

«СОГЛАСОВАНО»
Заведующий МБДОУ №72
«Антошка»
Л.Г. Альмухаметова



Введено в действие
Приказом заведующего
МБДОУ №72 «Антошка»
«27» 08 2021 г. №

Рассмотрено и утверждено
на педагогическом совете
от «27» августа 2021 г.
протокол № 1

Программа **оздоровления «КРЕПЫШ»**

МБДОУ «Детский сад №72 «Антошка»

Срок 2021-2025 год

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

*“Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье детей –
это важнейший труд воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей зависит их
духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы”.*

В.А.Сухомлинский

Программа «Крепыш» определяет основные направления оздоровления в детском саду, задачи, а также пути их реализации. Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определенный уровень умственной и физической работоспособности. В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом. Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребёнка стало редкостью.

Причин роста патологии множество. Это плохая экология и несбалансированное питание, снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки. Возможность постоянного поиска путей укрепления здоровья детей, формирование у них основ здорового образа жизни, разностороннего развития двигательных способностей убеждает в том, что до настоящего времени в ДОУ не полностью реализуется оздоровительное влияние физического воспитания, естественных факторов природы на организм ребенка. Поэтому актуален поиск новых средств сохранения и укрепления здоровья детей.

Сегодня еще так же к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д.Маханевой, В.Г.Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают “двигательный дефицит”, т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы нашего детского сада, является здоровьесбережение в ДОУ. Педагогический коллектив дошкольного учреждения чётко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДОУ прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

В результате этого в детском саду «Антошка» разработана программа «Крепыш» и приложения к ней - методические рекомендации по физическому развитию и оздоровлению

детей в дошкольном учреждении. Программа «Крепыш» комплексно подходит к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья детей.

Программа «Крепыш» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ:

- ✓ анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- ✓ научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- ✓ материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- ✓ финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- ✓ комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- ✓ анализ результатов физической подготовленности детей;
- ✓ характеристика физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Программа «Крепыш», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

Разрабатывая программу «Крепыш», 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.

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.

Программа «Крепыш» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

Объекты программы:

- Дети ДОУ;
- Педагогический коллектив;
- Родители (законные представители) детей, посещающих ДОУ.

1.2. КОМПЛЕКТОВАНИЕ.

В МБДОУ принимаются дети в возрасте от 2 лет до 7 лет. Возрастные границы (на 1 сентября) приёма детей и перевода в возрастные группы определены наименованием группы согласно Образовательной программе и СанПиН 1.2.3685-21

Первая младшая группа(от2до 3лет)-3 группы

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет) – 2 группы;

Средняя группа (от 4 лет до 5 лет) – 2 группы;

Старшая группа (от 5 лет до 6 лет) – 2 группы;

Подготовительные группы (от 6 лет до 7 лет)- 3 группы

1.1. ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ муниципального образовательного учреждения

Состояние здоровья и физическое развитие детей, посещающих ДОУ 2021 год

Возраст	Всего детей	Состояние здоровья					Число детей с весом			Число детей с низким ростом
		I гр	II гр.	III гр.	IV гр.	V гр.	Нормальным	с дефицитом массы тела (10% и больше)	с избытком массы тела (20% и выше)	
Всех возрастов	296	24	256	15	1	-	282	6	4	4

Данные об общем числе детей в ДОУ и количество диспансерных больных

№		Всего 3 – 7 лет
1.	Всего детей на начало отчетного года	296
2.	Всего детей на конец года	303
2.1.	Из них состоят на диспансерном учете по III – V гр. здоровья	15
2.2.	В том числе дети - инвалиды	2

Физическая подготовленность

	Детский сад
Среднее	276
Выше среднего	7
Ниже среднего	8
Низкая	-
Высокая	5
Всего	296

1.3. Цель, задачи и пути реализации программы.

Программа «Крепыш» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Цель: направлена на:

1. обеспечение укрепления здоровья воспитанников;
2. профилактика хронических и простудных заболеваний;
3. применение эффективных форм оздоровления детей в условиях детского сада;
4. привитие здорового образа жизни у дошкольников

1.4. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.

Профилактические:

1. Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям детского сада.
2. Организация и надлежащее выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физического воспитания.

4. Проведение санитарных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.
5. Предупреждение острых заболеваний и психологического дискомфорта методами неспецифической медико-психолого-педагогической профилактики.
6. Проведение специальных, социальных и санитарных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационные:

1. Организация здоровьесберегающей развивающей среды ДОУ.
2. Определение показателей физического развития, двигательной активности и подготовленности, критериев здоровья детей дошкольного возраста методами комплексной диагностики.
3. Изучение передового педагогического, медицинского опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных методик и технологий.
4. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.
5. Пропаганда нетрадиционных методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников детского сада.

Лечебные:

1. Оказание доврачебной медицинской помощи при неотложных состояниях.
2. Химиопрофилактическое лечение тубинфицированных детей.
3. Физиолечение по назначению врача.

1.5. ОБЪЕКТЫ ПРОГРАММЫ:

1. Воспитанники ДОУ;
2. Педагогический коллектив;
3. Родители (законные представители) детей, посещающих ДОУ.

1.6. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ.

- Принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка
- Принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики)
- Принцип интеграции образовательных в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников
- Принцип лично- развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослых (законных представителей, педагогических работников) и детей
- Предполагает реализацию образовательного процесса в формах, специфических для детей, прежде всего в форме игры, познавательной деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно- эстетическое развитие ребенка
- Строится на основе индивидуальных особенностей и потребностей детей, связанных с их состоянием здоровья
- Обеспечивает приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства
- Основывается на возрастной адекватности дошкольного образования, предусматривает поддержку инициативы детей в различных видах деятельности, непрерывность образования.

1.7. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:

- улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
- успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОО ежегодно не менее 86%, качественная подготовка детей к школе до 95%;
- рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
- активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%.
- Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
- Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
- Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.
- Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

ребёнка

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

1. Комплексная диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами:

- Осмотр детей специалистами детской поликлиники;
- Регулярный осмотр детей медицинским персоналом ДОО;
- Диагностирование общей физической подготовленности детей в начале и конце года.

2. Рациональная организация двигательной деятельности детей.

К организационным условиям здесь относятся:

- Проведение утренней гимнастики, физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности;
 - Преобладание циклических упражнений;
- Циклы физкультурных занятий:

- традиционные;
- нетрадиционные;
- тренировочные;
- занятия-соревнования;
- самостоятельные;
- интегрированные с другими видами деятельности;
- праздники и развлечения;

- Ежедневный режим прогулок - 3-4 часа;

- Гимнастика после сна;

- Обеспечение двигательной активности детей атрибутами и пособиями;

- Создание необходимой развивающей среды;

- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;

- Занятия по формированию здорового образа жизни.

3. Система эффективного закаливания по ступеням: от щадящих до более интенсивных воздействий с учетом индивидуальных особенностей детей.

При этом используется комплекс процедур:

- Босохождение;

- Ходьба по «дорожкам здоровья» (ребристая доска, дорожка со шипами, пуговичками, по

«гусенице»- профилактика плоскостопия);

-Обмывание стоп;

-Полоскание ротовой полости водой комнатной температуры и настоями трав;

-Воздушные ванны в облегченной одежде;

-Солнечные ванны;

-Гимнастика для глаз;

-Пальчиковая гимнастика;

-Дыхательная гимнастика;

-Гимнастика на свежем воздухе в теплый период года;

-Массаж: точечный, игровой, самомассаж (рук, лица и тела)

3. Осуществление лечебно-профилактической работы:

-Постоянный контроль осанки;

-Контроль на занятиях по физическому воспитанию;

-Подбор мебели в соответствии с ростом детей;

-Сбалансированное питание;

-Вакцинация против гриппа;

-Потребление фитонцидов (чеснока и лука);

-Употребление соков и фруктов (второй завтрак);

-Установка комплексной очистки воды на пищеблоке детского сада;

-Кварцевание помещений

4. Использование практически апробированных и разрешенных методик нетрадиционного оздоровления детей с функциональными отклонениями в здоровье:

-Пальчиковая и артикуляционная гимнастика, рекомендованная для использования в ДОУ;

-Дыхательная гимнастика;

-Гимнастика для глаз;

-Психогимнастика;

-Хождение по «Тропе здоровья»;

-Оздоровительно-развивающие игры;

-Игровой массаж;

-Релаксация;

-Физминутки;

5. Комплекс психогигиенических мероприятий:

-Элементы музыкотерапии (музыка сопровождает большинство режимных моментов)

-Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ.

6. Реабилитация и профилактическая работа:

-Реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательных путей (шадящий режим, расчет физических нагрузок);

-Профилактическая работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;

-Профилактическая работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой;

-Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;

-Индивидуальная работа в группе и на прогулке, проводимая воспитателями группы.

7. Консультативно-информационная работа:

-Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, родителям (законным представителям) воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников;

-Открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий;

-Участие родителей (по возможности) в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ по мероприятиям годового плана;

-Оформление папок, памяток, консультаций, информационных стендов;

-Проведение занятий с детьми с использованием оздоровительных технологий.

2.2. ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ.

1. Мероприятия по первичной профилактике заболеваний:

Предупреждение роста заболеваний в период адаптации:

- - щадящий режим,
- - активный отдых,
- - положительная эмоциональная настроенность детей.
- - санация очагов инфекции,
- - полноценное питание.

Подготовка организма детей к неблагоприятному осенне-зимнему периоду года:

- - вакцинопрофилактика (строго по показаниям)
- - санация очагов инфекции,
- - закаливающие процедуры,
- - сбалансированное питание.
- - фитотерапия (витаминный чай)
- - Мероприятия в период повышенной заболеваемости ОРЗ и гриппом:
- - своевременное выявление и изоляция больных (утренний фильтр),
- - соблюдение сандез. режима,
- - сквозное проветривание,
- - контроль за температурным режимом,
- - применение фитонцидов,
- - точечный массаж.

2. Мероприятия, направленные на повышение иммунитета и адаптационных возможностей детского организма:

- -Витаминизация III- блюда,
- -рациональное питание,
- -массаж биологически активных (БАТ) по Уманской,
- -закаливание,
- -утренняя гимнастика,
- -гимнастика для глаз,
- -полоскание зева,
- -воздушное закаливание
- -посещение бассейна
- -прием кислородного коктейля «Волшебная сила воздушных пузырьков»

Использование нетрадиционного оздоровления:

1. Элементы точечного массажа по Уманской: дети младшего возраста - в соответствии с возрастом, дети старшего возраста - в полном объеме.

2. Пальчиковая гимнастика: младший возраст – в соответствии с возрастом, старший возраст – в полном объеме.

3. Дыхательная и звуковая гимнастика.

4. Су-Джок терапия: массаж.

5. Хождение по «тропе здоровья».

6. Дыхательная гимнастика Стрельниковой.

7. Закаливающее носовое дыхание.

Физкультурно-оздоровительная работа

(Врач-педиатр, инструктор по физической культуре, инструктор по физической культуре (плаванью) , старший воспитатель, медсестры детского сада, воспитатели, узкие специалисты.)

1. Дополнительные физкультурные занятия специализированного воздействия.

2. Подвижные игры и физические дыхательные упражнения на свежем воздухе.

3. Утренняя зарядка с обязательным бегом и дыхательными упражнениями.

4. Дыхательные гимнастики во время режимных моментов в течение всего дня.

5. Дыхательная и звуковая гимнастика после сна.

6. Релаксационные техники.

7. Спортивные игры и соревнования.

8. Босохождение в теплый период года.
9. Элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения

Планирование по использованию оздоровительной системы в режиме дня

Утренняя гимнастика:

I часть – дыхательная гимнастика:

- Стрельниковой;
- Дыхательные упражнения по системе хатха-йоги;

II часть – ритмическая гимнастика:

- Пальчиковая гимнастика;
- Общеразвивающие упражнения;
- Танцевальные упражнения;
- Упражнения из системы хатха-йоги;
- Использование элементов упражнений из различных оздоровительных систем: аэробика, шейпинг и т. д.

Перед занятиями:

- Точечный массаж, антистрессовый массаж, интеллектуальный массаж.

Физкультминутки на занятиях:

- Дыхательные упражнения;
- Пальчиковая гимнастика.

Утренняя прогулка:

- Дыхательная гимнастика, включающая мышечные упражнения;
- Оздоровительная ходьба, бег.

Перед сном:

- Релаксация, саморегуляция.

После сна:

- Гимнастика пробуждения;
- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика;
- Ходьба с использованием нестандартного физкультурного оборудования (предупреждение плоскостопия, исправление (профилактика) осанки, сколиоза).

Перед ужином:

- Массаж на профилактику простудных заболеваний;

2.3.ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1. Четкая организация теплового и воздушного режима в помещении (проветривание согласно графика).
2. Следить за рациональной одеждой детей (в групповых комнатах дети находятся в облегченной одежде, одежда для прогулок должна соответствовать времени года и характеру погоды).
3. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику, организовывать с детьми подвижные игры и упражнения (в летний период проводить эти занятия на свежем воздухе).
4. Строго выполнять стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приема пищи, дневной и ночной сон, общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе.
5. Ежедневное пребывание детей на свежем воздухе.
6. Строго учитывать характер погоды при проведении подвижных игр, если температура ниже -15°C проводить с детьми игры с наиболее интенсивной двигательной нагрузкой, в теплую погоду – спокойные игры.
7. Уделять особое внимание беговым упражнениям для тренировки и совершенствования общей выносливости, наиболее ценного оздоровительного качества с учетом заболеваемости туберкулезной интоксикацией и затухающими формами туберкулеза.
8. Исключить шумные игры за 30 минут до возвращения детей с прогулки.
9. Обеспечить условия для преобладания положительных эмоций во всех видах двигательной активности и ежедневном распорядке дня ребенка.

10. Обеспечить спокойную обстановку в подготовке детей ко сну.
11. Строго соблюдать время, отведенное для сна.
12. Специальные меры закаливания: воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями для ног, плеч, туловища, рук, на дыхание (упражнения выполнять после сна, лежа в постели).
13. Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры после приема пищи. При каждом полоскании использовать около 1/3 стакана воды.
14. В летний период:
 - хождение босиком по траве, земле, асфальту;
 - игры детей с водой;
 - все виды занятий проводить на свежем воздухе.
 - использовать босохождение по нестандартному физкультурному оборудованию.
15. Проводить контрольное обследование детей в группах сада.

2.4. РАБОТА С КОЛЛЕКТИВОМ ДОО

Функциональные обязанности работников ДОО в рамках реализации программы оздоровления

Заведующий МБДОО:

- общее руководство по внедрению программы оздоровления
- контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей

Старший воспитатель:

- проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом)
- контроль за реализацией программы оздоровления

Заместитель заведующего по ХР:

- создание материально-технических условий
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы «Крепыш»
- создание условий для предупреждения травматизма в ДОО
- обеспечение ОБЖ

Инструктор по физкультуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей
- использование здоровьесберегающих технологий
- коррекция отклонений физического развития
- включение в физкультурные занятия:
 - упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
 - упражнений на релаксацию
 - дыхательных упражнений
- закаливающие мероприятия
 - сниженная температура воздуха
 - облегченная одежда детей
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- пропаганда здорового образа жизни

Педагоги:

- использование здоровьесберегающих технологий
- пропаганда здорового образа жизни
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - закаливания, дыхательной гимнастики
 - релаксационных, кинезиологических упражнений
 - массажа и самомассажа
 - упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей

Педагог-психолог:

- использование здоровьесберегающих технологий
- охранительный режим
- коррекция отклонений в психическом развитии
- методы психологической разгрузки

Старшая медсестра:

- пропаганда здорового образа жизни
- организация рационального питания детей
- иммунопрофилактика
- лечебные мероприятия
- реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану

Шеф-повар:

- организация рационального питания детей
- контроль за соблюдением технологий приготовления блюд
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке

Младший обслуживающий персонал:

- соблюдение санитарно-охранительного режима
- помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий

Обучение персонала:

- инструктаж персонала по охране жизни и здоровья детей;
- инструктаж персонала по пожарной безопасности;
- обучение на рабочем месте;
- санитарно-просветительская работа с персоналом.

2.5.МОДЕЛЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ВНЕДРЕНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Компоненты деятельности	Педагоги	Медицинский персонал	Администрация	Родители
Физическое развитие и здоровье ребенка				
Адаптация	Оказывают эмоциональную поддержку ребенку. Способствуют постепенному привыканию в ДООУ. Узнают привычки ребенка и особенности воспитания в семье.	Изучают особенности физического здоровья и развития ребенка. Оказывают консультативную помощь педагогам и родителям по здоровью и адаптации	Координирует работу медицинской, педагогической служб ДООУ с целью обеспечения щадящей адаптации	Эмоционально поддерживают малыша и оказывают помощь педагогам по адаптации ребенка.
Создание условий для физического развития и психологического комфорта ребенка в ДООУ	Выполняют систему проведения режимных мероприятий. Создают благоприятный психологический климат в группе. Осуществляют лично – ориентированный способ взаимодействия с ребенком. Оказывают консультативную помощь родителям по выработке единых требований.	Обеспечивают рациональный режим сна, питания, двигательного режима и выполнения санитарных требований к содержанию детей в ДООУ	Обеспечивает руководство и контроль по созданию условий для физического и психологического комфорта ребенка в детском саду.	Соблюдают дома режим сна и питания, принятые в детском саду.

Соблюдение режима двигательной активности	Создают условия, выделяют время в режиме дня для свободной двигательной активности и организованных физкультурных форм работы в группах и на участке	Осуществляют медико – педагогический контроль за соблюдением режима двигательной активности в течение дня.		Организуют прогулки в выходные дни, дают возможность малышу свободно двигаться в самостоятельной игровой деятельности
Физкультурные занятия, спортивные праздники, досуги	Соблюдают программные и возрастные требования при организации и проведении физкультурных занятий и утренней гимнастики. Оказывают необходимую консультативную помощь родителям с целью формирования у детей интереса к систематическим занятиям спортивными упражнениями. Осуществляют индивидуальный подход к детям с ослабленным здоровьем.	Контролируют соблюдение санитарно – гигиенических норм проведения занятий, моторной плотности и физической нагрузки на детей во время организованных форм работы по физическому воспитанию детей	Создает материально – технические условия, обеспечивающие качественное и безопасное проведение учебно–воспитательного процесса по физическому развитию детей. Осуществляет контроль за качеством проведения всех форм работы по физическому развитию детей и обеспечению двигательной активности.	Вместе с ребенком приобщаются к различным видам спорта.
Формирование основ здорового образа жизни	Учат детей умываться, мыть ноги перед сном, следить за состоянием рук, ногтей, мыть руки перед принятием пищи, пользоваться унитазом и туалетной бумагой, правильно применять предметы индивидуального пользования (расческу, носовой платок, полотенце, зубную щетку). Формируют привычку к здоровому образу жизни на занятиях, проводят познавательную работу о вредных привычках. Формирует знания и умения детей по основам безопасности жизнедеятельности, освоению схемы поведения в опасных ситуациях.	Осуществляют контроль за качеством работы педагогов ДОУ по формированию культурно–гигиенических навыков, выполнением санитарных правил, установленных органами Роспотребнадзора. Консультирует родителей по основам здорового питания	Создает условия для безопасного труда и безопасной жизнедеятельности детей в ДОУ, контролирует выполнение санитарных правил, установленных органами Роспотребнадзора. Осуществляет контроль за освоением Программы по данному направлению.	В домашних условиях поддерживают культурно – гигиенические навыки и привычки, вырабатываемые в детском саду.
Летняя оздоровительная работа	Обеспечивают максимальное пребывание детей на свежем воздухе. Организуют музыкальные и спортивные развлечения, активный отдых на прогулке, походы, экскурсии на природу.	Консультации по обеспечению безопасности детей, по профилактике травматизма, солнечного удара, укусов насекомых, отравлений ядовитыми грибами, ягодами, растениями. Ока-	Материально обеспечивает летнюю оздоровительную кампанию. Контролирует выполнение закалывающих процедур, мероприятий по активному отдыху	Соблюдают требования, предъявляемые детским садом к летней одежде, головным уборам, питанию, режиму дня, заботе о безопасности ребенка..

		зывает первую помощь, контролирует выполнение закаливающих процедур естественными факторами.	и организацию прогулок, экскурсий, организуют связь с общественными организациями.	
--	--	--	--	--

2.6.ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОУ И СЕМЬИ ПО ВОПРОСАМ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.

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

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

В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

- 1.Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
- 2.Участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;
- 3.Целенаправленную санитарно-просветительную работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима;
- 4.Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работой в детском саду;
- 5.Обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания);
- 6.Ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма. В этих целях хорошо используются: информация в родительских уголках, в папках передвижках, в библиотеке детского сада;
- 7.Различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом семейного воспитания;
- 8.Семинары-практикумы, деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми; "открытые дни" родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур.

Проблему воспитания, развития и формирования здорового ребенка невозможно решить в полной мере без активного участия в этом родителей.

Эффективными формами сотрудничества дошкольного учреждения с семьей являются:

- 1.**Родительские собрания** - являются одной из эффективных форм взаимодействия с семьей, темы и вид собрания педагоги определяют вместе с родителями. Они проводятся групповые и

общие (для родителей всего учреждения). Общие собрания организуются 2-3 раза в год. На них обсуждают задачи на новый учебный год, результаты образовательной работы, вопросы физического воспитания и проблемы летнего оздоровительного периода и др. На общее собрание приглашается врач, юрист, детский писатель и т.д. Предусматриваются выступления родителей.

2. Совместные физкультурные досуги, праздники, Дни здоровья, туристические походы - позволяют приобщить к здоровому образу жизни не только воспитанников детского сада, но и их родителей. Физкультурные праздники способствуют совершенствованию двигательных умений детей, формированию интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями. Дни здоровья содействуют оздоровлению детей и взрослых, предупреждают утомление. Туристические походы – одна из наиболее активных форм совместного отдыха. Это – общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность. Походы сближают родителей, детей и педагогов дошкольного учреждения, дают прекрасную возможность создания атмосферы взаимопонимания и сотрудничества.

3. Дни открытых дверей- являясь достаточно распространенной формой работы, дают возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательно-образовательной работы, заинтересовать ею и привлечь к участию. Проводится как экскурсия по дошкольному учреждению с посещением группы, где воспитываются дети пришедших родителей. Можно показать утреннюю гимнастику, физкультурное занятие, наблюдать за организацией питания, сна, закаляющих процедур и других режимных моментов в ДООУ.

4. Домашние задания - позволяют повысить двигательную активность детей, подтянуть отстающего в движении ребенка, дать родителям конкретные советы по общению с детьми, дать родителям конкретное содержание для общения с детьми.

5. Совместный просмотр видеофильмов, фильмов - заставляет обсуждать проблемы, искать пути к здоровью ребенка

6. Передача опыта семейного воспитания - можно осуществить через разнообразные интервью, выставки, конференции, на которых родители будут обмениваться опытом между собой, на выставках узнать о досугах своих воспитанников.

7. Комплектование педагогической библиотеки по организации физического воспитания в семье - к комплектованию библиотечного фонда целесообразно привлечь самих родителей, которые охотно передают в общественное пользование прочитанные книги, журналы. Пропаганда литературы по педагогической тематике входит в обязанности педагогов дошкольного учреждения. Важны разные формы этой работы: традиционные папки-передвижки, обсуждение отдельных книг или публикаций в ходе консультаций, заседаний дискуссионного клуба, информация на групповом стенде, выставки новой литературы с краткой аннотацией, обзор новинок на родительском собрании и т.д. Задача педагогов – пробудить у родителей интерес к педагогической литературе и помочь выбрать в потоке современных изданий надежные в теоретическом отношении источники.

8. Выпуск газеты – где освещаются актуальные вопросы оздоровления ребенка, в номерах предлагаются диагностические материалы и рекомендации для родителей.

2.7. Методы сотрудничества с семьей:

1. Беседа с родителями - являются наиболее эффективной формой доведения до сведения родителей информации о жизни ребенка в группе. Регулярно сообщая родителям даже о незначительных достижениях ребенка, обращая внимание на его достоинства, воспитатель способствует созданию позитивного взгляда родителей на своего ребенка, приучает следить за успехами ребенка, правильно реагировать на них. Беседы проводятся как индивидуальные, так и групповые. И в том и в другом случае четко определяется цель: что необходимо выяснить, в чем хотим помочь. Содержание беседы лаконичное, значимое для родителей, преподносится таким образом, чтобы побудить собеседников к высказыванию.

2. Консультации родителей - которые проводятся индивидуально или для подгруппы родителей. На групповые консультации можно приглашать родителей разных групп,

имеющих одинаковые проблемы или, наоборот, успехи в воспитании. Целями консультации являются усвоение родителями определенных знаний, умений; помощь им в разрешении проблемных вопросов. Формы проведения консультаций различны (квалифицированное сообщение специалиста с последующим обсуждением; обсуждение статьи, заранее прочитанной всеми приглашенными на консультацию; практическое занятие).

3. Наблюдения за ребенком - позволяет многое узнать об особенностях семейного воспитания, микроклимата, общения. Чтобы избежать случайных выводов наблюдение следует проводить несколько раз в аналогичных ситуациях.

4. Анкетирование- помогает выявить наиболее приемлемые и эффективные формы работы с родителями, помогает оценить работу коллектива, выявить те вопросы воспитания и развития детей, которые у родителей вызывают затруднения.

5. Посещение семьи- удобный случай ответить социальным ожиданиям родителей, прежде всего – относительно положительного отношения к их ребенку. Посещение семьи ребенка много дает для ее изучения, установления контакта с ребенком, его родителями, выяснения условий воспитания, если не превращается в формальное мероприятие. Педагогу необходимо заранее согласовать с родителями удобное для них время посещения, а также определить цель своего визита. Прийти к ребенку домой – это прийти в гости. Значит, надо быть в хорошем настроении, приветливым, доброжелательным. Следует забыть о жалобах, замечаниях, не допускать критики в адрес родителей, их семейного хозяйства, уклада жизни, советы (единичные!) давать тактично, ненавязчиво. Переступив порог дома, педагог улавливает атмосферу семьи: как и кто из членов семьи встречает, поддерживает разговор, насколько непосредственно обсуждаются поднятые вопросы. Поведение и настроение ребенка (радостный, раскованный, притихший, смущенный, приветливый) также помогут понять психологический климат семьи.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

1. Медицинский кабинет, прививочный кабинет, которые оснащены медицинским оборудованием.

2. Физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарём: гимнастическими скамьями, спортивными матами; тренажерами, ребристыми досками, мячами, обручами и другим необходимым оборудованием. Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность физкультурных занятий.

3. Бассейн, который оборудован необходимым инвентарем: надувные игрушки, разноцветные мячи, доски для плавания, ласты, сачки, лейки.

4. Музыкальный зал, который оснащен необходимым оборудованием. физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарём: гимнастическими скамьями, спортивными матами; ребристыми досками, мячами, обручами, канатами и другим необходимым оборудованием. Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность физкультурных занятий.

5. Оборудован методический кабинет, в задачи которого входит оказание действенной помощи педагогам в организации педагогического процесса, в работе с родителями, в повышении педагогического мастерства и организации самообразования. Весь методический материал систематизирован и распределен в соответствии с требованиями к содержанию и методам воспитания и обучения детей в дошкольных образовательных учреждениях. В методическом кабинете сосредоточен необходимый информационный материал (нормативно-правовые документы, педагогическая и методическая литература, представлены передовые технологии, материалы педагогического опыта, материалы методической работы ДОУ и т.д.). ДОУ оснащен компьютерной техникой: для обратной связи с родителями и педагогами других ОУ, создан свой сайт; обеспечен выход в Интернет.

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

7. В **групповых помещениях** созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

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

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

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

Психика ребенка очень восприимчива и ранима, у него в равной степени ярко проявляются аффекты радости и печали. Поэтому в ДОУ всемерно используются положительные эмоции, дружелюбный жизненный фон с увлекательными, интересными делами, будь то игры, развлечения, занятия, экскурсии и т. д.

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

3.2. Методическое обеспечение:

Программно-методическое обеспечение оздоровительной деятельности.

На основе концептуальных положений Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и оздоровительной программы под редакцией В.Г. Алямовской «Здоровье», педагоги занимаются поиском, изучением и внедрением следующих программ и технологий:

* Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003

* В. Алексеенко, Я. Лощинина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учимся играючи, 2008.

* К.Ю. Белая. Формирование основ безопасности у дошкольников. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.

* Е.Н. Борисова. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007.

* В.К. Величенко. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 2000.

* Н.В. Елжова. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 2001

* Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2010.

* Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2008.

* Л.В. Игнатова, О.И. Волик, Г.А. Холюкова. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах.-М.: ТЦ Сфера, 2008.

* О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005.

*М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.-Чебоксары, 1998.

*Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.:Речь, 2002.

*П.А. Павлова, И.В. Горбунова. Раста здоровыи, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста.- М.: ТЦ Сфера, 2006.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. В. Алексеенко, Я. Лощинина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учимся играючи, 2008.
2. В.К. Величенко. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 2000.
3. Воспитатель ДОУ № 1-2008 г. (стр.9)
4. Воспитатель ДОУ №3 – 2008 (стр. 11 – Послушные глазки)
5. Гунн Г.М., Современные технологии проблемы охраны здоровья.[Текст]: учебное пособие/ Г.М.Гунн. – СПб.2000.- 192с.
Картушина М.Ю., Праздники здоровья для детей 5-6 лет. [Текст]: сценарии для ДОУ/ М.Ю. Картушина - М.: ТЦ Сфера, 2010.- 128с.
6. Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003
7. Е.Н. Борисова. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007.
8. К.Ю. Белая. Формирование основ безопасности у дошкольников. [Текст]: – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
9. Картушина М.Ю., Зеленый огонек здоровья. [Текст]: методическое пособие/ М.Ю. Картушина - Архангельск, 2000.- 108с.
Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В., В стране здоровья. [Текст]: программа эколога – биологического воспитания дошкольников/ В.Т. Лободин , А.Д. Федоренко, Г.В. Александрова - М.: Мозаика – Синтез, 2011. – 80с.
Маханева М.Д.С физкультурой дружить – здоровым быть. [Текст]: методическое пособие/ М.Д. Маханева – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 240с.
10. Л.В. Игнатова, О.И. Волик, Г.А. Холукова. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах.-М.: ТЦ Сфера, 2008.
11. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2010.
12. М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.-Чебоксары, 1998.
13. Н.В. Елжова. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 20011
14. О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005.
15. Оздоровительная работа по программе «Остров здоровья» (стр.57 – Физминутки для глаз)
16. Оздоровительная работа по программе «Остров здоровья» (стр.64)
17. Оздоровление детей в условиях детского сада под ред. Л.В. Кочетковой (стр.71)
18. П.А. Павлова, И.В. Горбунова. Расту здоровыми, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста.- М.: ТЦ Сфера, 2006.
19. Развивающая педагогика оздоровления под ред. В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова (стр. 249)
20. Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.:Речь, 2002.
21. Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2008.

Протинумеровано, пронумеровано,
и заверено печатью 18 листов

Дата « 27 » 08 2021 года

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 72 «Антошка»

М.Г. Альмухаметова

