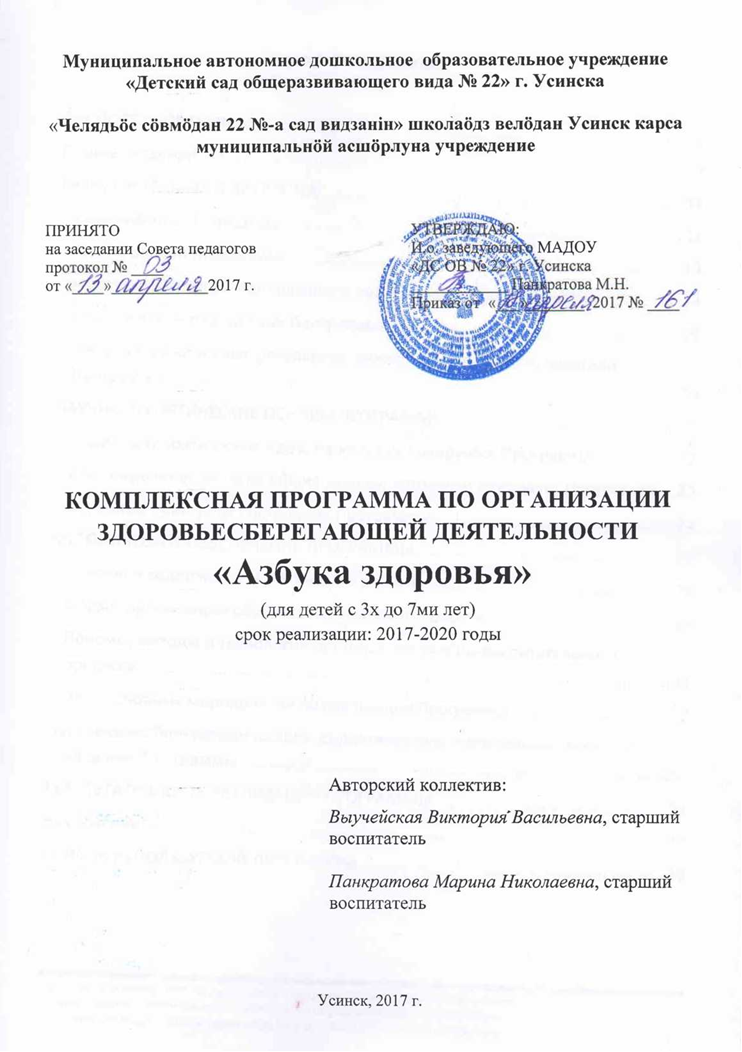
****

****

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад общеразвивающего вида № 22» г. Усинска**

«**Челядьöс сöвмöдан 22 №-а сад видзанiн» школаöдз велöдан Усинск карса муниципальнöй асшöрлуна учреждение**

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО  на заседании Совета педагогов  протокол № \_\_\_\_  от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. | УТВЕРЖДАЮ:  И.о. заведующего МАДОУ  «ДС ОВ № 22» г. Усинска  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Панкратова М.Н.  Приказ от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_ 2017 № \_\_\_\_ |

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Азбука здоровья»**

(для детей с 3х до 7ми лет)

срок реализации: 2017-2020 годы

|  |
| --- |
| Авторский коллектив:  *Выучейская Виктория Васильевна*, старший воспитатель  *Панкратова Марина Николаевна*, старший воспитатель |

Усинск, 2017 г.

Оглавление

[ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ 4](#_Toc483319893)

[Общие сведения 9](#_Toc483319898)

[ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 12](#_Toc483319899)

[Обоснование Программы 12](#_Toc483319900)

[Цель и задачи Программы 14](#_Toc483319901)

[Форма организации содержания и педагогической деятельности 14](#_Toc483319902)

[Сроки и этапы реализации Программы 20](#_Toc483319903)

[Ожидаемые конечные результаты,](#_Toc483319904) [важнейшие целевые показатели Программы 21](#_Toc483319905)

[НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ 23](#_Toc483319906)

[Ведущие теоретические идеи, на которых базируется Программа 23](#_Toc483319907)

[Ключевые понятия, важнейшие законы,](#_Toc483319908) [которыми оперирует Программа 24](#_Toc483319909)

[Основные принципы построения Программы 25](#_Toc483319910)

[МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ 27](#_Toc483319911)

[Основное содержание и механизмы реализации 27](#_Toc483319912)

[Формы организации образовательной деятельности 30](#_Toc483319913)

[Приемы, методы и технологии организации](#_Toc483319914) [учебно-воспитательного процесса 32](#_Toc483319915)

[План основных мероприятий по реализации Программы 34](#_Toc483319916)

[Перечень учебно-методического, дидактического,](#_Toc483319917) [материально-технического оснащения Программы ………………………………………………………………….....................40](#_Toc483319918)

[РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ 43](#_Toc483319935)

[Заключение 45](#_Toc483319936)

[СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 46](#_Toc483319937)

# ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|  |  |
| --- | --- |
| **Полное** **наименование Программы** | Комплексная программа по организации здоровьесберегающей деятельности «Азбука здоровья» (далее – Программа) |
| **Статус Программы** | Нормативный документ Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 22» г. Усинска (далее – Детский сад) |
| **Основания для разработки Программы** | * Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.; * Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»; * Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; * Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1. 3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»; * Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; * Устав Детского сада с изменениями и дополнениями№1 от 17 июля 2014 года № 119, № 2 от 18 января 2016 года № 149 утверждены решением Управления образования администрации муниципального образования городского округа «Усинск»; * Бессрочная лицензия на право ведения образовательной деятельности Серия 11Л01 №0001233 от 10 июня 2015 г.; * Основная образовательная программа Детского сада. |
| **Возрастная адаптированность** | Программа рассчитана для воспитанников Детского сада с 3х до 7ми лет |
| **Сроки и этапы реализации Программы** | *Первый этап* - аналитический, первое полугодие 2016-2017 учебного года:   * анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы * анализ материально-технической базы, * выявление «болевых точек» в работе Детского сада, * выдвижение гипотез, определение целей, задач работы.   *Второй этап* - разработка проекта программы – второе полугодие 2016-2017 учебного года:   * изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ * изучение современных оздоровительных технологий * разработка диагностических карт   *Третий этап* - внедрение программы - 2017-2018, 2018-2019, 2019-2020 учебные годы:   * отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей, * методическое и организационное сопровождение, * развитие педагогического творчества, * сотрудничества с родителями и социальными институтами, * групповое взаимодействие.   *Четвертый этап* – итогово-диагностический – конец 2020 года   * проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям программ |
| **Цель Программы** | создание эффективной системы сохраняющей и укрепляющей здоровье дошкольника. |
| **Приоритетные задачи Программы** | 1. Совершенствование оздоровительной модели Детского сада, реализация которой будет способствовать сохранению и укреплению здоровья дошкольников. 2. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности. 3. Воспитание в детях, родителях (законных представителях) потребности в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям большого спорта (баскетбол, футбол, волейбол, ритмика). 4. Развитие основных физических качеств (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях. 5. Создание развивающей предметно-пространственной среды в группе, оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие. |
| **Ожидаемые результаты** | * ***Для Детского сада:*** * снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса; * положительная динамика показателей физического здоровья воспитанников; * высокая профессиональная компетентность, активность специалистов Детского сада и их участие в здоровьесберегающей инновационной деятельности; * совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку; * ***для воспитанников:*** * благоприятный психологический климат, развитие в детском коллективе отношений дружбы, взаимопомощи, толерантности; * приобретение знаний об основах здорового и безопасного образа жизни, знаний о личной гигиене; * развитие навыков и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья; * приобретение навыков самооздоровления; * ***для педагогического персонала:*** * рост профессиональной компетенции и заинтересованности родителей в сохранении и укреплении здоровья детей; * осознанное отношение воспитанников к своему здоровью, осознание ценности здоровья и здорового образа жизни; * улучшение психического и социального здоровья детей; * ***для родителей (законных представителей) воспитанников***: * стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи; * сформированность у родителей (законных представителей) представлений о влиянии здоровья ребенка на успешность его обучения, физическое и личностное развитие; * сформированность знаний родителей (законных представителей) о возрастных и индивидуальных особенностях развития ребенка и умений учитывать их в процессе семейного воспитания; * высокая активность родителей (законных представителей) в планировании и организации мероприятий, направленных на оздоровление детей в процессе образовательной деятельности; * оптимизация детско-родительских отношений; * формирование благоприятных стилей воспитания |
| **Разработчики Программы** | *Выучейская Виктория Васильевна*, старший воспитатель  *Панкратова Марина Николаевна*, старший воспитатель |
| **Сайт Детского сада в Интернете** | [www.usinsk-detsad22.ru](http://www.usinsk-detsad22.ru) |
| **Документ об утверждении Программы** | Программа принята на Совете педагогов. Протокол от 13 апреля 2017 года № 3. Утверждена Приказом заведующего от 18 апреля 2017 года № 161 |
| **Система организации контроля за выполнением Программы** | Результаты мониторинга о ходе реализации Программы заслушиваются:  - на заседаниях Совета педагогов в середине и в конце учебного года - 2 раза в год;  Ежегодно заведующий представляет Публичный отчет о ходе реализации Программы и на общем родительском собрании в начале учебного года. |

# Общие сведения

**Тип:** Дошкольная образовательная организация

**Вид ДОО:**  Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей.

**Организационно-правовая форма:** автономное учреждение

**Учредитель:** Управление образования администрации муниципального образования городского круга «Усинск»

**Место нахождения:**

**юридический адрес ДОУ**: 169710, Республика Коми, г. Усинск, ул. Приполярная, д.4а,

тел. 8(82144) 28-8-95, факс 8(82144) 28-3-77

**фактический адрес ДОУ**: 169710, Республика Коми, г. Усинск, ул. Приполярная, д.4а

**Е- mail**:  [detskiisad22@yandex.ru](mailto:detskiisad22@yandex.ru),

**Сайт ДОО:**  [www.usinsk-detsad22.ru](http://www.usinsk-detsad22.ru)

**Режим работы** **Детского сада** устанавливается Учредителем: пятидневная рабочая неделя, выходные – суббота, воскресение; длительность работы: 12 часов (с 7.00 до 19.00).

**Заведующий** Волкодав Валентина Петровна

Детский сад имеет 13 групп общеразвивающей направленности. Предельная наполняемость групп рассчитывается по требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13. по каждой возрастной группе, исходя из расчета площади групповой (игровой) для детей ясельных групп – не менее 2,5 метров квадратных на одного ребенка; в дошкольных группах не менее – 2,0 метров квадратных на одного ребенка.

Таблица 1. – Проектная мощность – 13 групп на 306 детей

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ группы** | **Площадь групповой комнаты** | **Расчет мест по СанПиН** |
| 1. | 51,9 кв.м. | 20 ч. |
| 2. | 52,2 кв.м. | 20 ч. |
| 3. | 51,8 кв.м. | 25 ч. |
| 4. | 51,9 кв.м. | 25 ч. |
| 5. | 52,4 кв.м. | 26 ч. |
| 6. | 52,6 кв.м. | 26 ч. |
| 7. | 51,8 кв.м. | 25 ч. |
| 8. | 52,8 кв.м. | 26 ч. |
| 9. | 50,9 кв.м. | 20 ч. |
| 10. | 52,0 кв.м. | 20 ч. |
| 11. | 52,0 кв.м. | 20 ч. |
| 12. | 55,5кв.м. | 27 ч. |
| 13. | 52,8кв.м. | 26 ч. |

Таблица 2. - Структура и количество групп

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование групп** | **Кол-во групп** | **Возраст** | **Списочный состав детей** | **% от общего числа** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| Ранний возраст  Младший  Средний возраст  Старший возраст  Подготовительный | 4  3  2  2  2 | с 1,5-ра до 3-х  с 3-х до 4-х  с 4-х до 5-ти  с 5-ти до 6-ти  с 6-ти до 7-ми | 80 ч.  75 ч.  52 ч.  52 ч.  52 ч. | 34,1 %  16,7 %  16,7 %  16,4 %  16,1 % |
| **ИТОГО** | **13** | **с 1,5-ра до 7-ми** | **311 ч.** | **100%** |

Медицинское обслуживание детей осуществляется на договорной основе с Государственным бюджетным учреждением здравоохранения Республики Коми «Усинская центральная районная больница (ГБУЗ РК «Усинская ЦРБ»). Охват периодическим медицинским обследованием воспитанников составляет - 100%.

В Детском саду создана здоровьесберегающая среда, имеется база данных о состоянии здоровья воспитанников, распределении по группам здоровья, адаптации вновь поступающих детей, что позволяет своевременно и квалифицированно планировать и осуществлять профилактическую и оздоровительную работу.

Медико-социальные условия пребывания воспитанников в Детском саду соответствуют санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Групповые помещения организованы с учетом реализации потребности дошкольников в движении. Пространство групп можно назвать развивающим, мобильным, гендерным, живым, постоянно меняющимся под ежедневные конкретные задачи Детского сада и запросов воспитанников. В такой обстановке детям предоставлена большая свобода выбора, возможность самоорганизации. В групповых комнатах оборудованы уголки «спортсмена» со спортивным оборудованием. Для организации двигательной активности в зимнее время на улице используется спортивный инвентарь: санки, лыжи, клюшки, хоккейные ворота.

Работа в Детском саду по сохранению и укреплению здоровья детей связывается с деятельностью специалистов: медицинской сестры, врача-педиатра, педагога-психолога, инструктора по физической культуре, инструктора по плаванию, учителя-логопеда. В то же время большинство проблем здоровья воспитанников решается в ходе ежедневной практической работы воспитателей, т.е. связано с профессиональной педагогической деятельностью.

В Детском саду оборудованы медицинский блок, физкультурный зал, бассейн, музыкальный зал, спортивная площадка для занятий на воздухе, кабинет педагога-психолога, методический кабинет, кабинет логопеда, кабинет изобразительной деятельности.

Питание организовано с учетом продолжительности пребывания ребенка в Детском саду, возраста, подсчетом соотношения белков, жиров и углеводов, калорийности питания и микронутриентов. ДОО освоена и внедрена компьютерная программа по питанию детей «Вижен-Софт: Питание в детском саду» г. Санкт-Петербург.

Питьевой режим проводится в соответствии с требованиями СанПин 2.4.1.3049-13; питьевая вода доступна детям в течение всего времени нахождения в саду и при питьевом режиме используется бутилированная вода «Усинский источник» емкостью 5 литров.

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Обоснование Программы

*«Хочешь сделать ребенка здоровым - сделай его счастливым»*

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста в настоящее время остается актуальной и требует поиска все новых подходов к ее решению. Наблюдения за состоянием здоровья воспитанников, подкрепленные ежегодными показаниями медицинских осмотров, свидетельствуют о том, что количество абсолютно здоровых детей неизменно идет на спад. Самое ценное, что есть у человека, – это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится просто необходимо. Невежество в вопросах здорового образа жизни теперь дорого обходится тем, кто своевременно не позаботился о своем здоровье, здоровье своих детей и близких.

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики.

В Уставе Всемирной организации здравоохранения говорится, что здоровье это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия питания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства.

Содержание физкультурно-оздоровительной работы, несмотря на значительный период реформирования дошкольного образования, по-прежнему оставляет желать лучшего. Основанием тому служит высокая заболеваемость детей, возрастание количества детей, страдающих ожирением. Достаточно много детей нуждаются в психокоррекции, характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. Количество простудных заболеваний приобретает характер стихийного бедствия. В подавляющем большинстве дети дошкольного возраста уже страдают дефицитом движений и не закалённостью.

Хорошее здоровье – основополагающее условие достижения успешных результатов в образовательном процессе и становлении основ личности. Укрепление здоровья детей – непременное условие их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма.

Здоровый ребенок – как правило, жизнерадостный, активный, любознательный, выносливый, с достаточно высоким уровнем физического и интеллектуального развития.

Хорошее здоровье ребенка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий, вся повседневная работа по охране и укреплению здоровья детей, реализация принципов оздоравливающей педагогики станут приоритетными в дошкольных учреждениях. Причем участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в детском саду, так и в семье.

Общаясь с родителями, было отмечено, что большинство из них - молодые и неопытные. Каждая семья по-своему определяет для себя процесс воспитания, но каждая в силу разных обстоятельств и в разной степени нуждается в квалификационной педагогической помощи.

В настоящее время качество образования, непрерывно связанное со здоровьем, выдвигается на первый план.

Образовательная деятельность не должна негативно отражаться на здоровье детей, в ней должны присутствовать формы активности, направленные на развитие и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Поэтому основная задача педагогов Детского сада выбрать методы и формы организации работы с детьми, инновационные технологии, которые оптимально соответствуют поставленной цели развития личности.

Разрабатывая Программу, мы стремились к тому, чтобы система оздоровления и физического воспитания, включала инновационные формы и методы, органически входила в жизнь Детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Таким образом, сохранение и укрепление здоровья воспитанников в Детском саду должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

## Цель и задачи Программы

***Цель:*** создание эффективной системы сохраняющей и укрепляющей здоровье дошкольника.

***Задачи:***

1. Совершенствование оздоровительной модели Детского сада, реализация которой будет способствовать сохранению и укреплению здоровья дошкольников.
2. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
3. Воспитание в детях, родителях (законных представителях) потребности в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. Приобщение детей и взрослых к традициям большого спорта (баскетбол, футбол, волейбол, ритмика).
4. Развитие основных физических качеств (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
5. Создание развивающей предметно-пространственной среды в группе, оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

## Форма организации содержания и педагогической деятельности

Приоритетным направлением Детского сада является физическое развитие ребёнка, сохранение его здоровья в условиях Севера.

Главным критерием результативности здоровьесберегающих педагогических технологий мы считаем их влияние на развитие ребенка, увеличение резервов его здоровья и, как частный вариант, готовность ребенка легко адаптироваться к школьным нагрузкам.

В Детском саду разработаны и включены в практику работы планы физкультурно-оздоровительной работы для каждой возрастной группы, направленные на укрепление здоровья воспитанников ДОУ. Педагоги используют в своей работе технологии, методики по физической и оздоровительной работе, ориентируются на новинки психолого-педагогической литературы, внедряют в практику передовой педагогический опыт своих коллег. Очень важно, чтобы каждая из использованных нами технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

В плане «Технологии сохранения и стимулирования здоровья» включены:

* фитбол (один раз в неделю во второй половине дня, начиная со средней группы на специальных мячах);
* организация дополнительных услуг (в том числе платных);
* создание необходимой развивающей среды;
* динамические паузы (во время занятий 2-5 мин. по мере утомляемости детей);
* подвижные и спортивные игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей;
* пальчиковая гимнастика проводится в любой удобный отрезок времени;
* дорожка здоровья (после дневного сна) с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования;
* гимнастика для глаз (ежедневно по 3-5 мин., в зависимости от интенсивности нагрузки);
* дыхательная гимнастика (в разных формах физкультурно-оздоровительной работы);
* длительность прогулок в соответствии Сан ПиН требованиям.

«Технология обучения здоровому образу жизни» предусматривает:

* физкультурные занятия (проводятся в соответствии учебного плана и основной образовательной программы ДОУ);
* физкультурные занятия на улице (проводятся в соответствии учебного плана и основной образовательной программы ДОУ);
* утренняя гимнастика (ежедневно);
* спортивные игры (баскетбол, пионербол, выбивной);
* тематика занятий по здоровому образу жизни в рамках основной образовательной программы ДОУ;
* точечный самомассаж с использованием наглядности;
* использование рециркуляторов ультрафиолетовых бактерицидных облучателей для дезинфекции воздуха в помещении в присутствии детей «Кристалл-2»;
* использование увлажнителей воздуха в музыкальном зале и групповых помещениях;
* «веселые старты» и игры в занимательной, соревновательной форме;
* Малые олимпийские игры (4 раза в год по сезонам);
* обучение плаванию в бассейне, начиная со второй младшей группы.

Коррекционная технология включает в себя:

* технология музыкального воздействия (сон под звуки природы);
* сказкотерапия с использованием мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс;
* дыхательная гимнастика по Стрельниковой А.Н.;
* артикуляционная гимнастика (проводит воспитатель, музыкальный руководитель);
* технология коррекции поведения (проводит педагог-психолог по программе «Давайте познакомимся»);

Двигательная активность воспитанников организуется в соответствии с основными принципами:

* физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
* двигательная активность сочетается с общедоступными закаливающими процедурами;
* обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики;
* включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки;
* проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медицинских отводов.

В Детском саду педагогами используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика и другие.

Для реализации двигательной деятельности детей используется специальные оборудование и инвентарь. Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организована непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста на открытом воздухе. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию максимально проводится на открытом воздухе.

С целью повышения двигательной активности детей используются различные формы непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию воспитанников с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешие и лыжные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), организуются тематические недели «Неделя спорта и здоровья», «Неделя спортивных игр». Организуются недельные каникулы в течение учебного года, предполагающие непосредственно образовательную деятельность художественно-эстетической направленности, активную досуговую деятельность, увеличение времени пребывания воспитанников на свежем воздухе при благоприятных метеорологических условиях.

Особое внимание в Детском саду уделяется закаливанию: элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой; правильно организованная прогулка; физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе; специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используются дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, со строгим соблюдением методических рекомендаций. Закаливающие мероприятия организуются в соответствии с сезоном года, температурой воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановкой. Закаливающие процедуры проводятся с учетом следующих основных принципов:

• закаливающее воздействие предусматривается в организации режимных моментов;

• закаливание осуществляется в процессе различной двигательной деятельности;

• закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне.

Параллельно с закаливанием в течение учебного года проводятся профилактические мероприятия, разработан помесячный план, который включает в себя: витаминотерапию, воздушные ванны, фитотерапию, кварцевание групп, чесночнотерапию, орошение полости рта и носоглотки солёной прохладной водой, вакцинацию против гриппа, профилактические прививки.

Для реализации основной программы разработан режим пребывания, который предусматривает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна детей в течение суток, организации видов деятельности и отдыха в соответствии с возрастными психофизическими особенностями организма. Режим пребывания составлен гибко.

В регламенте жизни детей предусмотрено место для разнообразных и свободных проявлений интересов самого ребенка – это личное время, когда ребенок может заняться любимым делом, зная, что ему не будут навязывать какие-то другие занятия. Данная задача решается воспитателями старших воспитанников, ведь иметь свободное время и уметь наполнить его не менее важно для ребенка, чем участвовать в коллективных действиях.

Обучение детей плаванию в бассейне в условиях Детского сада проводится в соответствии с расписанием образовательной деятельностью и требованиями СанПина, способствующие предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний.

В Детском саду особое внимание придается задаче обеспечения эмоционального благополучия для эффективного воспитания, развития и обучения детей. Введение в режим дня добрых традиций, ритуалов, обычаев, нравов позволяет детям непринужденно общаться друг с другом, с взрослыми, чувствовать себя спокойно и комфортно. Добрые традиции помогают снять монотонность детской жизни, за счет разнообразия деятельности с учетом возрастных особенностей. В течение года чередой друг за другом проходят праздники, досуги, развлечения, выставки - это общесадовские события, но в каждой группе есть свои добрые обычаи, ритуалы – это: «Минутки» здоровья, добра, шалости, фантазии, встречи с интересными людьми, познавательные вечера, коллекционирование, вечера любимых сказок и игр и т.д.

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха острых заболеваний, проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Несмотря на огромную работу всего коллектива по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, проблема заболеваемости остается актуальной и без тесного взаимодействия с родителями воспитанников ее нельзя решить. Даже в «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передает семья в руки педагогов. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов». Мы считаем, что в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном и определяют уровень здоровья ребенка. С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.

Уровень профессионального мастерства педагогов определяется отношением семьи к детскому саду, к самим педагогам и их требованиям. Только при условии положительных результатов всей физкультурно-­оздоровительной работы с дошкольниками, родители начнут доверять рекомендациям воспитателей и охотно пойдут с ними на контакт.

В совместной работе Детского сада и семьи педагоги широко используют следующие***формы работы с родителями:***

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций

2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.

3. Дни открытых дверей.

4. Экскурсии по Детскому саду, группам для вновь прибывших детей.

5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и для вновь прибывших).

6. Совместные мероприятия для детей и родителей.

7. Круглые столы с привлечением специалистов Детского сада (учителя-логопеда, инструктора по физической культуре, инструктора по плаванию, педагога-психолога, медицинской сестры, врача).

8. Организация совместных экскурсий в лес, на Тропу Здоровья.

9.Привлечение родителей к изготовлению пособий для работы с детьми (например, нестандартного физкультурного оборудования).

***Методы, используемые в работе****:*

1) Анкета для родителей.

2) Беседы с родителями.

3) Беседы с ребенком.

4) Наблюдение за ребенком.

5) Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.

Удачно проходят в Детском саду спортивные досуги совместно с родителями: «Богатырские забавы», «Здоровые дети - в здоровой семье», «Мама, папа и я – спортивная семья», «Тропою северных оленей» и др. Кроме того, для родителей организуются Дни открытых дверей, когда они могут посетить любое мероприятие. В последнее время в традицию Детского сада вошла Неделя родительского самоуправления, где родителям воспитанников представляется возможность пробовать себя в роли педагогов, проводя не только интересные занятия с детьми и различные развлечения, но и участие во всех режимных моментах группы.

Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Движение - основа здоровья», «Как выработать у детей правильную осанку», «Зимняя прогулка» и т.д.).

И так, проводимая в Детском саду физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

Таким образом, анализ условий, системы оздоровительных мероприятий, степень включенности родителей в процесс оздоровительной деятельности в Детском саду позволяет выделить проблемы, требующие перспективного решения в 2017 - 2020 г.г.:

* создание условий для снижения показателей по заболеваемости;
* повышение психолого-педагогической компетентности родителей в воспитании здорового ребенка.

## Сроки и этапы реализации Программы

*Первый этап* - аналитический, первое полугодие 2016-2017 учебного года:

* анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы
* анализ материально-технической базы,
* выявление «болевых точек» в работе Детского сада,
* выдвижение гипотез, определение целей, задач работы.

*Второй этап* - разработка проекта программы – второе полугодие 2016-2017 учебного года:

* изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ
* изучение современных оздоровительных технологий
* разработка диагностических карт

*Третий этап* - внедрение программы - 2017-2018, 2018-2019, 2019-2020 учебные годы:

* отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей,
* методическое и организационное сопровождение,
* развитие педагогического творчества,
* сотрудничества с родителями и социальными институтами,
* групповое взаимодействие.

*Четвертый этап* – итогово-диагностический - конец 2020 года

* проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям программ

## Ожидаемые конечные результаты,

## важнейшие целевые показатели Программы

* *Для Детского сада:*
* снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса;
* положительная динамика показателей физического здоровья воспитанников;
* высокая профессиональная компетентность, активность специалистов Детского сада и их участие в здоровьесберегающей инновационной деятельности;
* совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку;
* *для воспитанников:*
* благоприятный психологический климат, развитие в детском коллективе отношений дружбы, взаимопомощи, толерантности;
* приобретение знаний об основах здорового и безопасного образа жизни, знаний о личной гигиене;
* развитие навыков и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья;
* приобретение навыков самооздоровления;
* *для педагогического персонала:*
* рост профессиональной компетенции и заинтересованности родителей в сохранении и укреплении здоровья детей;
* осознанное отношение воспитанников к своему здоровью, осознание ценности здоровья и здорового образа жизни;
* улучшение психического и социального здоровья детей;
* *для родителей (законных представителей) воспитанников*:
* стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи;
* сформированность у родителей (законных представителей) представлений о влиянии здоровья ребенка на успешность его обучения, физическое и личностное развитие;
* сформированность знаний родителей (законных представителей) о возрастных и индивидуальных особенностях развития ребенка и умений учитывать их в процессе семейного воспитания;
* высокая активность родителей (законных представителей) в планировании и организации мероприятий, направленных на оздоровление детей в процессе образовательной деятельности;
* оптимизация детско-родительских отношений;
* формирование благоприятных стилей воспитания

# НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ

## Ведущие теоретические идеи, на которых базируется Программа

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон 273-ФЗ «Об образовании в РФ», Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации», СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26) и др.

«Актуальной задачей физического воспитания, - говорится в Концепции, является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях». Поскольку физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то пути его достижения не могут быть сведены к узко медицинским и узко педагогическим мероприятиям. Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольном образовательном учреждении.

Реализация важнейших положений Концепции, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую роль в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования ученые как В.Г. Алямовская, Л.А. Парамонова, Т.И. Алиева, О.М. Дьяченко, С.М. Мартынова, М.Н. Кузнецова и многие другие. Перед дошкольными учреждениями теперь открыты большие позитивные возможности в плане обеспечения условий оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.

## Ключевые понятия, важнейшие законы,

## которыми оперирует Программа

*Валеология* – теория здоровья (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Всемирная организация здравоохранения* – специальное учреждение Организации Объединенных наций, состоящее из 193 государств-членов, основная функция которого лежит в решении международных проблем здравоохранения и охране здоровья населения мира (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Двигательный режим* – совокупность двигательной активности данного человека в течение определенного периода времени (источник <http://adaptive_physical_education.academic.ru>.)

*Закаливание* — метод физиотерапии по воздействию на организм человека различными природными факторами: воздухом, водой, солнцем, низкими и высокими температурами (относительно температуры тела) и пониженным атмосферным давлением, с целью повышения функциональных резервов организма и его устойчивости к неблагоприятному воздействию этих факторов (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Здоровье* – состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Здоровье* – это процесс сохранения и развития биологических, физиологических, психологических функций, трудоспособности и социальной активности человека при максимальной продолжительности его активной жизни (по В.П. Казначееву).

*Здоровьесбережение* – понятие связано с необходимостью беречь и сохранять здоровье во всем его комплексном проявлении – здоровье души и тела (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Мониторинг* – процесс систематического или непрерывного сбора информации (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Музыкотерапия –* это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (записи на магнитофоне, прослушивание пластинок, игра на музыкальных инструментах, пение и др.) Музыкотерапия дает возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние (источник <http://festival.1september.ru/>).

*Психологическое здоровье* – это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества (Всемирная организация здравоохранения).

*Психологическое сопровождение* – это система профессиональной деятельности психолога, направленной на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях взаимодействия (по М.Р. Битяновой).

*Рациональное питание —* разнообразное и сбалансированное по всем компонентам физиологически полноценное питание здоровых (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Релаксация -* ослабление, расслабление — снижение тонуса скелетной мускулатуры (источник (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Ритмопластика* — это оздоровительная гимнастика, основанная на комплексах разнообразных гимнастических упражнений, которые выполняются под определенную ритмическую музыку и чаще всего оформленная танцевальными движениями (источник <http://perekis-i-soda.ru/>).

*Технологии –* комплекс организационных мер, операций и приемов, направленных на изготовление, обслуживание, ремонт и/или эксплуатацию изделия с номинальным качеством и оптимальными затратами, и обусловленных текущим уровнем развития науки, техники и общества в целом (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Физическое здоровье* – естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем (источник <http://ru.wikipedia.org>).

*Эмоциональный комфорт* – условия пребывания или обстановка без агрессии, стресса, эмпатий, тревоги, волнения и страха, при которой человек чувствует себя спокойно, уверено, защищено, эмоционально расслаблено и не испытывает отрицательных эмоций (по В. И.Кочубею).

## Основные принципы построения Программы

1. *Принцип научности* - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

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

3. *Принцип комплексности и интегративности* – решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

4. *Принцип личностной ориентации и преемственности* – организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого и разновозрастного развития и состояния здоровья.

5. *Принцип демократизации, гуманизации и индивидуализации* - отказ от насилия, подавления личности, подчинения её педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющему развитие ребёнка.

6. *Принцип гарантированной результативности* – реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого – педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

7. *Принцип природосообразности* – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностей. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

## Основное содержание и механизмы реализации

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий, приобщение воспитанников к образовательной деятельности «Физическое развитие», спорту, формированию потребности в здоровом образе жизни является приоритетным направлением деятельности Детского сада.

Хорошее здоровье ребёнка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий по охране и укреплению здоровья детей ведется повседневно. Причём участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в Детском саду, так и в семье.

В Детском саду охрана здоровья ребёнка опирается на его развитие. Педагогическим коллективом накоплен богатый опыт работы по физическому развитию и оздоровлению дошкольников.

В соответствии с лицензией на право ведения образовательной деятельности в Детском саду реализуется основная образовательная программа дошкольного образования (далее по тексту – ООП ДО). Нормативный срок освоения – 6 лет.

ООП ДО разработана на основе примерной (комплексной) образовательной программы дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, З.А. Михайловой и др. (для детей от 1,5 до 7 лет).

Приоритет физического развития детей достигается за счет использования парциальных программ по физическому развитию детей «Старт» под редакцией Л.В. Яковлевой. Р.А. Юдиной. «Обучение детей плаванию» Е.К. Вороновой – как условия детского сада. Плавание в системе физкультурного образования и оздоровления детей строится на основе дополнительной программы обучения плаванию к комплексной программе дошкольного образования «Детство» Е.К. Вороновой, с целью обучения детей дошкольного возраста плаванию, закаливанию и укреплению детского организма и программы обучения плаванию Т.И. Осокиной, которая предлагает начинать формировать умение плавать со второй младшей группы, т.е. с четвертого года жизни ребенка. Согласно методике Т.И. Осокиной, распределение упражнений и игр для всех возрастных групп опираются на дидактические принципы систематичности, постепенности, доступности, наглядности, активности, а также увеличения физической нагрузки.

Вся психолого-педагогическая работа с детьми осуществляется по пяти образовательным областям, освоение которых построено согласно комплексно-тематическому планированию. Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет легко ввести в его содержание региональные и этнокультурные компоненты, способствуя реализации приоритетного направления в деятельности Детского сада по реализации программы.

Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписанием образовательной деятельности, разрабатываемыми Детским садом самостоятельно и в соответствии с реализуемой ООП ДО, законодательством РФ и РК в области образования.

Физическое развитие детей в Детском саду осуществляется инструктором по физической культуре со средней группы, а с детьми второго и третьего года жизни занятия по физкультуре проводят воспитатели по подгруппам в групповом помещении.

Формирование умения плавать предусмотрено ООП ДО, как условие Детского сада, осуществляется инструктором по плаванию. Уже начиная со второй младшей группы, т.е. с четвертого года жизни ребенка. Дети этого возраста достаточно самостоятельны, обладают необходимыми гигиеническими умениями и навыками, имеют достаточный двигательный опыт, уже хорошо адаптированы к условиям дошкольного учреждения. Организация обучения детей плаванию осуществляется в комплексе физкультурно-оздоровительной работы, в сочетании с рациональным режимом активности и отдыха детей.

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни в условиях организованной образовательной деятельности осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом Детского сада.

Педагоги Детского сада, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения.

Содержание коррекционно-развивающей работы учителя-логопеда на логопедическом пункте Детского сада конкретизируется в соответствии с категориями воспитанников, имеющих речевые нарушения: фонетическое, фонематическое, фонетико-фонематическое недоразвитие, нерезко выраженное общее недоразвитие речи. Коррекция речевых патологий у детей осуществляется учителем-логопедом посредством современных методик, рассчитанных для детей от 5 до 7 лет, авторов А.Я. Мухиной, А.Л. Сиротюк, И.В. Блыскиной, Н.Ю. Костылевой, Т.С. Овчинниковой, О.В. Бачиной, Н.Ф. Коробовой, А.Н. Лебедевой, О.С. Гомзяк, В.К. Воробьевой, И.А. Поваровой.

Цель работы педагога-психолога в Детском саду – сохранение и укрепление психологического здоровья детей, их гармоничное развитие в условиях ДОУ, а также оказание своевременной помощи детям, родителям и педагогам в решении психологических проблем развития, возникающих в различных жизненных ситуациях. В расписание непосредственно образовательной деятельности включены развивающие занятия, проводимые педагогом-психологом с детьми с 5 до 7 лет 1 раз в неделю по программе Крюковой С.В, Слабодяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь».

**Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы**

Схема 1.-

Гибкий режим пребывания детей в Детском саду, НОД по подгруппам, создание условий (спортивный зал, уголки, оборудование), индивидуальный режим пробуждения после дневного сна, самостоятельная деятельность детей (спортивные игры и упражнения)

Создание условий для

двигательной активности детей

Утренняя гимнастика, прием детей на улице в теплое время, занятие физической культурой, занятие музыкальной культурой, двигательная активность на занятии, физкультура на улице, подвижные игры, динамические паузы, гимнастика после сна, физкультурные досуги, игры, забавы, хороводы, оценка эмоционального состояния.

-психогимнастика

Система двигательной

активности

Прием детей на улице в теплое время, облегченная одежда, ходьба босиком после сна, одностороннее проветривание во время сна (+17+19), воздушные ванны, обтирание, умывание, полоскание рта

Система закаливания

Организация второго завтрака, введение овощей и фруктов, строгое выполнение натуральных норм, замена продуктов для детей аллергиков, гигиена приема пищи, индивидуальный подход во время пищи, правильная расстановка мебели

Организация рационального питания

Диспансеризация детей с привлечением врачей детской поликлиники, физическая подготовленность к обучению в школе,

обследование психоэмоционального состояния детей, адаптация детей раннего возраста к детскому саду

Диагностика уровня

физического развития,

состояния здоровья

В результате совместной деятельности всех участников образовательных отношений и через интеграцию образовательных областей: «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие» осуществляется сохранение и укрепление здоровья детей, что является ценностным приоритетом образовательной деятельности Детского сада. Интегрированный подход направлен на воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни. Каждый день пребывания ребенка в Детском саду должен способствовать решению задачи по формированию представлений о здоровье.

## Формы организации образовательной деятельности

В Детском саду используются фронтальные, групповые, индивидуальные формы организованного обучения.

*Индивидуальная форма организации обучения* позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми.

*Групповая форма организации обучения* (индивидуально-коллективная). Группа делится на подгруппы. Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, но не по уровням развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения.

*Фронтальная форма организации обучения -* работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание. При этом содержанием обучения на фронтальных занятиях может быть деятельность художественного характера. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия детей, экономичность обучения; недостатком - трудности в индивидуализации обучения.

Основной формой организации обучения в Детском саду является непосредственно образовательная деятельность (НОД). Непосредственно образовательная деятельность организуется и проводится педагогами в соответствии с ООП ДО. НОД проводятся с детьми всех возрастных групп Детского сада. В режиме дня каждой группы определяется время проведения НОД, в соответствии с «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

На протяжении дня воспитатель имеет возможность осуществлять обучение при использовании разнообразных форм организации детей, где имеют место фронтальные формы обучения:

* *прогулка*, которая состоит из:
* наблюдений за природой, окружающей жизнью;
* подвижных игр;
* труда в природе и на участке;
* самостоятельной игровой деятельности;
* *экскурсии;*
* *игры:*
* сюжетно-ролевые;
* дидактические игры;
* игры-драматизации;
* спортивные игры;
* дежурство детей по столовой, на занятиях
* труд:
* коллективный;
* хозяйственно-бытовой;
* труд в уголке природы;
* развлечения, праздники;
* экспериментирование;
* проектная деятельность;
* чтение художественной литературы;
* беседы;
* показ кукольного театра;
* вечера-досуги

В Детском саду – выделено специальное время в процессе проведения режимных моментов, организована индивидуальная работа с детьми. Содержанием обучения в этом случае являются следующие виды деятельности:

* предметно-игровая,
* трудовая,
* спортивная,
* продуктивная,
* общение,
* сюжетно-ролевые и другие игры, которые могут быть источником и средством обучения.

## Приемы, методы и технологии организации

## учебно-воспитательного процесса

Использование современных педагогических технологий открывает новые возможности воспитания и обучения дошкольников.

Здоровьесберегающие педагогические технологии нашего Детского сада реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым дошкольники учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Они должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

В более узком смысле слова - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенное образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьеобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Таблица 4. – Приемы, методы и технологии организации учебно-воспитательного процесса

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название комплексной программы, технологии** | **Программно-методическое обеспечение** | **Срок реализации** |
| 1. | ООП ДО |  | 6 лет |
| 2. | **Технологии сохранения и стимулирования здоровья** | | |
| 2.1 | Дыхательная гимнастика | * О.И. Асташенко «Дыхательная гимнпстика по Стрельниковой»; * Методические рекомендации Б. Толкачевой «Дыхательная гимнастика»; * Дыхание по методу Бутейко К. | 4 года |
| 2.2 | Артикуляционная гимнастика | * Буденная Т. В. «Логопедическая литература по артикуляционной гимнастике» | 2 года |
| 2.3. | Танцетерапия | * Андреева Ю.И. «Танцетерапия»; * Программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. | 2 года |
| 2.4 | Коррегирующая гимнастика (нарушения осанки, плоскостопие) | * Халемский Г.А. «Коррекция нарушения осанки у школьников»; * Шарманова, С. Б., Федоров, А.И. «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей дошкольного и младшего школьного возраста средствами физического воспитания» | 3 года |
| 2.5 | Ритмопластика | * Коренева Т.Ф. «Музыкальные ритмопластические спектакли»; * Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» | 2 года |
| 2.6 | Релаксация | * Н. Л. Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» | 3 года |
| 2.7 | Гимнастика пальчиковая | * М.Г. Борисенко «Наши пальчики играют» | 5 лет |
| 2.8 | Гимнастика для глаз | * М.В. Еромыгина «Картотека упражнений для самомассажа кистей рук. Зрительная гимнастика» | 5 лет |
| 3. | **Технологии обучения здоровому образу жизни** | | |
| 3.1 | Уроки здоровья и безопасности | * К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская «Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице» * Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина «Основы безопасности детей дошкольного возраста» | 3 года |
| 3.2 | Самомассаж | * В.Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления»; * Методика самомассажа по Д. Керни | 3 года |
| 4. | **Коррекционные технологии** | | |
| 4.1 | Музыкотерапия | * Г.И. Анисимова «100 музыкальных игр для развития дошкольника» | 3 года |
| 4.2 | Технологии коррекции поведения | * С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» | 3 года |
| 4.3 | Психогимнастика | * М. И. Чистякова «Психогимнастика» | 3 года |
| 4.4 | Сказкотерапия | * Н. М. Сертакова «Методика сказкотерапии в социально-педагогической работе с детьми дошкольного возраста» | 1 год |
| 4.5 | Закаливание | В.П. Праздников «Закаливание детей дошкольного возраста» | 3 года |

В Детском саду педагоги стараются создать *психологические условия* организации здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, к которым относятся:

* учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
* организация общения и деятельности для появления у ребенка позитивного эмоционального опыта;
* поощрение самостоятельности;
* развитие творческого воображения, формирование осмысленной моторики, создание и закрепление целостного позитивного психосоматического состояния при выполнении различных видов деятельности, развитие способности сопереживания, умений активного творческого самовыражения.

А так же создать *педагогические условия* здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей в Детском саду, основными из которых являются:

* организация разных видов деятельности детей в игровой форме;
* построение образовательного процесса в виде модели культуры;
* организация культуротворчества дошкольников;
* оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями

Таким образом, вся работа, проводимая в Детском саду по здоровьесберегающей деятельности, осуществляется комплексно, в течение всего дня с участием воспитателей и специалистов: медицинской сестры, врача-педиатра, педагога-психолога, инструктора по физической культуре, инструктора по плаванию, учителя-логопеда.

## План основных мероприятий по реализации Программы

Таблица 5. – План мероприятий по созданию эффективной системы оздоровления

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные** | **Сроки** | | | |
| **2017-2018** | **2018-2019** | **2019-2020** | **конец**  **2020** |
| **1.** | **Мониторинг развития и здоровья детей** | | | | | |
| 1.1 | Проведение диагностического обследования состояния здоровья детей и физической подготовленности. | Медицинская сестра,  инструктор по физической культуре | + | + | + | + |
| 1.2 | Проведение корректировки содержания и организации режима пребывания детей в Детском саду на основе данных мониторинга | Старший воспитатель, педагоги | + | + | + | + |
| 1.3 | Определение инструментария диагностики оздоровительно-закаливающих мероприятий. | Медицинская сестра, старший воспитатель, педагоги | + | + | + | + |
| **2.** | **Научно-методическая работа** | | | | | |
| 2.1 | Теоретический анализ литературы по здоровьесберегающим технологиям | Старший  воспитатель | + |  |  |  |
| 2.2 | Анкетирование педагогических работников по вопросам организации здоровьесберегающей деятельности | Старший  воспитатель | + | + |  |  |
| 2.3 | Разработка методических рекомендаций для педагогов по вопросам закаливания и лечебно-оздоровительных мероприятий; | Медицинская сестра,  старший  воспитатель | + | + | + | + |
| 2.4 | ***Консультации для педагогов***   * «Адаптационный период детей раннего возраста»; | Медицинская сестра,  старший  воспитатель | + | + | + | + |
| * «Организация и правила проведения закаливания в осенне-зимний период» | + | + | + | + |
| * «Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма» (с привлечением сотрудников Госавтоинспекции и ОПДН ОМВД   г. Усинска) | Старший  воспитатель | + | + | + | + |
| 2.5 | ***Семинар-практикум для педагогов***   * «Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ» | Старший  воспитатель,  инструктор  по физической культуре | + | + | + | + |
| * «Нарушение речи у детей в раннем возрасте» | Старший  воспитатель,  учитель-логопед | + | + | + | + |
| 2.6 | ***Смотр-конкурсы***   * «Готовность групп к новому учебному году» | Воспитатели | + | + | + | + |
| * «Лучший спортивный уголок – Укрепляем здоровье детей» | + | + | + | + |
| * «Самая здоровая группа» | + | + | + | + |
| 2.7 | ***Инструктаж с работниками Детского сада по:***   * охране жизни и здоровья детей; * охране труда; * оказанию первой медицинской помощи детям; * профилактике пищевых отравлений и кишечных инфекций | Медицинская сестра,  старший  воспитатель | + | + | + | + |
| 2.8 | Проведение тренировочных занятий с детьми и работниками по  эвакуации из Детского сада на случай возникновения пожара и  других чрезвычайных ситуаций | Заместитель  заведующего по АХР | + | + | + | + |
| **3.** | **Лечебно-оздоровительная и профилактическая работа** | | | | | |
| 3.1 | ***Оптимизация режима:***   * Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима | Старший  воспитатель,  воспитатели,  медицинская  сестра | + | + | + | + |
| * Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей | Старший  воспитатель,  медицинская  сестра,  воспитатели,  педагоги | + | + | + | + |
| 3.2 | ***Организации двигательного режима:***   * Утренняя гимнастика (спортивный зал + музыкальный зал + группы) | Воспитатели | + | + | + | + |
| * Организованная образовательная деятельность по физическому развитию | Инструктор по физической культуре, воспитатели  (I и II младших групп) | В течение года,  3 раза в неделю | | | |
| * «динамический час»; * прогулки; * «гимнастика пробуждения»; * подвижные игры разной подвижности; * физкультурные минутки во всех видах деятельности; * индивидуальная работа | Воспитатели | В течение года,  ежедневно | | | |
| * «Неделя Здоровья» | Инструктор  по физической культуре,  воспитатели | Ежегодно, 2 раза в год:  осенью и весной | | | |
| * Спортивные праздники | Инструктор  по физической культуре,  воспитатели | Ежегодно:   * октябрь спортивные развлечения в рамках месячника «За здоровый образ жизни»; * ноябрь спортивный праздник ко Дню Матери «Мама и я - спортивная семья»; * декабрь спортивное развлечение к Декаде коренных народов; * февраль «Мы в Армию Российскую пойдем» * апрель Малые олимпийские игры; * май спортивный праздник, посвящённый Дню Победы | | | |
| * Походы с воспитанниками старшего дошкольного возраста в лес, на тропу Здоровья | Инструктор  по физической культуре,  воспитатели | Ежегодно  осень, зима, весна | | | |
| 3.3 | ***Оздоровительные и закаливающие мероприятия:***   * Воздушное закаливание. * Соблюдение температурного режима в течение дня. * Водное закаливание (мытье прохладной водой рук по локоть после дневного сна). * Утренняя гимнастика. * Сон без маечек. * Правильная организация прогулки, ее длительность. * Дозированный оздоровительный бег на воздухе. * Соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние детей. * Гимнастика после сна (облегченная одежда, босиком). * Хождение по «дорожкам здоровья», «солевым дорожкам» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия). * Максимальное пребывание детей на свежем воздухе. | Воспитатели | Ежедневно | | | |
| 3.4. | ***Коррекционно-образовательная работа по:***   * развитию связной речи; * звукопроизношению; * развитию фонематического слуха; * лексико-грамматического строя речи | учитель-логопед  воспитатели | + | + | + | + |
| 3.5 | Сохранение и укрепление психологического здоровья детей | педагог-психолог | + | + | + | + |
| 3.6 | **Лечебно-оздоровительная работа**:   * Соблюдение воздушного режима; | Медицинская сестра,  мл. воспитатели | постоянно | | | |
| * Витаминотерапия «Ревит» | Медицинская сестра | октябрь, март 1 раз в день в течение 10 дней | | | |
| * Фитотерапия | осень, весна | | | |
| * Оксолиновая мазь | в эпидемический период | | | |
| * Проведение вакцинации против гриппа (работники, воспитанники) |
| * Оздоровление фитонцидами: * Чесночная ароматизация помещения; * чеснокотерапия; * лукотерапия | Воспитатели |
| **4.** | **Организация питания** | | | | | |
| 4.1 | Разработка технологических нормативов рецептур блюд и кулинарных изделий для Детского сада. | Шеф-повар | + | + | + | + |
| 4.2 | Соблюдение санитарно-гигиенических требований и технологии приготовления пищи | Заведующий  медицинская  сестра | + | + | + | + |
| 4.3 | Обеспечение разнообразным и калорийным питанием детей; | Заведующий  шеф-повар | + | + | + | + |
| 4.4 | Обеспечение рационального питания | + | + | + | + |
| 4.5 | Второй завтрак (фрукты, соки, овощные салаты); | + | + | + | + |
| 4.6 | Витаминизация третьего блюда | + | + | + | + |
| 4.7 | Контроль за качеством поступивших продуктов, сроком реализации | Зав. складом | + | + | + | + |
| 4.8 | Контроль за закладкой продуктов питания в котел; | Заведующий  медицинская  сестра  старший  воспитатель | + | + | + | + |
| 4.9 | Строгое соблюдение времени и интервалов между кормлением | воспитатели | постоянно | | | |
| 4.  10 | Сервировка стола в соответствии с возрастом ребенка, эстетично оформленная | воспитатели | постоянно | | | |
| **5.** | **Образовательная здоровьесберегающая деятельность** | | | | | |
| 5.1 | * Организованная образовательная деятельность с детьми | педагоги | + | + | + | + |
| 5.2 | * Беседы, обучающие игры, тренинги, решение проблемных ситуаций: * о здоровом образе жизни; * о безопасном поведении; * о культурно-гигиенических навыках; * о взаимосвязи питания и здоровья человека; * о различных видах закаливающих и оздоровительных процедур; * о пользе лекарственных растений; * о влиянии окружающей среды на здоровье человека и т.д. | + | + | + | + |
| 5.3 | * Информация о пользе физкультуры, спорта, оздоровительных и закаливающих мероприятиях: * в организованной образовательной деятельности; * на прогулке; * досугах, праздниках, походах; * в других видах деятельности. | старший  воспитатель,  инструктор  по физической культуре | + | + | + | + |
| 5.4 | * Выставка детских рисунков по безопасности дорожного движения | Педагоги | + | + | + | + |
| **6.** | **Информационно-просветительская деятельность** | | | | | |
| 6.1 | Освещение вопросов здоровьесбережения дошкольников в СМИ, на официальном сайте и групповых сайтах Детского сада, на информационных стендах | заведующий, старший  воспитатель,  медицинская  сестра,  педагоги | + | + | + | + |

# Перечень учебно-методического, дидактического,

# материально-технического оснащения Программы

На основе концептуальных положений Примерной комплексной общеобразовательной программы дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, З.А. Михайловой и оздоровительной программы под редакцией В.Г. Алямовской «Здоровье», педагоги занимаются поиском, изучением и внедрением следующих программ и технологий:

Таблица 6. - Перечень учебно-методического, дидактического, материально-технического оснащения Программы

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы** |
| 1. | Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003 |
| 2. | В. Алексеенко, Я. Лощинина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учимся играючи, 2008 |
| 3. | К.Ю. Белая. Фомирование основ безопасности у дошкольников. – М.: Мозаика-Синтез, 2012 |
| 4. | Е.Н. Борисова. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007 |
| 5. | В.К. Величенко. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 2000 |
| 6. | Н.В. Елжова. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 2011 |
| 7. | Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2010 |
| 8. | Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2008 |
| 9. | О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005 |
| 10. | М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.-Чебоксары, 1998 |
| 11. | Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.:Речь, 2002 |
| 12. | Богаткина О. В., Долженко Е. А., Долженко А. А. Адаптация детей дошкольного возраста: проблемы и поиск решений. Современные формы работы с детьми. Издательство: Учитель, 2015 г |
| 13. | Подольская Е.И. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы, занятия, физические упражнения. Гр. раннего возраста ФГОС. Издательство: Учитель, 2016 г. |
| 14. | Кириллова Ю.А., Растем, развиваемся, физкультурой занимаемся. Особенности физического воспитания детей третьего года. Издательство: Детство-Пресс, 2014 г. |
| 15. | Погудкина И.С., Развивающие игры, упражнения, комплексные занятия для детей раннего возраста (с 1 года до 3-х лет). Издательство: Детство-Пресс, 2015 г. |
| 16. | Инновационные формы взаимодействия ДОУ с семьей. Родительские собрания и конференции. ФГОС ДО. Сертакова Н.М., Издательство: Учитель, 2015 г. |
| 17. | Полынова В.К. и др. ОБЖ детей дошкольного возраста. Планирование работы. Беседы. Игры. Издательство: Детство-Пресс,2009 |
| 18. | Т.П. Гарнышева. ОБЖ для дошкольников. Издательство: Детство-пресс,2011 г. |
| 19. | Узорова О.В., Нефедова Е.А. Физкультурные минутки. Москва,2006 г. |
| 20. | Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры.2008 г. |
| 21. | Корнеичева Е.Е. Планирование ОД с дошкольниками в режиме дня. Старшая группа. М.,2013 г. |
| 22. | Гарнышева Т. Н. ОБЖ для дошкольников. Планирование работы, конспекты занятий. СПб.: ООО «Издательство: Детство-Пресс», 2011.—128с. |
| 23. | Волчкова В. Н., Степанова Н. В. Конспекты занятий в старшей группе детского сада. Познавательное развитие. – Воронеж: ЧП Лакоценин С. С., 2008.—207с. |
| 24. | ОБЖ. Средняя и старшая группы. Разработка занятий./ Сост. М. А. Фисенко. – Волгоград: ИТД «Корифей». – 96 с. |
| 25. | Мосалова Л. Л. Я и мир: Конспекты занятий по социально-нравственному воспитанию детей дошкольного возраста. – СПб.: «Издательство: Детство-Пресс», 2009.—80с. |
| 26. | Железняк Н. Ч.,Желобкович Е. Ф. 100 комплексов ОРУ для младших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. – 120с. |
| 27. | Шорыгина Т. А. Осторожные сказки. Безопасность для малышей. – М.: Книголюб, 2003. – 80с. |
| 28. | Узорова О. Физкультурные минутки. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2004. – 96с. |
| 29. | Сайкина Е. Г., Фирилева Ж. Е. Физкульт-привет минуткам и паузам. – СПб.: «Издательство: Детство-Пресс», 2004. – 128с. |
| 30. | Рузина М. С., Афонькин С. Ю. Страна пальчиковых игр. Развивающие игры и оригами для детей и взрослых. – СПб.: КРИСТАЛЛ – 336с. |
| 31. | Новиковская о. А. Пальчиковая азбука. – М.: Астрель, 2010.—96с |
| 32. | Здравствуй, пальчик! Как живешь?: картотека тематических пальчиковых игр/ сост. Л. Н. Калмыкова. – Волгоград: Учитель, 2014.- 247с. |
| 33. | Уланова Л. А., Иордан С. О. Методические рекомендации по организации и проведении прогулок для детей 3-7 лет. – СПб.: Издательство: Детство-Пресс, 2008 – 160с. |
| 34. | Нищева Н. В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. –СПб.: ООО «Издательство: Детство-Пресс», 2011.—192с. |
| 35. | Организация деятельности детей на прогулке. Старшая группа/авт.-сост. Т. Г. Кобзева – Волгоград: Учитель, 2013.—287с. |
| 36. | Матиясевич «Игры с детьми на весенних и летних прогулках» |
| 37. | Кравченко И. В., Долгова Т. П. Прогулки в детском саду. Старшая и подготовительная гр.: Методическое пособие. – М.: ТЦ. Сфера, 2012. |

# 

# Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация двигательной развивающей среды в дошкольном учреждении. Анализ показал, что в Детском саду и в группах имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а также для их расслабления и отдыха.

# В Детском саду оборудованы спортивный зал, бассейн, где представлено разнообразное физкультурное оборудование, а так же пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий.

# В спортивном зале имеется несколько гимнастических скамеек, спортивные маты для обеспечения страховки и предотвращения травматизма, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, резиновые и массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, нестандартное оборудование для «игровых дорожек», мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли, детские тренажеры и т.п.

# Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки, для подлезания - дуги и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий.

# Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работе на свежем воздухе. Вся территория участка предназначена для прогулки детей и используется в педагогическом процессе. Дети в возрасте от 2 до 7 лет на прогулке не только дышат свежим воздухом, но и становятся активными участниками разных видов деятельности. Это:

# физическая активность: бег, лазание, прыгание, катание на лыжах и санках в зимнее время, а также катание машин, колясок и т.д.

# подвижные игры с правилами;

# сюжетные игры;

# экспериментирование с различными природными средами и объектами;

# общение со сверстниками;

# трудовые элементы (занятия с землей, выращивание растений и т.д.)

# Так, с целью обогащения и совершенствования предметно-развивающей среды на территории были организованы центры:

# обучающие: «Дорожная безопасность», «Огород круглый год»;

# игровые: «Веселые дорожки», «Автопарк», «Детский городок»;

# двигательной активности: «Территория спортивных игр в баскетбол, футбол».

# Дошкольники на прогулке имеют возможность передвигаться по всему участку и общаться с представителями других групп, так как участок Детского сада – единственное пространство для встречи со старшими и младшими товарищами. Это очень важное место, здесь можно играть по своему желанию, свободно перемещаться в открытом пространстве и выбирать себе партнеров по игре и общению.

# РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В период с 2012 года по 2016 годы работа по организации здоровьесберегающей деятельности в Детском саду велась через:

* соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований;
* организацию сбалансированного питания;
* систему закаливания детей;
* развитие физкультурно-оздоровительных мероприятий;
* создание благоприятного микроклимата в Детском саду.

Большое внимание уделялось пропаганде здорового образа жизни и просвещению родителей (законных представителей) по вопросам физического развития дошкольников, профилактике детской заболеваемости, психологического комфорта в семье. Большое значение придавалось двигательной активности детей, развитию основных движений, подвижным играм и специальным мерам закаливания детского организма.

C 2013 по 2014 года воспитанники детского сада, 3-х летнего возраста и старше получали витаминизированный напиток «Валетек», содержащий 13 витаминов с ягодно-фруктовыми вкусами. Напитки и кисели «Валетек» не содержат консервантов, искусственных красителей, генетически модифицированных компонентов.

Таблица 3. -Уровень и группы здоровья воспитанников

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | Общее  кол-во восп-ков | Не болевших  в течение года | Индекс здоровья | Группы здоровья | | | | | | | |
| I | | II | | III | | IV | |
| 2012-2013 | 239 ч. | 59 ч. | 24,7% | 95 ч. | 39,7% | 137 ч. | 57,3% | 6 ч. | 2,5% | 1 ч. | 0,4 % |
| 2013-2014 | 246 ч. | 139 ч. | 56,5% | 99 ч. | 40,2% | 142ч. | 57,7% | 5 ч. | 2,1% | - | - |
| 2014  2015 | 298 ч. | 97 ч. | 37,7% | 115 ч. | 38,6% | 174ч. | 58,4  % | 6 ч. | 2,0  % | 3 ч. | 1,0% |
| 2015  2016 | 317 ч. | 89 ч. | 28,1 % | 145 ч. | 45,7 % | 167ч. | 52,7 % | 5 ч. | 1,6  % | - | - |

В течение периода 2012 – 2014 года в детском саду наблюдалась значительная позитивная динамика в снижении уровня заболеваемости воспитанников, но в 2014-2015 учебном году повысился уровень заболеваемости детей в связи с набором детей трех групп с 1,5 до 3х лет, период адаптации которых проходил в зимнее время года. В 2015-2016 учебном году уровень заболеваемости остается низким в связи с набором детей пяти групп младшего возраста с 1,5 до 3х лет, период адаптации которых проходил в течение года и с пиком заболеваемости гриппом в Республике Коми в январе-феврале 2016 года.

Таким образом, основными результатами реализации Комплексной программы по организации здоровьесберегающей деятельности «Азбука здоровья» (2013 – 2016 годы) стали:

* улучшение основных показателей состояния физического здоровья детей;
* положительная динамика физической подготовленности воспитанников;
* овладение воспитанниками элементарными навыками безопасного поведения;
* формирование у дошкольников основ валеологического сознания, потребности заботиться о своем здоровье;
* повышение профессиональной культуры педагогов в вопросах здоровьесбережения;
* создание надежной системы управления процессами здоровьесбережения;
* достижение тесного взаимодействия с семьями воспитанников по формированию у детей здорового образа жизни.

# 

# Заключение

Мы считаем, что созданная в Детском саду система работы по оздоровлению позволит нам достичь поставленной цели в сохранении и укреплении физического и психического здоровья воспитанников Детского сада, в формировании у родителей (законных представителей) и детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в Детском саду.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это даст положительный эффект в нашей работе: у большинства детей уже наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

В результате внедрения и реализации оздоровительной программы «Азбука здоровья», дети должны показать высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости и достаточный уровень развития основных движений.

# СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка/ Алямовская В.Г. –М: Аркти, 1993 – 132 с.
2. Береснева З.И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ/ под ред. Бересневой З.И. - М.: Сфера, 2005 – 31 с.
3. Волошина Л.Н. Теория и практика развития здоровьесберегающего образовательного пространства в комплексе «Дошкольное учреждение – педагогический колледж» / Волошина Л.Н. – Белгород, ГОУ ВПО Белгородский ГУ, 2005 – 150 с.
4. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. – М: Гуманитарный изд. центр Владос, 2005 – 175 с.
5. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: программа и программные требования/ Глазырина Л.Д. - М.:Владос, 1999.- 138 с.
6. Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми/ Змановский Ю.Ф. – М.: Просвещение, 1989. -154 с.
7. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подг. группы детского сада – М: ТЦ Сфера, 2004 – 384 с.
8. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников дошк. обрз. учреждений, / Маханева М.Д., 2-е изд., испр. и доп. – М: Аркти, 2000 – 108 с.
9. Петрова Н.Л., Баранов В.А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: «Издательство ФАИР», 2008. – 120с.: ил.
10. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов дошк. Учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей/ Рунова М.А. – М.: Мозаика-Синтез, 2000.-218 с.
11. Третьяков П.И., Белая К.Ю. Дошкольное образовательное учреждение: Управление по результатам/ Третьяков П.И., Белая К.Ю.- М.: Новая школа, 2001, -304 с.
12. Яблонская С.В., Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 112 с. (Здоровый малыш)