течения адаптации.

5. Изучение передового педагогического и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.

6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

7. Профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Деятельность педагогического коллектива базируется на концептуальных идеях и принципах:

- ❖ **Принцип развития** предполагает ориентацию содержания образования на стимулирование и поддержку эмоционального, духовно-нравственного и интеллектуального развития и саморазвития ребенка, на создание условий для проявления самостоятельности, инициативы, творческих способностей ребенка в различных видах деятельности, а не только на накопление знаний и формирование навыков решения простых задач.
- ❖ **Принцип целостности** образа мира требует отбора такого содержания образования, которое поможет ребенку удерживать и воссоздавать целостность картины мира, обеспечит осознание им разнообразных связей между его объектами и явлениями, и в тоже время – сформированность умения увидеть с разных сторон один и тот же предмет.
- ❖ **Принцип вариативности** содержания образования предполагает возможность сосуществования различных подходов к отбору содержания и технологии обучения, обеспечивает дифференциацию образования, то есть возможность индивидуального развития каждого ребенка.
- ❖ **Принцип развивающего обучения**, целью которого является развитие ребенка.

- ❖ **Принцип научной обоснованности** и практической применимости соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и при этом имеет возможность реализации в массовой практике дошкольного образования.
- ❖ **Принцип творческой направленности.** В результате этого принципа ребенок самостоятельно создает новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и наличие мотива, побуждающего к творческой деятельности.

1.4. Анализ уровня развития детей

Анализ здоровья и физического развития воспитанников ДОО

Важнейшей характеристикой качества дошкольного образования является состояние здоровья воспитанников дошкольной организации. 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 осуществляется воспитателем 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.

Данные проведенного анализа свидетельствуют о том, что в дошкольную организацию приходят дети в основном со II группой здоровья. Результаты исследований исходного состояния здоровья и уровня заболеваемости детей показали устойчивую тенденцию ухудшения исходного качества здоровья вновь поступающих детей, значительное сокращение детей с I группой здоровья, расширение спектра основной и сопутствующей патологии.

Состояние здоровья детей по группам здоровья за период с 2016 по 2018 г.

Группа здоровья	Количество детей		
	2016	2017	2018
1 группа	15	18	17
2 группа	79	58	56
3 группа	35	70	76
4 группа	1	1	1

Сведения о заболеваемости детей дошкольного возраста за 2016-2018г.

Заболеваемость	2016	2017	2018
Количество детей/ всего случаев	134	144	150
	190	197	163
Кишечные	3	7	5
Ветряная оспа	24	20	2
Болезни уха	1	3	3
Болезни глаз	3	3	2
Болезни органов пищеварения	1	3	3
Болезни органов дыхания:	154	157	144
ОРИ, ОРВИ	152	148	142
пневмония	2	6	2
Прочие заболевания	3	2	2

Рисунок 1. Уровень заболеваемости детей с плоско-вальгусной стопой за период 2016-2018г.

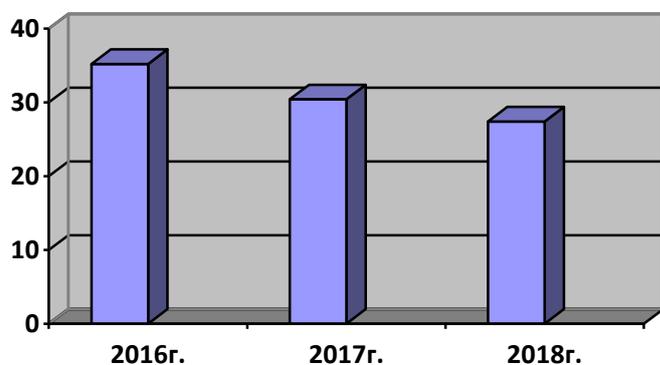


Рисунок 2. Уровень заболеваемости с нарушением осанки за 2016-2018г.

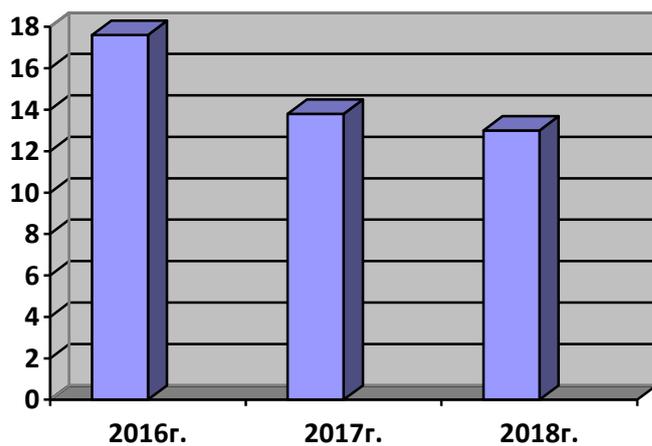


Рисунок 3. Уровень заболеваемости частоболеющих детей за 2016-2018г.

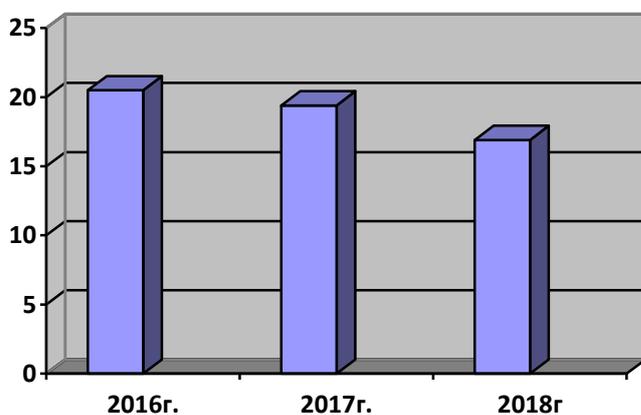
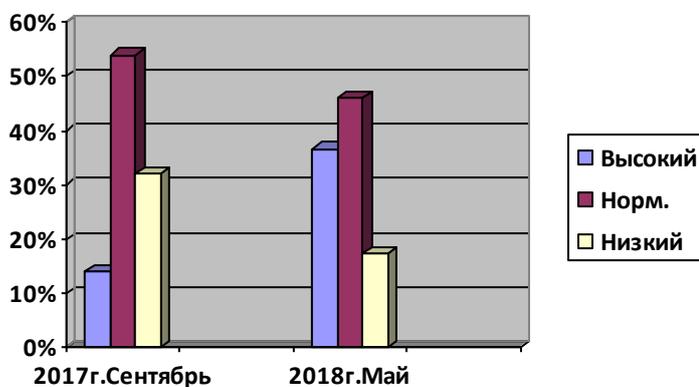


Рисунок 4. Уровень физической подготовленности за 2017-2018 учебный год.



Показатель заболеваемости ДОО за 2018г. ниже 2017г., что было обусловлено систематической физкультурно-оздоровительной работой в ДОО (оздоровительные мероприятия, НОД двигательной деятельности, , спортивные праздники и досуги, ленивые гимнастики, оздоровительный бег, профилактика плоскостопия, осанки, рациональное сбалансированное питание и т.д.).

В сложившихся условиях приоритетным направлением деятельности ДОО было определено здоровьесбережение и здоровьеобогащение детей. Основопологающим фактором, в данном случае является комплексный подход медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.

Таким образом, анализ данных результатов показывает необходимость внедрения в практику здоровьесберегающих технологий, таких как: медико-профилактических; физкультурно-оздоровительных; здоровьесберегающих образовательных технологий, а также обеспечение единства медицинского и педагогического персонала в их реализации.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

- Повышение функциональных возможностей организма детей.
- Позитивная динамика (снижение) заболеваемости.
- Уменьшение количества детей, имеющих нарушение опорно-двигательного аппарата, дыхательной системы, нервно – психическими заболеваниями.
- Внедрение здоровьесберегающих технологий во все виды деятельности.
- Повышение достаточного уровня знаний о пользе закаливания организма, профилактических мероприятиях, правилах ухода за телом.

- Проявление интереса к научно-поисковой работе у педагогов и родителей.
- Овладение выпускниками детского сада знаниями о здоровом образе жизни, осознание ответственности за своё здоровье.
- Увеличение посещаемости, в том числе в период эпидемии гриппа.
- Повышение группы здоровья.
- Повышение показателей физического и психологического здоровья.
- Динамика спортивных достижений детей.
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности дошкольников.
- Повышение приоритета здорового образа жизни.
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
- Повышение уровня самостоятельности и активности дошкольников в двигательной деятельности.
- Положительные изменения по отношению к здоровому образу жизни у всех участников образовательного процесса.
- Повышение профессиональной компетентности и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья дошкольников.
- Поддержка родителями деятельности детского сада по воспитанию здоровых детей.
- Уменьшение случаев травматизма воспитанников.

1.6 Целевые ориентиры образования в раннем возрасте и на этапе завершения

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими

предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

– использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

– владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;

– стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;

– проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;

– проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;

– у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

– ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

– ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и

взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

– ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

– ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

– у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

– ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

– ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

II. Содержательный раздел

2.1. Основные направления Программы «Здоровый Ребенок»

1. Работа с детьми.
2. Работа с педагогами.
3. Работа с родителями.

2.1.1 Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

В детском саду созданы условия для двигательной активности и оздоровления детей:

- гибкий режим;
- разнообразное оборудование в группах детского сада, в том числе выполненное самостоятельно воспитателями групп;
- наличие спортивных центров в группах;
- отработка оптимальных режимов организации жизни детей с учетом основного и дополнительного образования;
- чередование занятий с целью снижения утомляемости;
- правильный подбор и проведение подвижных игр в течении дня;
- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;
- преобладание положительных эмоций во всех видах двигательной активности и ежедневном распорядке дня;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ,
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Оздоровительные и закаливающие мероприятия:

- обеспечение здорового образа жизни (щадящий режим (во время адаптации), организация микроклимата в группе);
- физические упражнения, утренняя гимнастика, физкультурно – оздоровительные занятия, профилактическая гимнастика, спортивные, подвижные игры;
- гигиенические, водные и закаливающие процедуры (обширное умывание);

- свето – воздушные ванны;
- рациональное питание;
- пальчиковая гимнастика
- сон с доступом свежего воздуха (в летний период);
- прогулки на свежем воздухе;
- солнечные ванны (в летний период);
- игры с водой (в летний период);
- сквозное проветривание;
- рациональная одежда детей в соответствии с временем года и погодой;
- обеспечение светового и цветового сопровождение среды и учебного процесса.

Профилактические мероприятия:

Неспецифическая профилактика:

- добавление в пищу фитонцидов (лук, чеснок – осень, зима, весна);
- С – витаминизация пищи (третьего блюда - постоянно).
- Прием кислородных коктейлей.

Специфическая профилактика:

- вакцинопрофилактика.

Организация полноценного питания и рационального режима дня

Организации питания детей в ДООУ уделяется особое внимание, т.к. здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания. Основным принципом питания дошкольников является максимальное разнообразие пищевых рационов, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки.

- 20-ти дневное сбалансированное меню;
- организация второго завтрака (соки, фрукты);
- введение овощей и фруктов в обед и полдник;
- витаминизация третьего блюда;
- питьевой режим

Во время пищи в группах создана спокойная обстановка без шума, громких разговоров. Воспитатели следят за эстетикой питания, сервировкой стола, прививают детям культурно-гигиенические навыки, оценивают аппетит детей, их отношение к новым блюдам. Дети успешно осваивают начальные представления о здоровом образе жизни.

Руководством ДОО ведется контроль за повышением персональной ответственности всех сотрудников, отвечающих за организацию питания детей, за обеспечение качественного и безопасного питания. Проведение этой работы требует знаний и чёткого следования существующей нормативно-правовой базе.

Формирование представлений о здоровом образе жизни.

1. Привитие стойких культурно-гигиенических навыков.
2. Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
3. Формирование элементарных представлений об окружающей среде.
4. Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
5. Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
6. Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
7. Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояния и ощущения.

**2.1.2. Модель двигательного режима детей в МБДОУ – детского сада
«Детство» детского сада №522**

Виды двигательного режима	Особенности организации
Виды мероприятий физкультурно-оздоровительного направления	
1. Утренняя гимнастика	Ежедневно в физкультурном зале, длительность 6-8 минут.
2. Двигательная разминка во время перерыва между непрерывной образовательной деятельностью статического характера	Ежедневно в течении 5-10 минут.
3. Оздоровительный бег	Ежедневно, утром. В теплое время года
4. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания НОД 2-3 минуты.
5. Подвижные игры и физические упражнения (в том числе на прогулке)	Ежедневно с группой, подгруппами, подобранными с учетом уровней развития детей, длительность 15 - 20 минут.
6. Индивидуальная, подгрупповая работа по развитию движений	Ежедневно
7. Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Ежедневно
8. Профилактика плоскостопия и осанки	2 раза в неделю. 20-25 мин.
9. Гимнастика после дневного сна	5-6 минут
Непрерывная образовательная двигательная деятельность	
1. Двигательная деятельность	3 раза в неделю, (по 15мин, 20 мин, 25 мин, 30мин. согласно возрастной группы)
Праздники, досуги, развлечения	
1. День здоровья	2 раза в год
2. Физкультурный досуг	1 раз в месяц на воздухе или в физкультурном зале
3. Физкультурно-спортивный праздник	3 раза в год

2.1.3. Организация двигательного режима в МБДОУ – детского сада «Детство» детского сада №522

№	Мероприятия	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.	НОД двигательной деятельности	3 раз в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю
2.	НОД двигательная деятельность (организация плавания)	2 раза в неделю			
3.	Двигательные разминки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
4.	Физкультминутки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
5.	Подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
6.	Утренняя гимнастика	ежедневно, в тёплый период на улице			
7.	Занятия физическими упражнениями и игры на воздухе	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
8.	Индивидуальная работа с детьми по ОРУ, ОВД	2 раз в неделю			
9.	Профилактика плоскостопия и осанки	2 раза в неделю			
10.	Физкультурный досуг, развлечения	2 раза в месяц			

**2.1.4. План профилактических мероприятия в МБДОУ – детского сада
«Детство» детского сада №522**

№ п/п	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физ. подготовленности	Все группы	2 раза в год (в сентябре и мае)	Инструктор по ФК
2.	Уровень развития и состояния здоровья детей	Все группы	2 раза в год (в сентябре и мае)	Медсестра, воспитатель
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Инструктор по ФК
2.	НОД двигательная активность А) в зале Б) на воздухе	Все группы	3 раза в неделю 2 раза 1 раз	Инструктор по ФК
3	Музыкальная деятельность	Все группы	2 раза в неделю	Муз.рук.
4.	Подвижные игры: - сюжетны; -игры-забавы; -соревнования.	Все группы	Ежедневно	Воспитатель Муз.рук. Инструктор по фк
5.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатель
6.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по ФК
7.	Спортивные игры	Старшая и подготовительная группы	2 раза в неделю	Инструктор по ФК
8	Прогулки	Все группы	Ежедневно	Воспитатель
9.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по ФК
10.	Физкультурные праздники	Все группы	2 раза в год	Музыкальный руководитель,
11.	Самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	2 раза в год	Инструктор по ФК воспитатели групп

12	Профилактика плоскостопия и осанки	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по ФК
III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции	Воспитатели групп
IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкальное сопровождение двигательной деятельности	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, воспитатель группы
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды,	Младшие воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Ходьба босиком по массажным дорожкам	Все группы	После сна	Воспитатели,
2.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие
3.	Мытье рук, лица, прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
V. Работа детского сада и семьи				
1.	Открытый показ различных видов НОД	Для родителей		
2.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников.		
3.	Оформление информационных стендов, памяток.	Для родителей		

**2.1.5. Перспективный комплексный план
физкультурно-оздоровительных мероприятий**

№ п/п	Мероприятия по оздоровлению	Сроки	Ответственный
1	Профилактические прививки	В течении года по плану	Медсестра
2	Опросный лист для родителей об особенностях развития детей	По мере поступления воспитанников	Воспитатель
3	Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода - у вновь поступивших детей, пропусков после болезни, отпуска: - щадящий режим; - сокращение времени пребывания ребенка в детском саду в течении двух недель; - удлиненный ночной сон на 1,5-2 часа (дома); - не допущение перегрева (переохлаждения) во время прогулок, согласно сезонных погодных условий.	В течении года	Воспитатели, медсестра, родители
4	Мобилизация защитных сил организма: - аскорбиновая кислота: 0,1 – 1 раз в день, в течении двух недель, - «Чесночные домики».	В течении года, сезонно	Воспитатели, медсестра, родители
5	Сквозное проветривание помещений в целях снижения перекрестного инфицирования и бактериальной загрязненности.(в отсутствии детей)	Систематически	Воспитатели, помощники воспитателей, медсестра
6	- профилактика плоскостопия, - профилактика нарушения осанки	Систематически, по плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели
7	Сюжетно-ролевые игры: - «Больница», - «Аптека», - «Мы закаляемся», «Нам болезни не страшны» - о профилактике простудных заболеваний	В течении года	Воспитатели
8	Соблюдение режима дня в детском саду и дома.	Ежедневно	Воспитатели, родители, медсестра

9	Соблюдение санитарно-гигиенических требований	Ежедневно	Воспитатели, родители, медсестра
10	Непосредственно образовательная деятельность: - физическая культура в физкультурном зале и на улице; - спортивные праздники, развлечения и досуги	Систематически, по плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели
11	Консультации, беседы для родителей, воспитателей: - «Закаливание ребенка дома», - «Режим дня часто болеющих детей», - «Питание ребенка дома и в детском саду», - «Профилактика простудных заболеваний», - «Профилактика кишечных инфекций у детей дошкольного возраста», - «Вредные привычки родителей, их влияние здоровье детей», - «Организация зрительного режима в вечернее время и в выходные дни у детей»	В течении года	Медсестра, педагоги
14	Беседы с детьми: - «В гостях у Айболита», - «Болезни грязных рук», - «Нам не страшен грипп».	В течении года	Воспитатели медсестра,

2.2. Работа с педагогами.

2.2.1. Кадровое обеспечение в МБДОУ – детского сада «Детства»

детского сада №522

Заведующий – Балеевских Алия Бакачановна, образование высшее.

Старший воспитатель – Водовозова Е.Б., первая квалификационная категория, образование высшее.

Воспитатели	Категория	Группа
Москвина С.А	1КК	1ая мл.группа
Конькова Е.В	соотв.зан.долж.	Младшая группа №1

Иванова А.Р.	не имеет	Младшая группа №2
Кочеткова И.В.	1КК	Средняя группа
Волохова Л.Р.	1КК	Старшая группа
Шильцина Н.В.	соот.зан.долж.	Подготовительная группа

Специалисты

Русакова Е.М. - инструктор по физической культуре, 1 КК, образование высшее.

Кочурова А.А. – музыкальный руководитель, образование высшее.

Шепетюк Н.В. - музыкальный руководитель, образование средне-специальное, 1 КК.

Белопашенцева С.Г – учитель-логопед, образование высшее, 1 КК .

2.2.2. График работы Медсестры Бабушкиной Марины Викторовны в МБДОУ – детского сада «детство» детского сада №522

График работы

Понедельник	с 08.00-12.00
Среда	с 08.00-12.00
Пятница	с 08.00-12.00

2.3. Работа с педагогами.

1. Выполнение санитарно-гигиенических требований

- проветривание;
- влажная уборка;
- кварцевание

2. Состояние образовательного процесса и состояния здоровья:

- комплексная оценка состояния здоровья.
- диагностика состояния здоровья.
- диагностика среды жизнедеятельности (образовательная, семейная).

3. Разработка комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей:

- подготовка и переподготовка квалифицированных специалистов ДОО;
- разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, распространение информационной литературы).

2.4. Работа с родителями.

Задачи работы с родителями:

- повышение педагогической культуры родителей.
- изучение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний через консультации, семинары.
- просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

- Проведение родительских собраний, консультаций, мастер - классов, семинаров.

- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам здорового образа жизни.
- Дни открытых дверей.
- Показ открытых занятий для родителей.
- Организация совместных дел.
- Опросной лист.
- Выставки нестандартного физкультурного оборудования

III. Организационный раздел

3.1. Условия реализации Программы «Здоровый Ребенок».

В детском саду имеется:

1. Музыкально – физкультурный зал, оборудованный необходимым инвентарём;
2. Картотека подвижных игр по возрастам.
3. Картотека физкультминуток и пальчиковых игр.
4. В каждой возрастной группе оформлены центры двигательной активности для самостоятельной и совместной деятельности.
5. Медицинский блок.
6. Прогулочные участки детского сада оборудованы малыми игровыми и спортивными формами для организации двигательной деятельности. Площадки озеленены, что даёт возможность для детского отдыха, организации поисковой и опытнической деятельности.
7. Наличие специалистов: учитель-логопед, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель.

3.2. Материально- техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение: музыкальный центр LG, проектор BenQ, интерактивная доска, ноутбук.

Развивающая предметно-пространственная среда: корзины, кубики, кегли, скакалки, мешочки с песком, ленточки на кольцах цветные, платочки цветные, мячики резиновые малые, мячики резиновые большие, мячики пластмассовые малые, «Дорожки здоровья», обручи, флажки, дуга для подлезания, погремушки, гимнастические палки пластмассовые и деревянные, коврики для профилактики плоскостопия, конусы – ориентиры, гимнастические скамейки, шведская стенка.

3.3. Методическая литература

№п\п	Литература
1.	Вольская В, Р. Турбин. Беседы по картинкам. Здоровье ребенка. Беседы и

	игры с детьми 3-7 лет. Издательство «ГЦ Сфера» Москва 2013г.
2.	
3.	
4.	
5.	Н.Н. Алексеева, И.П. Нагибина. Спорт. Летние и зимние виды. Издательство ООО «Школьная Книга» Москва 2015г.
6.	Е.Р. Железнова. Развивающая гимнастика с предметами и подвижные игры для старших дошкольников. Детство- ПРЕСС. 2017г.
7.	Н.Э.Власенко. Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста. Детство-ПРЕСС. 2015г.
8.	Е.Г.Сайкина, С.В Кузьмина. Фитбол-Аэробика для дошкольников «танцы на мячах». Детство-ПРЕСС. 2016г.
9.	Л.В. Гаврючина. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. Издательство Творческий центр «Сфера» Москва 2007г.
10.	Т.А. Мирошниченко. Система работы по внедрению здоровьесберегающие технологий в образовательном учреждении. Издательство Торговый дом «Корифей». Волгоград 2007г.
11.	М.А. Фисенко. Физкультура средняя и старшая группы. Разработка занятий. Издательство Торговый дом «Корифей». Волгоград 2007г.
12.	Л.П.Фатеева. Подвижные игры, эстафеты и аттракционы для младших школьников. Издательство Академия развития Академия холдинг. Ярославль 2005г.
13.	Е.А. Петрова. Программа «Летний отдых» и оздоровление дошкольников. Первые шаги в инклюзии». Детство-ПРЕСС.2016г.
14.	Е.А. Тимофеева. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. Издательство «Просвещение» Москва 1986г.
15.	Пензулаева Л.И.. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Издательство МОЗАЙКА-СИНТЕЗ Москва 2017г.
16.	Пензулаев Л.И. а. Физкультурные занятия в детском саду Младшая группа. Издательство МОЗАЙКА-СИНТЕЗ Москва 2017г.
17.	Пензулаева Л.И.. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Издательство МОЗАЙКА-СИНТЕЗ Москва 2017г.
18.	Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. Издательство МОЗАЙКА-СИНТЕЗ Москва 2017г.
19.	Л.И. Пензулаева. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. Издательство гуманитарный издательский центр Владос. Москва 2017г.
20.	Т.А. Шорыгина. Беседы о здоровье. Методическое пособие.2004г.
21.	Т.Е. Харченко. Бодрящая гимнастика для дошкольников.Детство-ПРЕСС. 2017г.
22.	Н.И. Николаева. Школа меча. Детство-ПРЕСС.2012
23.	

Образовательная область «Физическое развитие»

Воспитатели

Группа

№ п/п	Ф.И.О. ребенка	Знает о принципах здорового образа жизни (двигательная активность, закаливание, здоровое питание, правильная осанка) и старается их соблюдать		Называет атрибуты некоторых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами		Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения рук и ног		Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку		Умеет перестраиваться в 3—4 колонны, в 2—3 круга на ходы, в 2 шеренги после пересчета, соблюдаем интервалы в передвижении		Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
6.															
7.															
8.															
9.															
10.															
11.															
12.															
13.															
14.															
15.															
16.															
17.															
18.															
19.															
20.															
Итоговый показатель по группе (среднее значение)															

Сентябрь В-_____ (кол-во детей) _____ (%), С-_____ (кол-во детей) _____ (%), Н-_____ (кол-во детей) _____ (%)
 Май В-_____ (кол-во детей) _____ (%), С-_____ (кол-во детей) _____ (%), Н-_____ (кол-во детей) _____ (%)

Показатели физической подготовленности детей 3-7 лет («удовлетворительные»)

Возраст Показатели	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Время бега на 10 м с хода (с)	М	3.5 – 2.8	3.3 – 2.4	2.5 – 2.1	2.4 – 1.9	2.2 – 1.8
	Д	3.8 – 2.7	3.4 – 2.6	2.7 – 2.2	2.5 – 2.0	2.4 – 1.8
Время бега на 30 м со старта (с)	М	11.0 – 9.0	10.5 – 8.8	9.2 – 7.9	8.4 – 7.6	8.0 – 7.4
	Д	12.0 – 9.5	10.7 – 8.7	9.8 – 8.3	8.9 – 7.7	8.7 – 7.3
Длина прыжка с места (см)	М	47.0 – 67.6	53.5 – 76.6	81.2 – 102.4	86.3 – 108.7	94.0 – 122.4
	Д	38.2 – 64.0	51.1 – 73.9	66.0 – 94.0	77.6 – 99.6	80.0 – 123.0
Высота прыжка вверх с места (см)	М	-	-	20.2 – 25.8	21.1 – 26.9	23.8 – 30.2
	Д	-	-	20.4 – 25.6	20.9 – 27.1	22.9 – 29.1
Дальность броска правой рукой (м)	М	1.8 – 3.6	2.5 – 4.1	3.9 – 5.7	4.4 – 7.9	6.0 – 10.0
	Д	1.5 – 2.3	2.4 – 3.4	3.0 – 4.4	3.3 – 5.4	4.0 – 6.8
Дальность броска левой рукой (м)	М	2.0 – 3.0	2.0 – 3.4	2.4 – 4.2	3.3 – 5.3	4.2 – 6.8
	Д	1.3 – 1.9	1.8 – 2.8	2.5 – 3.5	3.0 – 4.7	3.0 – 5.6
Дальность броска набивного мяча (1 кг из-за головы – см)	М	119 – 157	117 – 185	187 – 270	221 – 303	242 – 360
	Д	97 - 153	97 - 178	138 - 221	156 - 256	193 - 311
Время бега (с) на 90 м				30.6 – 25.0		
на 120 м					35.7 – 29.2	
на 150 м						41.2 – 33.6

Опросный лист для родителей "Давайте познакомимся"

Мы рады видеть вас и вашего ребенка в нашем детском саду. Надеемся, что малышу здесь будет уютно, весело и интересно. Давайте познакомимся.

1. Ф. И. ребенка _____

2. Дата рождения _____

3. Домашний адрес,
телефон _____

4. Состав семьи _____

5. Мать

Ф. И. О., год рождения

Образование _____

Место работы,
телефон _____

6. Отец

Ф. И. О., год рождения

Образование _____

Место работы, телефон _____

7. С кем проживает ребенок

8. Другие дети в семье (их возраст, взаимоотношения ребенка с ними)

9. Как вы называете своего ребенка _____

10. Часто ли ребенок болеет (причина), какие заболевания, травмы перенёс _____

11. Любимые виды игр и занятий, интересы

а) лепка, рисование, конструирование б) подвижные игры, физическая активность

в) книги, познавательные игры г)

другое _____

12. Как ребенок взаимодействует с детьми в игре (нужное подчеркнуть)

а) активен, лидер б) легко присоединяется к играющим в) испытывает трудности

13. Что может вызвать раздражение, гнев у ребёнка? _____

14. Есть ли у ребёнка аллергия (на что) _____

15. Кто будет забирать ребёнка из детского сада? _____

16. Какие дополнительные сведения о ребёнке должен знать воспитатель?

17. Ваши пожелания детскому саду _____

СПАСИБО!!!