

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №6 общеразвивающего вида»

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете №1  
от «31» августа 2017 года

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий МДОУ  
«Детский сад №6»  
Касьянова Ю.В.

Комплексно – целевая  
оздоровительная  
программа  
«ЗДОРОВЬЕ»

Срок реализации 2017 – 2021 гг.

Разработали:  
Заведующий МДОУ Касьянова Ю.В.  
Старший воспитатель Вертецкая Т.В.  
Инструктор по физической культуре  
Филиппова И.В.  
творческая группа

г. Ухта  
2017 год

## СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	3-6
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	6-13
<b>РАЗДЕЛ 1. НАУЧНО - ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ</b>	
1.1. Научно-теоретические основы	13
1.2. Глоссарий	14-17
1.3. Нормативно – правовое обеспечение Программы	17
1.4. Основные принципы построения Программы	18
<b>РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	
2.1. Основные направления Программы	19
2.2. Обеспечение реализации основных направлений Программы	19-20
2.3. Перечень учебно-методического, дидактического, материально-технического оснащения Программы	21-22
<b>РАЗДЕЛ 3. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ</b>	
3.1. Организационно-педагогическая работа	23
3.2. Методическая работа с кадрами	24-25
3.3. Комплекс профилактической и физкультурно-оздоровительной работы	25-28
3.4. Реализация основных направлений	29-31
3.5. Организация физкультурно-оздоровительной работы	32
3.6. Методы физкультурно-оздоровительной работы	33-37
3.7. Валеологическое воспитание	38
3.8. Формы работы с семьей	38-41
<b>РАЗДЕЛ 4. АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	42
БИБЛИОГРАФИЯ	44-45
ПРИЛОЖЕНИЯ	

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<p>Наименование Программы</p>	<p>Комплексно – целевая оздоровительная программа «Здоровье» по организации здоровьесберегающей деятельности на 2017-2021гг. (далее – Программа)</p>
<p>Статус Программы</p>	<p>Нормативный документ Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №6 общеразвивающего вида» г. Ухта.</p>
<p>Основания для разработки Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Конвенция о правах ребенка;</li> <li>- Лицензия на право образовательной деятельности, выданная Министерством образования Республики Коми 04.03.2016 года (серия11Л01, регистрационный номер0001526);</li> <li>«Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» № 1014 от 30.08.2013 г.;</li> <li>- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. Сан ПиН 2.4.1.3049-13 от 29.05.2013г. (зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г. № 28564);</li> <li>- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;</li> <li>- Письмо Министерства образования и науки РФ и Департамента общего образования от 28 февраля 2014 года № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;</li> <li>- Приказ Министерства образования Республики Коми от 22.07.2011 г. № 251 «Об утверждении примерных базисных учебных планов для образовательных учреждений Республики Коми, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования»;</li> <li>- Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»;</li> <li>- Основная образовательная программа МДОУ «Детский сад №6»;</li> <li>- Устав муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №6 обще-развивающего вида» (утвержден постановлением Администрации муниципального образования городского округа «Ухта» от</li> </ul>

	13.05.2014 № 793, изменения от 01.07.2015 г. №1469 Постановление Администрации муниципального образования городского округа «Ухта»).
Фактический /юридический/ адрес Учреждения	169313г. Республика Коми, г. Ухта, ул. Оплеснина д.19а
Контакты	телефон (8216) 76-01-57 (факс) сайт Учреждения <a href="http://www.ds6-ukhta.ru">www.ds6-ukhta.ru</a> . электронная почта: ukhta_mdou_6@mail.ru
Разработчики Программы	Рабочая группа в составе: заведующий МДОУ Касьянова Ю.В., старший воспитатель Вертецкая Т.В., инструктор по физической культуре Филиппова И.В., педагог Дорохова Т.М.
Срок реализации Программы	2017 - 2021 учебные годы
Этапы реализации Программы	<p style="text-align: center;"><u>1 ЭТАП: 2017 - 2018 учебный год</u></p> <p>Цель: Обучение педагогов и родителей методиками здоровьесберегающих технологий в условиях семьи и ДОУ.</p> <p style="text-align: center;"><u>2 ЭТАП: 2018 - 2019 учебный год</u></p> <p>Цель: Систематизация и совершенствование условий для здоровьесбережения воспитанников в ДОУ.</p> <p style="text-align: center;"><u>3 ЭТАП: 2019 - 2020 учебный год</u></p> <p>Цель: Создание мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.</p> <p style="text-align: center;"><u>4 ЭТАП: 2020 - 2021 учебный год</u></p> <p>Цель: Координация работы всех участников программы, оценка эффективности результатов.</p>
Исполнители основных мероприятий Программы	Заведующий, старший воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитатели, родители.
Назначение Программы	Программа направлена на объединение усилий педагогического коллектива, родителей (законных представителей) в деле здоровьесбережения воспитанников, и представляет собой систему оздоровительно-профилактической работы среди детей дошкольного возраста.
Цель и задачи Программы	Цель Программы: Создание эффективной системы по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников совместными усилиями ДОУ и семьи. Задачи Программы: Создать оптимальные условия для сохранения и укрепле-

	<p>ния здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей;</p> <p>Обеспечить поддержку семьи и повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей;</p> <p>Объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы;</p> <p>Уменьшить количество простудных заболеваний и укрепить психическое здоровье детей;</p> <p>Формировать у детей и родителей осознанные отношения к здоровью, которое предполагает формирование устойчивой положительной мотивации на ведение здорового образа жизни;</p> <p>Внедрять в воспитательно - образовательный процесс совершенные оздоровительные здоровьесберегающие программы, технологии, методики, приобщающих детей к формированию здорового образа жизни;</p> <p>Организовать полноценное питание детей;</p> <p>Создание мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.</p>
<p>Прогнозируемые результаты</p>	<p>Внедрена в образовательный процесс Учреждения эффективная система по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников совместными усилиями детского сада и семьи;</p> <p>Обеспечена поддержка семьи и повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей;</p> <p>Достижение тесного взаимодействия Учреждения с семьей по организации оздоровительной работы;</p> <p>Организовано рациональное питание в Учреждении;</p> <p>Материально - техническая база оснащена современным физкультурным оборудованием и спортивным инвентарем;</p> <p>Организован объективный мониторинг качества дошкольного образования для эффективного решения задач по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.</p>
<p>Принципы построения Программы</p>	<p>Принцип участия - привлечение всех участников к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению, по формированию здоровых привычек.</p> <p>Принцип гарантий - реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнения государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколе-</p>

	<p>ния</p> <p>Принцип систематичности и последовательности - постепенный, системный подход к подаче материала, к решению возникающих проблем.</p> <p>Принцип комплектности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всех видов организованной образовательной деятельности.</p> <p>Принцип адресности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разнорядного развития и состояния здоровья.</p> <p>Принцип этнокультурной ситуации развития.</p> <p>Принцип гендерной принадлежности.</p> <p>Принцип результативности – получение промежуточных результатов по ключевым индикаторам на всех этапах реализации проекта.</p>
<p>Важнейшие целевые индикаторы Программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создание образовательной здоровье-сберегающей среды, обеспечивающей физкультурно-оздоровительное, художественно-эстетическое, познавательное-речевое и интеллектуальное развитие ребенка.</li> <li>2. Выполнение режима дня с включением в него здоровье-сберегающих технологий.</li> <li>3. Показатели заболеваемости (снижение количества дней пропущенных ребенком по болезни; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях).</li> <li>4. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровью - сбережению.</li> <li>5. Удовлетворенность участников мероприятий качеством проводимой работы по здоровью - сбережению (результаты анкетирования).</li> </ol>

## ПОЯНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учреждение представляет собой отдельно стоящее типовое двухэтажное здание. Прилегающая территория благоустроена, разбиты клумбы, отведены прогулочные площадки, оснащенные игровым оборудованием, спортивная площадка, музыкально-спортивный зал для всестороннего развития детей и осуществления воспитательно-образовательной и оздоровительной работы с воспитанниками.

К основным направлениям оздоровительной деятельности Учреждения относятся:

- организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей;
- организация здорового сбалансированного питания;
- обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания их в Учреждении;

- организация лечебно-профилактической работы с детьми, родителями и сотрудниками;
- физическое воспитание детей.

Охрана и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни в условиях Крайнего Севера были и остаются первостепенной задачей Учреждения. Особого внимания заслуживает вопрос о влиянии регионального фактора на физическое состояние наших воспитанников, так как мы проживаем в условиях близких к условиям Крайнего Севера. На здоровье северных детей существенное влияние оказывают климатические условия: слабая солнечная активность, ультрафиолетовое голодание, большую часть года низкие температуры. Проблема здоровья подрастающего поколения, дошкольников и младших школьников является одной из важнейших проблем жизни современного общества. В соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики. Дети – это будущее страны. Сохраняя и укрепляя здоровье детей, мы, взрослые, сохраняем будущее России.

Дети проводят в Учреждении значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов Учреждения. Хорошее здоровье – основополагающее условие достижения успешных результатов в образовательном процессе и становлении основ личности. Укрепление здоровья детей – непереносимое 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 физическую готовность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться в комплексе оздоровительных мероприятий, в повседневной работе по охране и укреплению здоровья детей. Физическая готовность — это хорошее состояние здоровья ребенка, выносливость, сопротивляемость неблагоприятным воздействиям, нормальные антропометрические данные (рост, вес, окружность грудной клетки), хороший уровень развития двигательной сферы, готовность руки к выполнению точных и разнообразных движений. Физически развитый ребенок легче справляется с трудностями, связанными с систематическим обучением в школе. Поэтому большое значение приобретает внедрение в систему дошкольного образования новых здоровье-сберегающих технологий.

Здоровье-сберегающие технологии – это разработка и внедрение системы оздоровительных, профилактических и коррекционных мероприятий.

Здоровье-сберегающая деятельность - это процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровье - сбережения, который направлен на обеспечение физического, психического и социального благополучия детей.

Сохранение и укрепление здоровья детей - важнейшие условия организации педагогического процесса.

Здоровье – это состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких – либо болезненных отклонений, состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов

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

Современные здоровье-сберегающие технологии – технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников

В нашем Учреждении, в соответствии с ФГОС, в оздоровительных целях ведутся следующие мероприятия, способствующие правильному формированию опорно - двигательной системы организма ребенка при обязательном соблюдении санитарно-гигиенических правил и режима дня (СанПиН 2.4.1.3049-13г.):

-Под строгим контролем врача медсестрой проводятся прививки против гриппа в период с августа по ноябрь, вакцинопрофилактика инфекционных заболеваний круглый год.

-Контролируется соблюдение правил личной гигиены сотрудниками Учреждения, разрабатываются санбюллетени для родителей и сотрудников, даются рекомендации родителям.

-Составляется меню с учетом сбалансированного питания, введением в рацион детей чеснока, лука, меда, напитков с повышенным содержанием витамина С.

-Витаминизация третьего блюда ежедневно.

-Фрукты и овощи выписываются ежедневно.

-Использование бактерицидных ламп.

-Регулярное проветривание.

-Кислородный коктейль 2 раза в год.

-Планируются и проводятся беседы, лекции, консультации по оздоровлению детей. Проводятся традиционные виды оздоровительной работы, такие, как утренняя гимнастика, физкультминутки, прогулки.

- Физкультминутки – это кратковременные физические упражнения, предупреждающие утомление, восстанавливающие умственную работоспособность. Они улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, повышают интерес к занятию, создают положительные эмоции. Длительность физкультминутки 1,5-2 минуты. Физкультминутка проводится на занятиях с высокой умственной нагрузкой, требующих статического положения тела. Она проводится в середине занятия, когда наступает утомление детей и внимание детей ослабевает, дети начинают отвлекаться

-Прогулки на свежем воздухе. Прогулки осуществляются в любую погоду, кроме дней, когда наблюдается сильный ветер или проливной дождь.

Значительное место отводится играм спортивного и соревновательного характера, играм-эстафетам. Во время игр и упражнений на прогулке закрепляются бег с различной скоростью, прыжки, подскоки, метание, бросание, различные движения с мячом и спортивные упражнения.

-Оздоровительные пробежки вокруг здания Учреждения проводятся в конце прогулки с дозировкой в зависимости от возраста.

-Пешеходные прогулки. В старших группах такие прогулки с проведением подвижных игр на природе совершаются два раза в год. Дети идут пешком в расположенную в черте города лесопарковую зону.

-В соответствии с ФГОС, физическое развитие включает в себя приобретение опыта, направленного на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, развитию равновесия, координации движений крупной и мелкой мотори-



ки. Программный материал по образовательной области «Физическое развитие» реализуется через режимные моменты и в самостоятельной деятельности детей, как интегративная часть через все виды образовательной деятельности.

Образовательная область «Физическое развитие» включает в себя непосредственно образовательную деятельность (НОД) по физическому воспитанию во всех возрастных группах.



В теплое время года НОД максимально проводится на улице. Зимой НОД на улице при температуре не ниже - 15°C. Занятия на воздухе способствуют развитию сердечно - сосудистой, дыхательной, мышечной и других систем организма, повышают сопротивляемость простудным заболеваниям, формируют ориентировку в пространстве, закрепляют навыки в естественных условиях. Также тренируют механизмы терморегуляции.

-Также включаются нетрадиционные формы работы: обширное умывание, сон без маек, гимнастика – побудка.

- Гимнастика-побудка после дневного сна помогает обеспечивать плавный переход от сна к бодрствованию, подготовить детей к активной деятельности, в сочетании с контрастными воздушными ваннами помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. Дети постепенно просыпаются под звуки мелодичной музыки, вызывающей положительные эмоции. Потом дети встают, выполняют ходьбу по массажным коврикам, дыхательные упражнения и водные процедуры.

- Дорожки здоровья. Ходьба по корригирующим дорожкам используется в сочетании с контрастными воздушными ваннами после дневного сна.

-Полоскание полости рта водой комнатной температуры. Цель: профилактика кариеса, стоматита, ангины, ОРЗ.

- Дыхательная гимнастика. Дыхательная гимнастика повышает общий жизненный тонус, устойчивость организма к заболеваниям дыхательной системы, развивает дыхательную мускулатуру, улучшает деятельность сердечно-сосудистой системы.

-Элементы точечного массажа, дыхательной гимнастики, самомассажа помогают предотвращению простудных заболеваний при воздействии на активные точки. самомассаж стимулирует, успокаивает нервную систему, усиливает кровоснабжение, снижает нервное и мышечное напряжение.

-Босохождение. Хождение босиком технически самый простой нетрадиционный метод закаливания, одновременно является хорошим средством укрепления свода стопы и связок.

-Для обобщения полученных знаний проводятся такие традиционные мероприятия как Недели здоровья. Закрепляются начальные представления о ценности здорового образа жизни, овладение знаниями о здоровом питании, двигательном режиме, закаливании, о формировании полезных привычек через беседы, игровые занятия с привлечением сказочных героев. План Недели здоровья тщательно планируется, привлекаются все сотрудники детского сада, родители, меню составляется в соответствии с темой Недели здоровья.

Этнокультурная направленность образования в Республике Коми является неотъемлемой частью образовательной деятельности, обеспечивающей приобщение обучающихся к ценностям культуры коми народа. Знакомим детей с национальными играми и традициями

В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ в Учреждении проводятся следующие мероприятия:

- фитонцидотерапия (чеснок в кулончиках на груди детей);
- кварцевание помещений;
- проветривание;

- сокращение времени занятий за счет увеличения времени прогулок;
- сигнальные листы для родителей;
- рекомендации родителям по приему противовирусных препаратов.

Педагоги, осуществляющие работу по формированию у дошкольников привычек к здоровому образу жизни, должны работать в тесном сотрудничестве с семьей ребенка, организовать деятельность по привлечению к здоровому образу жизни таким образом, чтобы детям было интересно.

Просвещение родителей, повышение их грамотности в вопросах физического воспитания и укрепления здоровья дошкольников может осуществляться в разнообразных формах.

В конце учебного года проводится анализ эффективности реализации Программы. Цель мониторинга здоровья – получение на основе непрерывного диагностического слежения здоровья воспитанников максимально полной объективной информации о состоянии, качестве и результатах образовательного здоровьесберегающего процесса.

При целенаправленной и систематической организации работы по сохранению и укреплению здоровья детей в рамках реализации данной Программы, дети перейдут в школу с определенными навыками охраны здоровья и основами здорового образа жизни.

#### Цель Программы:

Создание эффективной системы по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников совместными усилиями ДООУ и семьи.

#### Задачи Программы:

1. Создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей.
2. Обеспечить поддержку семьи и повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.
3. Объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы.
4. Уменьшить количество простудных заболеваний и укрепить психическое здоровье детей.
5. Формировать у детей и родителей осознанные отношения к здоровью, которое предполагает формирование устойчивой положительной мотивации на ведение здорового образа жизни.
6. Внедрять в воспитательно - образовательный процесс совершенные оздоровительные здоровьесберегающие программы, технологии, методики, приобщающих детей к формированию здорового образа жизни.
7. Организовать полноценное питание детей.
8. Создание мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.

### Участники реализации Программы:

Воспитанники с 3 лет до прекращения образовательных отношений, но не позднее достижения возраста 8 лет, родители воспитанников, педагоги учреждения.

### Этапы реализации Программы:

#### 1 ЭТАП: 2017-2018 учебный год

##### Цель:

Обучение педагогов и родителей методиками здоровьесберегающих технологий в условиях семьи и ДООУ.

##### Задачи:

1. Изучить новые и систематизировать традиционные здоровьесберегающие технологии.
2. Пополнить методическое обеспечение здоровьесберегающими программами и технологиями.
3. Активизировать работу по привлечению семьи в оздоровительную деятельность.

#### 2 ЭТАП: 2018 -2019 учебный год

##### Цель:

Систематизация и совершенствование условий для здоровьесбережения воспитанников в ДООУ.

##### Задачи:

1. Применять на практике в Учреждении и семье здоровьесберегающие технологии.
2. Совершенствовать здоровьесберегающую среду в группах и на территории детского сада.

#### 3 ЭТАП: 2019- 2020 учебный год

##### Цель:

Создание мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.

##### Задачи:

1. Создать объективный мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.
2. Активизировать мотивацию родителей в поддержке деятельности ДООУ по оздоровительной работе.

#### 4 ЭТАП: 2020-2021 учебный год

##### Цель:

Координация работы всех участников программы, оценка эффективности результатов.

##### Задачи:

1. Совершенствовать систему мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.
2. Продолжить взаимодействие с родителями по улучшению качества здоровьесбережения, профилактике, пропаганде здорового образа жизни семьи в целом.
3. Организовать работу по выявлению, обобщению и распространению опыта здоровьесбережения детей в Учреждении и семье.

## Факторы для реализации Программы:

- Материально – техническое обеспечение.
- Организационно - методическое обеспечение.
- Кадровое обеспечение.
- Взаимодействие с семьями воспитанников.

## Прогнозируемые результаты:

1. Внедрена в образовательный процесс ДОО эффективная система по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников совместными усилиями ДОО и семьи.
2. Обеспечена поддержка семьи и повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.
3. Достижение тесного взаимодействия ДОО с семьей по организации оздоровительной работы.
4. Организовано рациональное питание в ДОО и семье.
5. Материально- техническая база оснащена современным физкультурным оборудованием и спортивным инвентарем.
6. Организован объективный мониторинг качества дошкольного образования для эффективного решения задач по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.

## РАЗДЕЛ 1. НАУЧНО - ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ

### 1.1. Научно – теоретические основы.

Тема здоровья детей особенно актуальна в наше время. Среди многообразных факторов, влияющих на снижение состояния здоровья и работоспособности организма, является значительное снижение двигательной активности, которое приводит к ухудшению жизненного тонуса, уменьшению защитных сил организма, задерживает умственное развитие. Ребенок, по мнению академика Амосова Н.М. сталкивается с 3 пороками цивилизации: накоплением отрицательных эмоций без физической разрядки, переизбытком и гиподинамией. Два последних обстоятельства, по мнению ученых, ведут к акселерации – ускоренному развитию организма ребенка и в первую очередь увеличению роста веса тела.

Внутренние органы в своем развитии отстают от роста, поэтому возникают различные заболевания.

В чем же причины повышенной заболеваемости: современные условия жизни (телевизор, комфорт) способствуют уменьшению количества движений производимых детьми в течение дня. Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление, что влечет за собой торможение возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движения, выносливости, гибкости и силы.

В последние годы ученых всё больше привлекает проблема детских стрессов – отсутствие положительных эмоций у ребёнка. Присутствие отрицательной психологической обстановки в семье. Известный ученый Щелованов Н.М. говорил: «Эмоции не только составляют наиболее ценное психологическое содержание жизни ребёнка, но и важное физиологическое значение в жизнедеятельности организма». Таким образом, детские стрессы ведут к ухудшению здоровья ребёнка. В итоге мы сталкиваемся с снижением интереса детей к физической культуре, их малоподвижности, нежеланием детей принимать участие в спортивных и подвижных играх, несмотря на принимаемые профилактические мероприятия.

Учеными давно доказано, что лучшим средством для снятия нервного напряжения является физическая нагрузка. Использовать движения в качестве противовеса отрицательным эмоциям рекомендовала, например, Н. П. Бехтерева. Известный русский физиолог И. П. Павлов говорил о том, что любая физическая деятельность дарит мышечную радость, создавая устойчивое настроение.

Приведенные результаты наглядно указывают на социально-педагогический уровень проблем, которые возникают перед работниками дошкольных учреждений, призванных воспитать здорового ребенка с оптимальным физическим и психическим развитием, что соответствует социальному запросу общества.

На основании анализа научной психолого-педагогической литературы считаем, что использование здоровьесберегающих мероприятий в воспитательном процессе, будет способствовать своевременному выявлению отклонений от нормативных требований с последующей их коррекцией.

### 1.2. Глоссарий

**Здоровье** – это состояние полного физического, психического и социального благополучия при отсутствии болезни или иное определение – процесс сохране-

ния и развития психических и физических качеств, работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни.

**Качество здоровья** - удовлетворенность человека состоянием своего организма по отношению к условиям жизни.

**Здоровьесберегающая педагогика** - образовательная система, провозглашающая приоритет культуры здоровья и технологически обеспечивающая его реализацию при 10 организации обучения, в учебно-воспитательной работе и содержании учебных программ для педагогов, воспитанников и их родителей.

**Здоровьесберегающий педагогический процесс в дошкольном образовании** - в широком смысле слова - процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

**Здоровьесбережение и здоровьеобогащение** - важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОУ. 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.

**Здоровьесберегающие технологии** - реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым воспитанники учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие ребенка в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности, становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

**Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании** – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

**Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании** – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, 11 профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

**Здоровьесберегающие образовательные технологии** – технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников, с целью

становления осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Это технология личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий - учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.

**Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка** - технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. К ним относятся: технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ.

**Технологии валеологического просвещения родителей** – задача данных технологий - обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников.

**Федеральный государственный образовательный стандарт** - совокупность обязательных требований к образованию определенного уровня и (или) к профессии, специальности и направлению подготовки, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования.

**Воспитанники** - лица, осваивающие образовательную программу дошкольного образования, лица, осваивающие основную образовательную программу с одновременным проживанием или нахождением в образовательной организации.

**Доступность среды** - доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность; свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

**Дошкольное детство** - гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность.

**Двигательная форма активности ребенка** - овладение основными движениями.

**Инновационная деятельность** ориентирована на совершенствование научно-педагогического, учебно-методического, организационного, правового, финансово-экономического, кадрового, материально-технического обеспечения системы образования и осуществляется в форме реализации инновационных проектов и программ организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и иными действующими в сфере образования организациями, а также их объединениями.

**Качество образования** - социальная категория, определяющая состояние и результативность процесса образования в обществе, его состояние потребностям



и ожиданиям общества, отдельных социальных групп в развитии и формировании жизненных, профессиональных, гражданских компетенций личности. Качество образования определяется совокупностью показателей, характеризующих различные аспекты образовательной деятельности учреждения: содержание образования, формы и методы обучения, материально-техническую базу, кадровый состав и т.д., которые обеспечивают образование детей.

Коммуникативная деятельность - общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками.

**Материально-техническое обеспечение программы** - учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

**Педагогическая диагностика** - оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования.

### 1.3. Нормативно – правовое обеспечение Программы

1. Конституция Российской Федерации ст. 38, 41, 42, 43.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273- ФЗ.
3. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.1998г. № 124 – ФЗ (с изменениями от 20.07.2000г.)
4. Конвенция о правах ребенка.
5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по общеобразовательным программам дошкольного образования.
6. Устав МДОУ «Детский сад №6».
7. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
8. Инструктивно – методическое письмо МО РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000г. № 65/23 – 16.
9. Приказ Министерства здравоохранения России и Минобробразования России «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях» от 30.06.1992г. № 186/ 272 (с приложениями).
10. Приказ Министерства здравоохранения и медицинской промышленности РФ «Инструкции по проведению профилактических осмотров детей дошкольного возраста на основе медико – экономических нормативов» от 14.03.1995 г. № 60.
11. Приказ Минздрава России «Медицинское обеспечение детей в образовательных учреждениях» от 21.12.1999г. № 13 – 16/42.
12. Рекомендации Минздрава России «Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах» от 09.05.1999г. № 1100/964 -99 -15.
13. Приказ Минздрава России «Об утверждении «Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений» от 03.07.2000г. 3241.

#### 1.4. Основные принципы построения Программы

Принцип участия - привлечение всех участников к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению, по формированию здоровых привычек.

Принцип гарантий - реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнения государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

Принцип систематичности и последовательности - постепенный, системный подход к подаче материала, к решению возникающих проблем.

Принцип комплектности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всех видов организованной образовательной деятельности.

Принцип адресности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

Принцип этнокультурной ситуации развития.

Принцип гендерной принадлежности.

Принцип результативности – получение промежуточных результатов по ключевым индикаторам на всех этапах реализации проекта.

## РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Основные направления программы

- Физкультурно-оздоровительная работа.
- Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью.
- Обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания в Учреждении.
- Лечебно-оздоровительная работа.
- Организация питания.
- Взаимодействие с семьями воспитанников.
- Система мониторинга качества дошкольного образования по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.

### 2.2. Обеспечение реализации основных направлений программы

№ п/п	содержание	сроки	ответственные
1. Материально-техническое обеспечение			
1.1.	Приобретение необходимого оборудования:	по мере возможности	
	Медицинского оборудования	2017-2021	заведующий, медсестра
	Спортивного оборудования	2017-2021	заведующий, завхоз
	Мебели	2017-2021	
	Оборудования для пищеблока	2017-2021	
Оборудования для групп	2017-2021		
1.2.	Осуществление косметического ремонта спортивного зала	2017-2021	
1.3.	Пополнение физкультурно - оздоровительной среды	2017-2021	заведующий, завхоз
1.4.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в Учреждении	постоянно	заведующий, завхоз
2. Организационно-методическое обеспечение			
2.1.	Разработка комплексной целевой программы «Здоровье» (КЦП)	май - июль 2017	творческая группа
2.2.	Осуществление контроля за реализацией Программы	постоянно	заведующий, медсестра, старший воспитатель
2.3.	Внедрение КЦП в воспитательно - образовательный процесс	2017-2018	медсестра, старший воспитатель, инструктор по физо, педагоги
	Ознакомление с теоретическими основами, определение оздоровительной направленности и значимости для ребенка	2017-2018	

	Создание условий и оформление необходимого материала	2017-2018	
	Анализ результативности Программы: - мониторинг состояния здоровья воспитанников; - опрос родителей, педагогов	ежегодно	медсестра, старший воспитатель, инструктор по физо
	Показ результатов реализации Программы: открытые мероприятия по оздоровлению	2017-2021	инструктор по физо
2.4.	Разработка учебного плана, расписания НОД, в соответствии с САНиП	август ежегодно	старший воспитатель
2.5.	Накопление и систематизация методического материала по ведению физкультурно – оздоровительной работы в семье и группах	ежегодно	медсестра, старший воспитатель, инструктор по физо, педагоги
2.6.	Поиск, изучение и внедрение эффективных здоровьесберегающих технологий, методик, программ	2017-2018	
<b>3. Кадровое обеспечение</b>			
3.1.	Ознакомление педагогических работников и изучение парциальных программ, технологий, методик	2017-2018	старший воспитатель
3.2.	Проведение педагогических советов, семинаров – практикумов, консультации, открытых мероприятий	2017-20121	медсестра, старший воспитатель, инструктор по физо, педагоги
<b>4. Взаимодействие с семьями воспитанников</b>			
4.1.	Накопление и систематизация опыта по оздоровлению детей в семье	2017-2021	медсестра, старший воспитатель, инструктор по физо, педагоги
4.2.	Показ результатов реализации Программы: Дни открытых дверей, дни здоровья, выступления на общих родительских собраниях; информационные уголки, уголки здоровья	2017-2021	
4.3.	Изучение мнения родителей и получение поддержки	2017-2021	
4.4.	Организация родительского клуба	2018	
4.5.	Организация родительского клуба «Пойми меня» для родителей адапционных групп	2018	

### 2.3. Перечень учебно – методического, дидактического, материально – технического оснащения Программы

Реализация индивидуально—дифференцированного подхода в процессе создания условий для самостоятельной двигательной деятельности детей дошкольного возраста, прежде всего, должна быть основана на учете возрастных особенностей детей и динамике освоения детьми движений.

Для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности необходимо подобрать такие пособия, атрибуты, детали оборудования, которые отвечали бы его индивидуальным потребностям в движении, обусловленные его состоянием здоровья, уровнем физического развития, уровнем физической подготовленности, уровнем двигательной активности, учетом его пола.

Существует ряд критериев, которые необходимо учитывать при подборе физкультурного оборудования для разных возрастных групп детского сада. Вот некоторые из них:

1. Право на свободу выбора каждым ребенком любимого занятия. В группе необходимо иметь достаточно разнообразное количество физкультурно-спортивного оборудования, пособий для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников.

2. Рациональность подбора физкультурного оборудования и инвентаря, в соответствии с требованиями стандарта дошкольного образования и реализуемых программ и технологий.

3. Реализация в двигательной-игровой предметной среде содержания физического воспитания детей данной группы (физические упражнения и движения) и направленность на развития основных физических качеств дошкольников.

4. Возможность продуктивного использования физкультурного оборудования в разных видах двигательной и игровой деятельности детей (в физических упражнениях, спортивных и подвижных играх, творческих и т.д.).

5. Соответствие оборудования и пособий возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Габариты и вес переносного оборудования должны быть соразмерными с возможностями детей.

6. Эстетичность компонентов среды развития движений и их направленность на воспитание художественного вкуса у детей.

7. Эмоциональная насыщенность компонентов среды развития движений в группе.

8. Безопасность физкультурного оборудования.

В группах детей старшего дошкольного возраста учитываются полоролевые особенности мальчиков и девочек, разный уровень физической подготовленности детей.

Учебно – методическое оснащение программы

направления	перечень оснащения
Физкультурно - оздоровительное	<p>Реализация образовательной области «Физическое развитие»;</p> <p>Основная образовательная программа Учреждения;</p> <p>Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Мозаика-синтез 2014г;</p> <p>Рабочая учебная программа по физическому воспитанию детей 3- 4 лет;</p> <p>Рабочая учебная программа по физическому воспитанию детей 4- 7 лет;</p> <p>Картотеки утренних гимнастик по возрастам;</p> <p>«Сухой бассейн» (ранний возраст);</p> <p>Дидактические игры по валеологии;</p> <p>Плакаты, схемы, модели.</p>
Лечебно – оздоровительное	<p>Картотеки дыхательных гимнастик;</p> <p>Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой;</p> <p>Картотеки комплексов кинезиологических упражнений;</p> <p>Кислородный концентратор.</p>
Обеспечение психологической безопасности детей	<p>Спортивные уголки в группах с необходимым оборудованием;</p> <p>Режим двигательной активности детей;</p> <p>План двигательной активности на прогулках;</p> <p>Уголки уединения в групповых помещениях;</p> <p>Картотеки комплексов пальчиковой гимнастики;</p> <p>Картотеки физкультурных минуток по направлениям;</p> <p>Картотеки артикуляционных гимнастик;</p> <p>Магнитофоны, диски, мультимедийное оборудование.</p>

## РАЗДЕЛ 3. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

### 3.1. Организационно-педагогическая работа

№ п\п	содержание работы	сроки	ответственные
1.	Сбор информации о состоянии здоровья детей, составление и корректировка журналов здоровья, формирование банка данных.	ежегодно	медсестра, воспитатели
2.	Разработка плана физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми на год.	ежегодно август	старший воспитатель, медсестра, педагоги
3.	Разработка и корректировка мониторинга качества образования по сохранению здоровья воспитанников.	ежегодно	старший воспитатель, медсестра, педагоги
4.	Составление комплексного плана по физическому воспитанию детей.	ежегодно сентябрь	инструктор по физкультуре
5.	Разработка и корректировка схем закаливания детей по возрастным группам, схем дорожек здоровья.	ежегодно	старший воспитатель, медсестра, инструктор по физкультуре
6.	Анализ выполнения комплексной оздоровительно программы.	ежегодно	старший воспитатель, медсестра, инструктор по физкультуре
7.	Анализ организации питания.	ежегодно	заведующий, медсестра
8.	Корректировка мониторинга состояния здоровья воспитанников.	ежегодно	старший воспитатель, медсестра, инструктор по физкультуре
9.	Анализ заболеваемости воспитанников.	ежегодно	заведующий, медсестра
10.	Разработка и корректировка рабочих учебных программ по физическому воспитанию, дополнительных образовательных услуг.	ежегодно	старший воспитатель, инструктор по физкультуре

### 3.2. Методическая работа с кадрами

**Цель:** совершенствование профессионального мастерства всех участников учебно-воспитательного процесса, координация деятельности в соответствии с поставленными задачами по реализации комплексной целевой оздоровительной Программы.

№ п/п	мероприятия	сроки	ответственные
1	<p><b>Педсоветы:</b></p> <p>Тема: «Воспитание здорового дошкольника. Эффективность применения инновационных технологий и методик оздоровления воспитанников Учреждении».</p> <p>Тема: «Эффективные методы в работе по оздоровлению детей в детском саду и семье. Поиск оптимальных форм работы с родителями».</p> <p>Тема: «Здоровье с детства».</p> <p>Тема: «Оценка эффективности результатов комплексно – целевой оздоровительной Программы».</p>	<p>2018</p> <p>2019</p> <p>-</p> <p>2021</p>	<p>старший воспитатель, инструктор по физкультуре, заведующий, медсестра</p>
2	<p><b>Консультации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Кинезеология – как здоровьесберегающая технология».</li> <li>- Использование игровых ситуаций в повседневной жизни в формировании понятий о здоровом образе жизни».</li> <li>-«Оздоровление детей в условиях детского сада и семьи».</li> <li>-«Сон и его организация».</li> <li>- «Формирование культуры трапезы».</li> <li>- «Организация самостоятельной двигательной деятельности».</li> <li>- «Профилактика нарушения осанки у детей дошкольного возраста».</li> <li>- Приобщение детей к здоровому образу жизни».</li> </ul>	<p>2017 -2021</p>	<p>старший воспитатель, инструктор по физкультуре, заведующий, медсестра</p>
3	<p><b>Семинары:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Игровая дыхательная и звуковая гимнастика Нестерюк - способ сохранения и приумножения здоровья воспитанников».</li> <li>-«Организация гимнастики после сна».</li> <li>- Деловая игра: «Валеологическое содержание в ДОУ».</li> <li>-«Работа ДОУ по сохранению и укреплению здоровья воспитанников».</li> </ul>	<p>2017 -2021</p>	<p>старший воспитатель, инструктор</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Моделирование проведения Дня здоровья в детском саду».</li> <li>- «Моделирование проведения каникул здоровья».</li> <li>- Педагогический пробег «Здоровье».</li> </ul>		по физкультуре, заведующий, медсестра
4	<p><b>Конкурсы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-«Создание условий для самостоятельной двигательной активности детей» (физкультурных центров).</li> <li>- Конкурс валеологических газет для родителей «Будь здоров малыш!».</li> <li>- «Родителям о здоровье» (конкурс родительских уголков здоровья).</li> <li>- Конкурс на лучший проект «День здоровья».</li> <li>- «Лучшая зимняя прогулочная площадка».</li> <li>- «Лучшая летняя прогулочная площадка».</li> </ul>	2017 -2021	старший воспитатель, инструктор по физкультуре, заведующий, медсестра, педагоги
5	<p><b>Открытые просмотры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проведение оздоровительной работы в режиме дня.</li> <li>- Проведение образовательной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий.</li> <li>- День здоровья.</li> <li>- Физкультурные досуги, развлечения, физкультурные занятия на воздухе.</li> <li>-Дни открытых дверей.</li> </ul>	2017 -2021	старший воспитатель, инструктор по физкультуре, заведующий, медсестра, педагоги

### 3.3. Комплекс профилактической и физкультурно – оздоровительной работы

разделы и направления работы	формы работы	сроки проведения
Использование вариативных режимов дня и пребывание ребенка в Учреждении	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Типовой режим дня по возрастным группам;</li> <li>-Гибкий подход к режиму дня, исходя из нервно-психических особенностей ребенка;</li> <li>-Индивидуальный режим дня (по показаниям).</li> </ul>	ежедневно ежедневно ежедневно
Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиениче-	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Проведение текущей и генеральной уборки в группах;</li> <li>-Проветривание в группа;</li> <li>-Достаточное и равномерное освещение всех помещений;</li> </ul>	в соответствии с графиком ежедневно

<p>ских условий жизнедеятельности детей</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Соблюдение температурного режима;</li> <li>-Обязательная маркировка предметов индивидуального пользования (шкафчики, кровати, горшки), постельных принадлежностей, полотенец, уборочного инвентаря, посуды в группах и на пищеблоке;</li> <li>-Подбор мебели для детей с учетом антропометрических показателей;</li> <li>-Мытье игрушек;</li> <li>-Организация питьевого режима;</li> <li>-Обработка посуды;</li> <li>-Утилизация пищевых отходов;</li> <li>-Соблюдение личной гигиены всеми сотрудниками Учреждения;</li> <li>-Проведение санитарно - просветительской работы с сотрудниками;</li> <li>-Профилактика травматизма сотрудников на рабочих местах.</li> </ul>	<p>постоянно 2 раза в год ежедневно, группа раннего возраста: 2 раза в день ежедневно ежедневно постоянно  систематически постоянно</p>
<p>Организация питания детей</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Организация сбалансированного рационального 4- разового питания;</li> <li>-Выполнение натуральных норм питания;</li> <li>-Соблюдение правил хранения и сроков реализации пищевых продуктов;</li> <li>-Соблюдение правил технологии приготовления пищи;</li> <li>-Соблюдение норм выхода готовой продукции;</li> <li>-Создание комфортных психологических условий приема пищи;</li> <li>-Проведение круглогодичной витаминизации третьего блюда;</li> <li>-Использование фитонцидов лука и чеснока для профилактики вирусных инфекций;</li> <li>-Коррекция питания в зависимости от заболевания ребенка (приготовление индивидуальных блюд);</li> <li>-Соблюдение графиков выдачи пищи.</li> </ul>	<p>постоянно</p>
<p>Организация санитарно-эпидемиологического режима на пищеблоке</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Соблюдение правил личной гигиены работниками пищеблока;</li> <li>-Соблюдение правил обработки посуды на пищеблоке;</li> <li>-Соблюдение правил маркировки инвентаря;</li> <li>-Соблюдение правил утилизации отходов на пищеблоке;</li> <li>-Проведение текущей и генеральной уборки кухни и подсобных помещений.</li> </ul>	<p>постоянно ежедневно  постоянно ежедневно  текущая - ежедневно; - гене-</p>

		ральная – 1 раз в не- делю
Обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания детей в Учреждении	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Мониторинг развития воспитанников с целью учета актуального уровня их психофизического развития и зоны ближайшего развития для организации оптимального коррекционно-развивающего взаимодействия с каждым ребенком;</li> <li>-Личностно ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми;</li> <li>оптимальное оснащение групповых и других помещений и территории необходимым оборудованием и инвентарем;</li> <li>-Наличие в каждой группе уголка релаксации с целью обеспечения возможности отдыха, уединения и снятия эмоционального напряжения каждому ребенку;</li> <li>-Обеспечить комфортные условия для успешной адаптации (возможность присутствия родителей в группе в первые дни, щадящий режим);</li> <li>-Педагогическое сопровождение и консультации семей педагогами и специалистами Учреждения.</li> </ul>	2 раза в год  постоянно  постоянно  постоянно  постоянно
Организация профилактической работы в Учреждении	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Анализ состояния здоровья детей на основе результатов профилактических осмотров, учета заболеваемости (физкультурная группа, группа здоровья, антропометрия, диспансерный учет);</li> <li>организация работы по воспитанию культурно – гигиенических навыков у воспитанников;</li> <li>-Организация закаливающих мероприятий: гимнастика после сна в сочетании с воздушным закаливанием;</li> <li>-Точечный массаж;</li> <li>-Дыхательная гимнастика;</li> <li>-Полоскание полости рта водой комнатной температуры;</li> <li>-Кислородные коктейли;</li> <li>-Организация санпросвет работы по профилактике заболеваний и оздоровлению детей;</li> <li>-Проведение «Уроков здоровья» с детьми;</li> <li>-Проведение «Недели здоровья»;</li> <li>-Контроль соблюдения санитарно - эпидемиологического режима</li> </ul>	1 раз в год  постоянно  ежедневно       2 р. в год  согласно плана
Организация физкультурно - оздоровительной работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Организация комплексной диагностики физического развития детей;</li> <li>-Проведение физкультурных занятий с развитием необходимых двигательных умений и навыков</li> </ul>	2 раза в год  3 раза в неделю

	<p>воспитанников;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Проведение утренней гимнастики;</li> <li>-Организация оздоровительного бега;</li> <li>-Проведение подвижных игр на прогулке и в свободной деятельности (между занятиями игры малой и средней подвижности);</li> <li>-Включение в учебную деятельность физкультминуток;</li> <li>-Организация самостоятельной двигательной деятельности детей;</li> <li>-Развитие осознанного отношения к здоровью и навыков здорового образа жизни;</li> <li>-Проведение занятий по основам безопасности жизнедеятельности;</li> <li>-Профилактика нарушения осанки (проведение специфических упражнений);</li> <li>-Профилактика плоскостопия (проведение корригирующих упражнений);</li> <li>-Профилактика детского травматизма;</li> <li>-Организация оздоровительных мероприятий на - Неделе здоровья;</li> <li>-Организация оздоровительной досуговой деятельности;</li> <li>-Организация просветительской работы с родителями.</li> </ul>	ежедневно
Создание предметно – развивающей, материально- технической и экологической среды пребывания детей в Учреждении	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Оборудование физкультурных уголков и зон двигательной активности в каждой группе Учреждения;</li> <li>-Оборудование детской спортивной площадки на территории Учреждения;</li> <li>-Наличие в каждой группе выносного спортивного инвентаря;</li> <li>-Наличие необходимого спортивного оборудования и инвентаря для проведения закаливающих мероприятий;</li> <li>-Озеленение помещений и территории Учреждения, разбивка цветников.</li> </ul>	<p>постоянно</p> <p>2018-2019 г.</p> <p>по мере необходимости</p>
Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья;</li> <li>-Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности;</li> <li>-Формирование основ безопасности жизнедеятельности.</li> </ul>	систематически

### 3.4.Реализация основных направлений

направления (задачи)	мероприятия	сроки		ответствен- ный
		нача- ло	окон- чание	
1	2	3	4	5
<p>1.Оздоровительное:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организация здо- ровье-сберегающей среды Учреждения</li> <li>–изучение передо- вого опыта по оздо- рвлению детей</li> <li>–пропаганда здоро- вого образа жизни</li> <li>– сохранение уровня позитивного здоро- вья за счет профи- лактических меро- приятий</li> </ul>	<p>Приобретение необхо- димого оборудования (медицинского, спор- тивного) отбор и внед- рение эффективных технологий и методик.</p> <p>Выпуск газеты, прове- дение цикла лекций, семинаров по вопросам оздоровления детей.</p> <p>Реализация плана оздо- ровительных мероприя- тий.</p>	2017	2021	<p>заведующий, завхоз</p> <p>старший воспитатель, педагоги</p> <p>заведующий, инструктор по физо, родители</p>
<p>2.Валеологическое:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание валео- логической культу- ры дошкольника</li> </ul>	<p>Формирование у детей основ здорового образа жизни.</p> <p>Классификация здоро- вье-сберегающих тех- нологий. Апробация здоровье-сберегающих технологий.</p> <p>Отслеживание резуль- тативности испытания здоровье-сберегающих технологий.</p> <p>Составление перспек- тивного планирования по валеологическому образованию дошколь- ников:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- младшая возрастная группа;</li> <li>- старшая возрастная группа.</li> </ul>	2017	2021	<p>заведующий, старший воспитатель, педагоги, инструктор по физо</p>

<p>3.Физическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;</li> <li>-повышение резистентности организма при использовании комплекса закаливающих процедур с использованием природных факторов;</li> </ul>	<p>Использование нетрадиционных форм при проведении физкультурных занятий, досуговая деятельность и др.</p> <p>Внедрение в физкультурную работу инновационных образовательных программ для Учреждения.</p> <p>Проведение занятий при открытых окнах в зимний период (в соответствии с температурным режимом).</p> <p>Пополнение физкультурных уголков в группах.</p>	2017	2021	<p>педагоги, инструктор по физо</p> <p>старший воспитатель, педагоги, инструктор по физо</p> <p>старший воспитатель, педагоги, инструктор по физо</p> <p>старший воспитатель, педагоги, инструктор по физо, родители</p>
<p>4.Психоэмоциональное благополучие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-создание условий для организации психопрофилактической поддержки детей раннего возраста;</li> <li>- формирование положительного отношения при общении со сверстниками, взрослыми;</li> </ul>	<p>Организация профилактической работы с детьми.</p> <p>Осуществление адаптационных мер при переходе из домашней среды в детское учреждение.</p> <p>Пополнение развивающего и дидактического материала для развивающей работы с детьми.</p> <p>Наработка методик коррекции общения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «ребенок - взрослый»</li> <li>-«взрослый – ребенок»</li> <li>- «родитель – ребенок».</li> </ul>	2017	2021	<p>старший воспитатель, педагоги</p> <p>заведующий, старший воспитатель, педагоги, родители</p>

<p>5.Комплексная диагностика: -наблюдение, оценка, прогноз состояния здоровья детей с целью дальнейшей организации педагогического процесса</p>	<p>Выявление основных направлений и системы педагогического мониторинга.</p>	<p>2017</p>	<p>2021</p>	<p>заведующий, старший воспитатель, педагоги</p>
---	--	-------------	-------------	--

### 3.5. Организация физкультурно-оздоровительной работы





### 3.6. Методы физкультурно-оздоровительной работы

#### Прогулки на свежем воздухе

Прогулки осуществляются в любую погоду, кроме дней, когда наблюдается сильный ветер или проливной дождь. В небольшой дождь прогулки не отменяются, проводятся на веранде.

В младших группах дети гуляют при наружной температуре до  $-15^{\circ}\text{C}$ ;  
в средней группе-  $18^{\circ}\text{C}$   
в старших группах прогулки проводятся при температуре до  $-22^{\circ}\text{C}$ .

#### Физкультминутки

Физкультминутки – это кратковременные физические упражнения, предупреждающие утомление, восстанавливающие умственную работоспособность. Они улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, повышают интерес к занятию, создают положительные эмоции.

Длительность физкультминутки 1,5-2 минуты.

Физкультминутка проводится на занятиях с высокой умственной нагрузкой, требующих статического положения тела. Она проводится в середине занятия, когда наступает утомление детей и внимание детей ослабевает, дети начинают отвлекаться. Дается три-четыре упражнения, желательно, чтобы они были интенсивными, простыми по содержанию, направлены на разные группы мышц, связаны с темой занятия. Упражнения должны быть удобны для выполнения на ограниченной площади.

Основные формы проведения физкультминуток:

- в форме общеразвивающих упражнений
- в форме подвижной игры средней подвижности
- в форме дидактической игры
- в форме танцевальных движений

#### Обширное умывание

Проводится после прогулки. Дети умываются чистой водой без мыла до локтя, омывают лицо и область шеи и грудь

## Гимнастика - пробудка

Гимнастика - пробудка после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. Дети постепенно просыпаются под звуки мелодичной музыки, вызывающей положительные эмоции. Затем выполняют несколько общеразвивающих движений: разведение и сгибание рук, поднятие и опускание ног. Самомассаж: легкое поглаживание рук, живота, ног, пяток. Потом дети встают, выполняют ходьбу по массажным коврикам, дыхательные упражнения и водные процедуры.

Цель гимнастики – пробудки:

- обеспечивать плавный переход от сна к бодрствованию, подготовить детей к активной деятельности
- улучшить настроение детей
- поднять мышечный тонус
- проводить профилактику плоскостопия
- формировать правильную осанку
- повышать сопротивляемость организма

## Ходьба по корригирующим дорожкам

Показания: развитие координации движений, повышение двигательной активности детей, формирование стопы.

Противопоказания: острые заболевания.

Техника проведения:

Дорожки обозначают в группе импровизированными снарядами и инвентарем.

Предметы располагают так, чтобы все воспитанники могли заниматься одновременно, переходя от одного снаряда к другому.

Ходьба по корригирующим дорожкам используется в сочетании с контрастными воздушными ваннами после дневного сна. Используется художественное слово.

## Полоскание полости рта

Полоскание водой комнатной температуры полости рта. Цель: профилактика кариеса, стоматита, ангины, ОРЗ.

Ребенок набирает воду в рот, прополаскивает и сплевывает. Процедура повторяется 3-4 раза. Начинают выполнять процедуру дети в возрасте 3-4 лет, уже умеющие полоскать рот.

## Дыхательная гимнастика

Дыхательная гимнастика повышает общий жизненный тонус, устойчивость организма к заболеваниям дыхательной системы, развивает дыхательную мускулатуру, улучшает деятельность сердечно-сосудистой системы.

Процесс дыхания состоит из трех фаз: выдоха, паузы и вдоха, которые ритмично следуют одна за другой.

Нужно учить детей дышать только через нос. Глубокий медленный вдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью. Выдох должен быть длиннее, чем вдох.

Правила дыхательной гимнастики:

- нужно сконцентрировать внимание на дыхательном упражнении, дышать медленно;
- выполнять упражнение не дольше, чем оно доставляет удовольствие;
- выполнять упражнение легко, без лишних усилий;
- помещение должно быть чистым и проветренным;

Техника выполнения:

Основная поза - встать прямо, поставить ноги на ширине ступни (маленькой дорожкой). Найти удобное положение головы, левая рука на нижней части живота, правая рука сбоку на грудной клетке на уровне локтя.

Чтобы ребенок дышал правильно, научите его представлять дыхание в виде голубого ручейка, который заполняет организм сверху донизу.

Дыхательные упражнения проводятся утром и вечером, можно использовать их на утренней зарядке, на вечерних занятиях и в виде физкультминуты.

## Сквозное проветривание

Сквозное проветривание до температуры 14-16°C в течение 5-7 мин проводят 4-5 раз в отсутствие детей

- перед приходом детей
- перед занятиями в отсутствие детей
- перед возвращением с прогулки
- во время дневного сна в отсутствие детей
- после полдника

Температура в помещении восстанавливается обычно через 20-30 мин.

Температура в спальне во время дневного сна ребенка для более полноценного его осуществления снижается. В проветренной спальне детей укладывают и затем открывают фрамугу, чтобы понизить температуру на 2-4°C.

## Босохождение

Хождение босиком технически самый простой нетрадиционный метод закаливания, одновременно является хорошим средством укрепления свода стопы и связок. Начинаем хождение босиком при  $t^{\circ}$  пола не ниже  $+18^{\circ}$ . Процедура очень хорошо переносится детьми любого возраста. Поэтому мы проводим её с раннего возраста.

## Физкультурные праздники

В средних и старших группах два раза в год (зимой и летом) проводятся физкультурные праздники, в процессе которых дети выполняют общеразвивающие упражнения с предметами, танцевальные движения, играют в игры с элементами соревнования.

Праздники предполагают также организацию аттракционов, сюрпризных моментов. Все упражнения проводятся в занимательной форме, каждому ребенку предоставляется возможность продемонстрировать свои умения в беге, прыжках, метании, проявить психофизические качества: силу, ловкость, гибкость, выносливость.

Праздники проводятся длительностью до одного часа. Допускается объединение разновозрастных групп, тщательно продумав распределение заданий с учетом двигательного опыта и уровня физического развития детей.

Начинается праздник торжественным выходом на площадку. Затем дети выполняют строевые упражнения, общеразвивающие упражнения с предметами или без предметов, основные движения, музыкально - ритмические движения, участвуют в спортивных играх, играх - эстафетах. При подготовке к празднику продумывается распределение детей на команды (силы их должны быть примерно равными), содержание заданий (с учетом сезона, чтобы не было физической перегрузки), сюрпризные моменты и формы поощрения. Детей необходимо побуждать к активному участию в праздниках, учить сопереживать успехам и неудачам товарищей, доброжелательному отношению друг к другу независимо от того, кто победил.

Традиционно ежегодно в конце марта проводится праздник при активном участии родителей «Проводы Зимы».

## Физкультурные досуги

Физкультурный досуг организуется один раз в месяц во второй половине дня. При планировании досугов необходимо принимать во внимание такие формы работы, как День здоровья, физкультурный праздник, каникулы. В каникулы досуг можно провести после завтрака. Не следует проводить досуг в день, отведенный для физкультурного занятия. К тематике досугов следует подходить творчески. Формы организации физкультурных досугов могут быть разнообразными. Можно посвящать их временам года, спортивным событиям, общественным праздникам. В программе используются сказочные персонажи. Содержание досуга составляют уже освоенные детьми на физкультурных занятиях упражнения.

В средней группе продолжительность досуга 20 минут. В старших группах - 30-40 минут. В программу досуга включаются знакомые игры - аттракционы, подвижные игры, эстафеты, которые позволяют чередовать нагрузку на разные группы мышц, а также упражнения на внимание. Структура досуга аналогична структуре физкультурного занятия: нагрузка увеличивается постепенно. Желательно музыкальное сопровождение. Основное назначение физкультурного досуга – организация активного отдыха детей. Детям должно быть радостно и интересно. Не нужно забывать, что дети бурно выражают свои эмоции, поэтому нельзя допускать перевозбуждения.

### 3.7. Валеологическое воспитание

Валеология - наука о здоровом образе жизни сохранении, формировании здоровья, управлении ним. В Учреждении валеология ставит своей целью обучение детей основным правилам и норма укрепления здоровья и привития навыков здорового образа жизни: активный труд, закаливание, занятия физкультурой и саморазвитием, рациональное питание, личная гигиена, своевременное обращение к врачу.

Нужно создать для этого соответствующие условия. Поэтому одним из важных этапов воспитания основ здорового образа жизни у детей является создание предметно - развивающей среды в группе. Детям нужна наглядность, которую мы предлагаем им через организацию валеологических уголков и центров, где в различной форме могут быть представлены правила здорового образа жизни, схемы ухода за зубами, волосами, кожей и др. Так же предлагаем детям комплексы утренней гимнастики, спортивные упражнения для занятий дома, которые способствуют возникновению положительных эмоций.

К вопросам формирования здорового образа жизни привлекаются родители. С целью снижения заболеваемости родителям даются рекомендации о проведении лечебно-оздоровительных мероприятий.

Необходимо сформировать элементарные знания о своём организме, осознанное ведение здорового образа жизни. Ребёнок должен не только уметь чистить зубы и делать зарядку, но и уметь любить себя, людей, жизнь. Только человек, живущий в гармонии с собой, миром, будет действительно здоров.

Наша задача помочь детям осознать себя как человека. Ребёнок должен понять, чем люди отличаются от животных и чем он, отличается от других людей.

Включаем в их состав элементы ОБЖ. Предлагаем детям ситуации (ДТП, пожар, и т. д.). Учимся оказывать первую помощь, обсуждаем, как нужно вести себя, чтобы этого не произошло.

Формы работы по валеологическому воспитанию - это экскурсии, наблюдения, рассматривание картин, занятия-беседы, разнообразные игры, игровые упражнения, видео и аудиозаписи.

Работа с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, делается акцент на поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий.

Основным результатом работы по воспитанию потребности к здоровому образу жизни у детей является то, что к концу дошкольного возраста дети способны понимать, что здоровье находится в их руках.

Быть здоровым - естественное желание каждого человека. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте. Важно с самого детства формировать у человека здоровый образ жизни. Надо учить ребенка любви к себе, к людям, к жизни.

### 3.8. Формы работы с семьей

Просвещение родителей, повышение их грамотности в вопросах физического воспитания и укрепления здоровья дошкольников может осуществляться в разнообразных формах.

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОУ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Рекомендации, практические советы

Информационные стенды – информация о программах по физической культуре, используемых в детском саду

Различные консультации

Игры и подводящие упражнения, которые можно делать в домашних условиях и др

Перечень рекомендуемой литературы

Папки – передвижки – знакомящие родителей с системой по оздоровлению дошкольников, информация о том чему можно научить ребенка в определенном возрасте.

Фоторепортажи «Хороши спортсмены – малыши»

Информация в родительских уголках, в папках передвижках, в библиотеке детского сада

Выставки детских рисунков (совместные работы педагогов и детей, родителей и детей)

«Открытые дни» родителей с просмотром занятий закаливающих и лечебных процедур

Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей

Совместные физкультурные досуги, праздники. Традиционные мероприятия, принятые в Учреждении - это Неделя Здоровья, которая проводится 2 раза в год.

Анкетирование и тестирование родителей по вопросу воспитания здорового ребенка

Анкетирование является одной из интересных форм работы с родителями. Оно помогает лучше узнать детей, интересы их родителей, собрать мнения и пожелания о своей работе. В качестве взаимодействия дошкольного учреждения с родителями детей можно использовать посещение семей с целью выяснения состояния условий для игровой деятельности ребенка, наличие игрушек и выявления их места в жизни малыша.

День открытых дверей, являясь достаточно распространенной формой работы, дает возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательной работы, заинтересовать ею и привлечь к участию. Открытые просмотры много дают родителям. Они получают возможность наблюдать за своими детьми, сравнить его поведение и умения с поведением и умениями других детей.

Можно проводить тематические родительские собрания по вопросам освоения подвижной игры. Открытые просмотры могут заменить современные технические возможности, например, использование фотоальбомов, стенгазет, записи игр с детьми или других видов деятельности на видео.

Содержание беседы лаконичное, значимое для родителей, преподносится таким образом, чтобы побудить собеседников к высказыванию.

Формы проведения консультаций различны: сообщение специалиста с последующим обсуждением; обсуждение статьи, заранее прочитанной всеми приглашенными на консультацию; практическое занятие.

Следует серьезно относиться к такой форме работы, как наглядная пропаганда, правильно осознавать ее роль в педагогическом просвещении родителей, тщательно продумывая содержание, художественное оформление папок, стремясь к единству текстового и иллюстративного материалов.

Значительным подспорьем здесь является библиотека специальной литературы по проблемам развития детей. Педагоги следят за своевременным обменом, подбором необходимых книг, составляют аннотации новинок. Большое значение следует придавать оформлению общих тематических стендов и выставок. Можно постоянно оформлять групповые стенды типа «Для вас, родители», содержащие информацию по двум разделам: повседневная жизнь группы - различного рода объявления, режим, меню и т.п., и текущая работа по воспитанию детей в детском саду и семье. В разделе «Советы и рекомендации» помещаются рекомендации по различным вопросам. Тематика материалов стенда должна зависеть от возрастных особенностей.

Специалисты Учреждения должны дать необходимые педагогические и практические знания - упражнения и подвижные игры, способствующие развитию у ребёнка двигательных навыков, а так же освоить методы обучения этим упражнениям, чтобы в домашних условиях родители могли закрепить приобретённые навыки.

Задача педагога – найти подход к членам семьи ребенка, создать общую атмосферу доверия.

Родители мало знают о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений и подвижных игр, испытывают трудности из-за недостатка опыта.



Чтобы ребенок вырос здоровым и физически развитым, сознательное отношение к физической культуре следует формировать, прежде всего, у родителей,

в результате чего:

- повышается ответственность родителей за воспитание детей в семье;
- постоянно совершенствуются знания родителей;
- создается атмосфера взаимопонимания и доверительных отношений между родителями, педагогами и детьми;
- происходит обмен опытом;
- обеспечивается совместный успех в деле обучения детей подвижным играм в условиях семьи.

## РАЗДЕЛ 4. АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Таблица 1.

коэффициент занятости места				
2013	2014	2015	2016	2017
70,3%	69,2%	67,9%	66 %	<b>65 %</b>

Данный показатель рассчитывается по формуле:

$$\frac{\text{Среднее число дней пребывания}}{\text{Количество рабочих дней}} \times 100\%$$

Таблица 2.

посещаемость					
Исследуемый показатель	2013	2014	2015	2016	2017
Посещено одним ребенком	149,77	140,4	167	164	<b>161</b>
Пропущено одним ребенком	63,23	62,6	79	82	<b>85</b>

Число дней, посещенных одним ребенком, в 2017г. выше в связи с увеличением рабочих дней в году.

Таблица 3.

индекс здоровья					
Исследуемый показатель	2013	2014	2015	2016	2017
Всего детей в детском саду	140	151	156	148	<b>146</b>
Индекс здоровья, %	27,9%	19,2%	34%	25%	<b>23%</b>
Количество не болевших детей	39	29	53	37	<b>41</b>

Индекс заболеваемости выше, не смотря на увеличение списочного состава. Выросло количество не болевших детей. Это показывает на результат качества оздоровительной работы.

Индекс здоровья рассчитывается по формуле:

$$\frac{\text{Количество не болевших детей}}{\text{Списочный состав воспитанников}} \times 100\%$$

Таблица 4.

распределение детей по группам здоровья					
Группы здоровья	2013	2014	2015	2016	2017
Всего детей	140	151	156	148	<b>146</b>
1	14	22	29	15	<b>15</b>
2	102	106	115	118	<b>118</b>
3	23	23	12	16	<b>13</b>
4	1	-	-	-	-
5	-	-	-	-	-

Таблица 5.

год	группа здоровья									
	I	%	II	%	III	%	IV	%	V	%
2011	25	22	81	71	7	6,1	1	0,9	-	-

<b>2012</b>	20	16,3	84	68,3	18	14,6	1	0,8	-	-
<b>2013</b>	14	10	102	72,9	23	14,6	1	0,7	-	-
<b>2014</b>	22	14,6	106	70,2	23	12,2	-	-	-	-
<b>2015</b>	29	18,6	115	73,7	12	7,7	-	-	-	-
<b>2016</b>	19	12,4	118	77,1	16	10,5	-	-	-	-
<b>2017</b>	<b>15</b>	<b>10,2</b>	<b>118</b>	<b>80,8</b>	<b>13</b>	<b>9,0</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Полученные данные показывают, что освоение программы проходит на должном уровне. Проведенный анализ позволяет определить ряд конкретных проблем в организации физкультурно-оздоровительной и лечебно-профилактической работы, указывающих на перспективы развития Учреждения в данном направлении.

## БИБЛИОГРАФИЯ

1. «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Мозаика-синтез 2014г.
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13, Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 15.05.2013 года № 26).
3. Алямовская В.Г. «Как воспитать здорового ребенка» М.1993г.
4. Алябьева Е. А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет. - М.: Сфера, 2015. - 144с.
5. Анисимова М. С. Хабарова Т. В. Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста. - СПб.: Детство - пресс, 2014. - 208с.
6. Асачева Л. Ф., Горбунова О. В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. - СПб.: Детство - пресс, 2013. - 112с.
7. Бабенкова Е. А., Параничева Т. М. Подвижные игры на прогулке. - М.: Сфера, 2015. - 96с.
8. Бабенкова С. А. Федоровская О. Н. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. - М.: Сфера, 2013. - 64с.
9. Бабенкова С. А., Федоровская О. Н. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. М.: Сфера, 2013. - 80с.
10. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2015. - 48с.
11. Воронина Л. П. Червякова М. А. Картотеки артикуляционной и дыхательной гимнастики, массажа и самомассажа. - СПб.: Детство - пресс, 2013. - 80с.
12. Гуменюк Е. И., Слисенко М. А. Недели здоровья в детском саду. - СПб.: Детство - пресс, 2013. - 160с.
13. Картушина М.Ю. «Зеленый огонек здоровья» М.2007г.
14. Кострыкина Л.Ю. Рыкова О.Г. Корнилова Г. Г. Малыши, физкульт - привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста. - М.: Скрипторий, 2013. - 120с.
15. Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» М. просвещение 1984г.
16. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания» М.2005
17. Хабарова Т.В. «Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении»
18. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей детей дошкольного возраста в процессе физкультурно-спортивной деятельности» Сыктывкар 2009г.
20. Щетинин М.Н. «Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей» М.2008г.
21. Методические рекомендации к «Программе воспитания и обучения в детском саду» М. 2005г.
22. Харченко Т.Е. «Утренняя гимнастика в детском саду» 2008г.
23. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» Волгоград «Учитель» 2007г.
24. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей.- М.: Просвещение,1987.-160 с.

25. Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. - СПб.: Детство - пресс, 2014. - 80с.
26. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2015. - 128с.
27. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду: младшая группа. - М.: Мозаика - Синтез, 2014. - 80с.
28. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду: средняя группа. - М.: Мозаика - Синтез, 2014. - 112с.
29. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду: старшая группа. - М.: Мозаика - Синтез, 2014. - 128с.
30. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. - М.: Мозаика-Синтез, 2011. - 112с.
31. Подвижные тематические игры для дошкольников / Сост. Т.В. Лисина, Т. В. Морозова. - М.: Сфера, 2014. - 128с.
32. Сулим Е. В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. - М.: Сфера, 2014. - 160с.