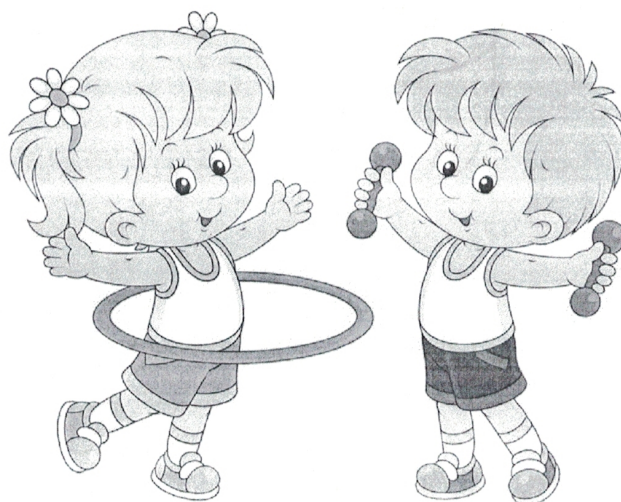


ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ
на педагогическом совете
протокол № 1
от «25» 08 2019 г.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 75»
С.А. Львова
С.А. Львова
Приказ № 08/08 2019 г.
г. Ярославль

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»



город Ярославль, 2019 год

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел	Страница
Пояснительная записка	3
I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	4
II. ПРОБЛЕМНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ АНАЛИЗ	6
III. КОНЦЕПЦИЯ ДОУ	9
IV. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ	10
V. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	19
VI. МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	23
Приложения	26

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Здоровье» МДОУ «Детского сада № 75» является нормативным документом, регламентирующим процесс перевода ДОУ из фактического состояния на качественно новый уровень развития. Программа разработана в соответствии с законом РФ «Об образовании».

АКТУАЛЬНОСТЬ

Дошкольное образовательное учреждение призвано создать основу для дальнейшего развития ребенка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития. Решающими критериями качества дошкольного образования являются его здоровье сберегающая и здоровье укрепляющая ориентация.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, несбалансированным питанием.

Сложившееся в последние годы положение в практике общеобразовательных учреждений, требует внимания к проблеме детей с трудностями в обучении, охране их соматического и психического здоровья, поиску дифференцированных форм организаций обучения и воспитания, обеспечивающих полноценное образование и развитие личности.

Данный проблемный анализ позволяет сделать вывод об актуализации создания единого образовательного пространства, обеспечивающее разностороннее и целостное развитие ребенка.

ПРОГНОСТИЧНОСТЬ

Данная программа позволит педагогам, работая в инновационном режиме, перейти на качественно новый уровень развития: совершенствовать воспитательно-образовательное коррекционно-развивающее пространство ДОУ.

РЕАЛИСТИЧНОСТЬ

В программе определены конкретные цели, задачи, содержание, образ желаемого будущего, технология их достижения с учетом условий ДОУ.

ЦЕЛОСТНОСТЬ

Целостность программы заключается в комплексном дидактическом характере воздействия педагога и интеграции реализуемых целей.

КОНТРОЛИРУЕМОСТЬ

На всех этапах реализации программы развития определены промежуточные и конечные цели (целевые индикаторы), направленные на результат, определен продукт деятельности.

ОПТИМАЛЬНОСТЬ

Технология достижения поставленных цели и задач позволяет получить максимально полезный результат в определенный программой сроки.

ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТЬ

Программа является коллективным делом педагогов ДОУ, в ней отражены коллективный поиск новых идей, способы решения выявленных проблем, изучение опыта педагогов ДОУ, ученых.

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Основания для разработки программы

- важнейшие положения Конвенции ООН о правах ребенка;
- Конституция Российской Федерации;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- ФГОС ДО;
- Устав МДОУ.

Цель программы: Создание единого образовательного пространства, обеспечивающего воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка.

Сроки реализации программы

Подготовительный этап (мотивационно-целевой) - 2019 – 2020 гг.

Проблемно-целевой анализ ситуации ДОУ.

Обеспечение мотивационной готовности педагогов;

Систематизация и обобщение внутреннего опыта деятельности ДОУ, создание интегрированной модели взаимодействия всех специалистов;

Установление сотрудничества с внешними социальными институтами (Детская городская поликлиника № 1)

Повышение квалификации педагогов и педагогического мастерства через консультативную поддержку, семинары, активизация процесса самообразования педагогов;

Организационно-практический этап - 2020 – 2022 гг.

Овладение здоровьесберегающими технологиями педагогами ДОУ;

научно-методическое обеспечение качественно нового уровня ВОП в рамках новой модели учреждения;

разработка новых форм взаимодействия ДОУ и семьи;

создание эффективной модели психолого-педагогической службы в ДОУ;

Заключительный этап (оценочно-рефлексивный)- 2022 – 2023 гг.

Рефлексия деятельности;

Систематизация опыта работы ДОУ

Определение дальнейших перспектив развития ДОУ

Источники финансирования

Финансирование Программы осуществляется из бюджетных средств ДОУ, внебюджетных средств ДОУ, за счет дополнительных образовательных услуг и благотворительных пожертвований.

Ожидаемые результаты

Ребенок

- снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка, приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности и закалывания.
- систематизация опыта формирования у детей психоэмоциональной устойчивости. Повышение уровня валеологических знаний.

Педагог

- Повышение профессиональной компетентности педагогов,
- Обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления.
- Реализация социального заказа родителей.

Родители

- Определение родителями позиции равноправных участников ВОП.

Социум

- Организация психолого–педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»;
- организация сотрудничества с учреждениями культуры, образования и здравоохранения микрорайона.

Материально-техническая база

- Модернизация медицинского кабинета;
- Установление полного соответствия мебели в группах нормам СанПиН;
- Организация качественного питания;
- Обновление игрового и спортивного оборудования, техническое оснащение,
- Обновление стационарного оборудования.

Задачи программы:

1. Формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников;
2. Разработка и реализация индивидуальных и коллективных программ оздоровления детей в детском саду, исходя из особенностей их психофизического развития, направленных на сохранение здоровья, оздоровление детей и обучение их здоровому образу жизни;
3. Разработка организационно-педагогических рекомендаций по оптимизации образовательного процесса на валеологической основе.

Основные направления программы:

- I. Валеологическое образование детей.
- II. Комплексная диагностика
- III. Физкультурно-оздоровительная работа
- IV. Коррекционная работа
- V. Консультативно-информационная работа
- VI. Материальное обеспечение программы

Исполнители программы: Коллектив ДОУ

Программа утверждена на педагогическом совете

II. ПРОБЛЕМНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ АНАЛИЗ

Показатели	Реальное	Идеальное	Достижимое
Развивающая предметно-пространственная среда	Недостаток современного нестандартного оборудования	Разнообразие предметной среды в ДОУ, стимулирующей физическое развитие ребенка	Обновление и наполнение среды с учетом возможностей ДОУ, требований ребенка
Комплексное психолого-педагогическое обеспечение Интеграция специалистов	Большой процент детей соматически больных и ослабленных Недостаточное взаимодействие в работе всех специалистов в рамках сопровождения индивидуального развития ребенка	Обеспечение деятельности всех направлений, сопровождения развития ребенка на уровне отдельных служб	Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровье» Усовершенствование психолого-педагогической службы (ППк, консультационный пункт)
Образовательное пространство	Несоответствие программному материалу, желание педагогов вложить в дошкольников максимум умений и знаний приводит к повышению умственной нагрузки	Базовая программа, реализующая содержание дошкольного образования	Оптимизация реализуемого содержания на основе составления плана совместной работы специалистов. Создание планов взаимодействия всех специалистов.

Дополнительное образовательное пространство	Реализация дополнительных общеразвивающих образовательных программ по интересам детей. Взаимодействие с учреждениями дополнительного образования.	Расширение дополнительных образовательных услуг, в том числе и физкультурно-оздоровительной направленности, повышение качества дополнительного образования на основе перестройки деятельности всех специалистов	Повышение качества дополнительного образования.
Включенность семьи Преемственность	Слабая включенность семьи в работу ДОУ.	Родители – партнеры в образовательном процессе. Построение единой системы преемственного воспитания	Открытая система отношений педагогов и семьи, основанная на психологии доверия.
Мастерство и профессионализм педагогов	Недостаточный уровень овладения современными технологиями, инновациями.	Педагог-универсал, творчески развивающаяся личность.	Повышение квалификации педагогов, повышение мотивации к овладению инновационными технологиями, обучение современным образовательным технологиям.
Материально-техническая база, ресурсы	Средний уровень материального обеспечения ДОУ.	Современное техническое оборудование	Расширение и укрепление материально-технической базы ДОУ.

Таким образом, проблемно - ориентированный анализ выявил потенциал развития и показал, что ДОУ необходимо комплексное обновление системы физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей работы.

Проблема	Ожидаемый результат
<ul style="list-style-type: none"> ● остается высокой заболеваемость детей; ● низкая посещаемость детей по прочим причинам; ● есть дети с нарушением осанки и плоскостопия, часто болеющие дети, дети-инвалиды; ● недостаточно осуществляется индивидуальный подход; ● неэффективное использование спортивного инвентаря в группах; ● не все педагоги детского сада соблюдают двигательный режим; ● низкая заинтересованность родителей в системном физическом развитии детей; ● у детей нет потребности в движении, увлечение детей гаджетами. 	<p>Показатели, характеризующие успешность решения задачи №1</p> <ul style="list-style-type: none"> ● снижение заболеваемости детей, сохранение и укрепление здоровья; ● высокая посещаемость детей детского сада; ● профилактика детей с нарушением осанки и плоскостопия, часто болеющих детей; ● осуществление индивидуального подхода в физическом развитии с детьми-инвалидами; ● учет педагогами индивидуального подхода к каждому ребенку: особенности развития, темперамента, характера, состояния здоровья; ● активное использование спортивного инвентаря в группах (организация эстафет, спортивных игр и т.д.); ● соблюдение двигательного режима педагогами; ● активное участие родителей; ● сформированная потребность в движении у дошкольников.

III. КОНЦЕПЦИЯ ДОУ

ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЦЕЛЬ

Создание единого образовательного пространства, обеспечивающее воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка.

ПОДЦЕЛИ

- Воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка;
- Оптимизация педагогического процесса в ДОУ;
- Формирование потребности педагога в саморазвитии и рефлексии.

ОБРАЗ ЖЕЛАЕМОГО БУДУЩЕГО ОБРАЗ ВЫПУСКНИКА ДОУ

- Сохранение, укрепление соматического здоровья ребенка.
- Физическое развитие – овладение различными видами движений, развитие двигательных качеств (быстрота, ловкость, выносливость и т.д.).
- Развитие сенсомоторной координации.
- Произвольность всех психических процессов.
- Сформированность волевых качеств и привычек.
- Положительный образ «Я».
- Эмоционально-положительная, адекватная самооценка.
- Благополучие внутреннего мира (нормальный уровень тревожности).

ОБРАЗ ПЕДАГОГА ДОУ

Теоретическая компетентность;

- Общенаучная;
- психолого-педагогическая;
- методическая;

Технологическая компетентность -

Умение:

- Планировать педагогический процесс;
- Определять задачи и содержание ВОП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- Эффективно организовывать деятельность детей в разных ее видах;
- Осуществлять координацию своей деятельности с другими участниками ВОП;
- Привлекать родителей к участию в деятельности ДОУ;
- Безусловно принимать ребенка;
- Находить и раскрывать ресурсы ребенка во всех видах его активности;
- Участие в консультировании родителей;
- Разработка собственных проектов развивающей образовательной деятельности;
- Самостоятельный анализ ситуации в группе, прогноз ее дальнейшего развития;
- Выбор стратегии, содержания, дидактического материала и создание развивающей среды в группе;
- Накапливание, обобщение и распространение опыта работы;
- Психолого-педагогическая рефлексия деятельности;
- Стремление к самообразованию, самоусовершенствованию, повышению педагогического мастерства.

IV. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

I. Валеологическое образование детей

В соответствии с программой в образовательной области «Здоровье» представлены следующие темы образовательной деятельности:

Ранний и младший дошкольный возраст (2 – 4 года)

- Развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;
- Знакомство со схематическим изображением лица;
- Развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;
- Развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- Развитие способности к пониманию символических обозначений различных эмоциональных состояний;
- Развитие представлений о группе, принадлежности к ней; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим детям;
- Развитие положительного отношения к себе и своему имени;
- Развитие представлений детей о принадлежности к женскому и мужскому полу, особенностях поведения девочек и мальчиков.

Средний дошкольный возраст (4 – 5 лет)

- Развитие представлений о своем теле:
 - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - Кровеносная система и кожа;
 - Дыхательная и пищеварительная система;
 - Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье

Старший дошкольный возраст (5 – 7 лет)

- Развитие представлений о своем теле:
 - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - Кровеносная система и кожа;
 - Дыхательная и пищеварительная система;
 - Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье
 - Польза и влияние на организм физических упражнений, правильного питания, ведение здорового образа жизни

II. Комплексная диагностика

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами городской детской поликлиники и детского сада:

- Осмотр детей специалистами детской поликлиники (патронаж);
- Регулярный осмотр детей медицинским персоналом детского сада;
- Регулярная антропометрия (дважды в год) и определение группы здоровья;
- Диагностика речевого развития детей учителем-логопедом, воспитателями детского сада;
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием:

- Диагностика общей физподготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
- Антропометрия.

2.3. Определение соответствия образовательной среды:

- Создание условий (оборудование физкультурного зала, наличие спортивных уголков в группах)
- Изучение литературы, составление перспективных планов с использованием оздоравливающих технологий, анкетирование сотрудников детского сада
- Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.

III. Физкультурно-оздоровительная работа

3.1. Занятия по физкультуре всех видов:

- традиционные;
- занятия-тренировки;
- занятия-соревнования;
- интегрированные занятия;
- праздники и развлечения.

3.2. Организация секционной и студийной работы:

- детский фитнес;
- музыкальная ритмика.

3.3. Комплекс психогигиенических мероприятий:

- Психодиагностика;
- Элементы аутотренинга и релаксации;
- Психогимнастика;
- Элементы музыкотерапии;
- Элементы сказкотерапии, смехотерапии;
- Элементы песочной игротерапии;
- Утренний круг эмоционального состояния;
- Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду.

3.4. Система закаливающих процедур:

- Воздушное закаливание;
- Водное закаливание;
- Хождение по «дорожкам здоровья»;
- Хождение босиком;
- Полоскание горла и рта;
- Витаминизация;
- Использование «Дезаров» во всех помещениях ДОУ;
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

3.5. Активизация двигательного режима воспитанников:

- Обеспечение двигательного режима детей с использованием атрибутов и пособий;
- Создание необходимой развивающей среды;
- Проведение подвижных и спортивных игр, пеших переходов во время прогулок;
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- Проведение утренней гимнастики, физкультминуток, гимнастики после сна;
- Хождение босиком в летний период - на прогулке.

3.6. Использование оздоравливающих технологий:

- Точечный массаж;
- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
- Дыхательная гимнастика по Стрельниковой;
- Психогимнастика по методике Чистяковой;
- Элементы зрительной гимнастики;
- Хождение по «дорожке здоровья», использование массажеров.

3.7. Профилактическая работа:

- Постоянный контроль осанки;
- Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой;
- Подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- Витаминотерапия;
- Кварцевание, обеззараживание воздуха Дезарами;
- Сбалансированное питание;
- Вакцинация против гриппа;
- Употребление соков, фруктов;
- Употребление свежего чеснока и лука.

IV.Коррекционная работа

- Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;
- Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой;
- Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
- Коррекция психических процессов, задержки психического развития;
- Коррекция психоэмоциональной сферы;
- Коррекция зрительного восприятия.

Мероприятия:

- Дыхательные упражнения в группе и на занятиях физкультурой;
- Самомассаж;
- Упражнения и игры профилактического и коррекционного характера;
- Индивидуальная работа с детьми.

V.Консультативно-информационная работа

5.1. С педагогами и персоналом:

- Семинары, консультации, практикумы;
- Открытые просмотры и показы оздоравливающих технологий;
- Выставки дидактического материала и литературы;

5.2. С родителями:

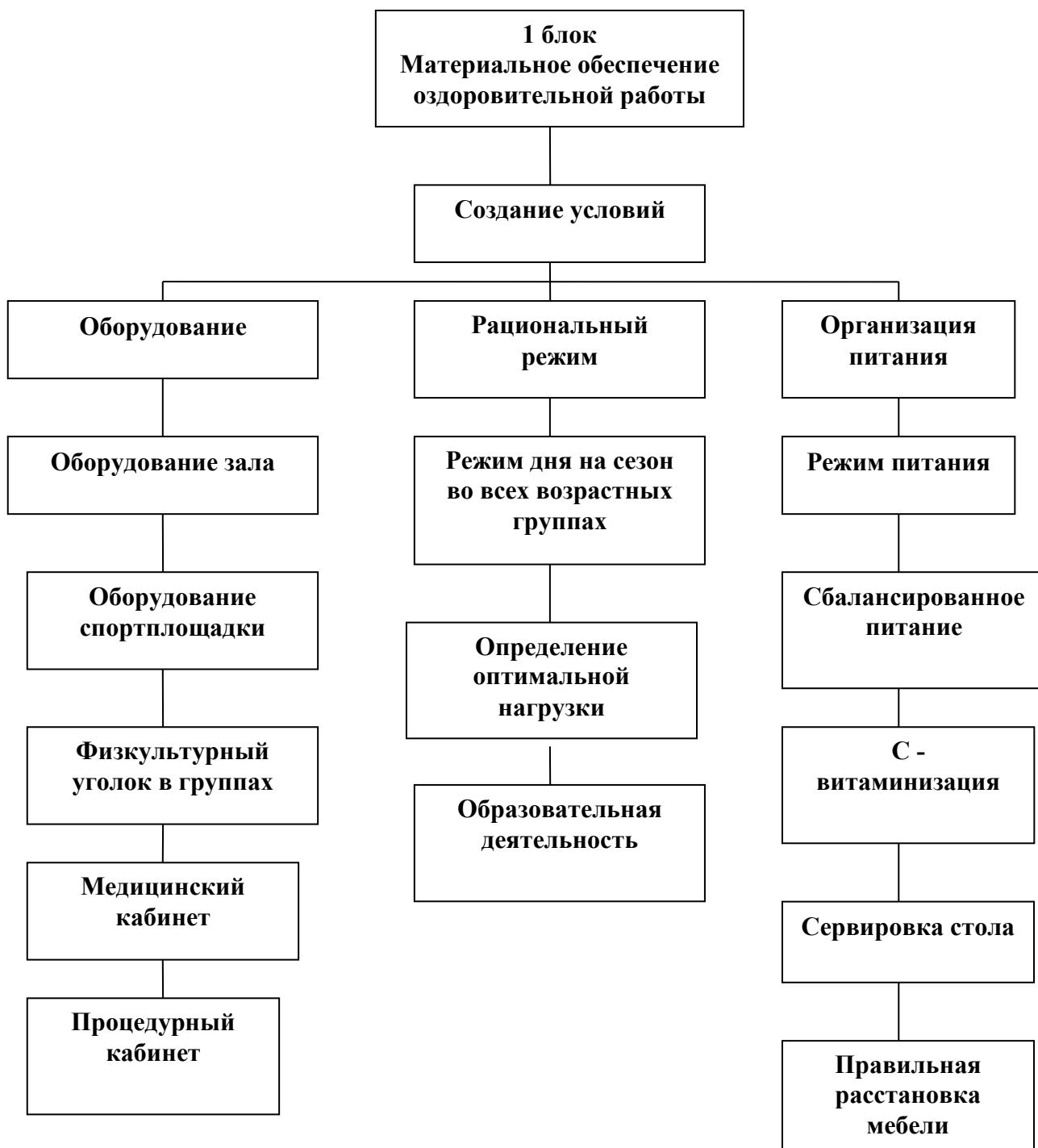
- Привлечение родителей к проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий по годовому плану;
- Анкетирование родителей;
- Консультирование родителей по вопросам оздоровления и развития детей с привлечением специалистов детского сада, детской поликлиники;
- Организация совместных спортивных праздников, развлечений, экскурсий, походов.
- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;

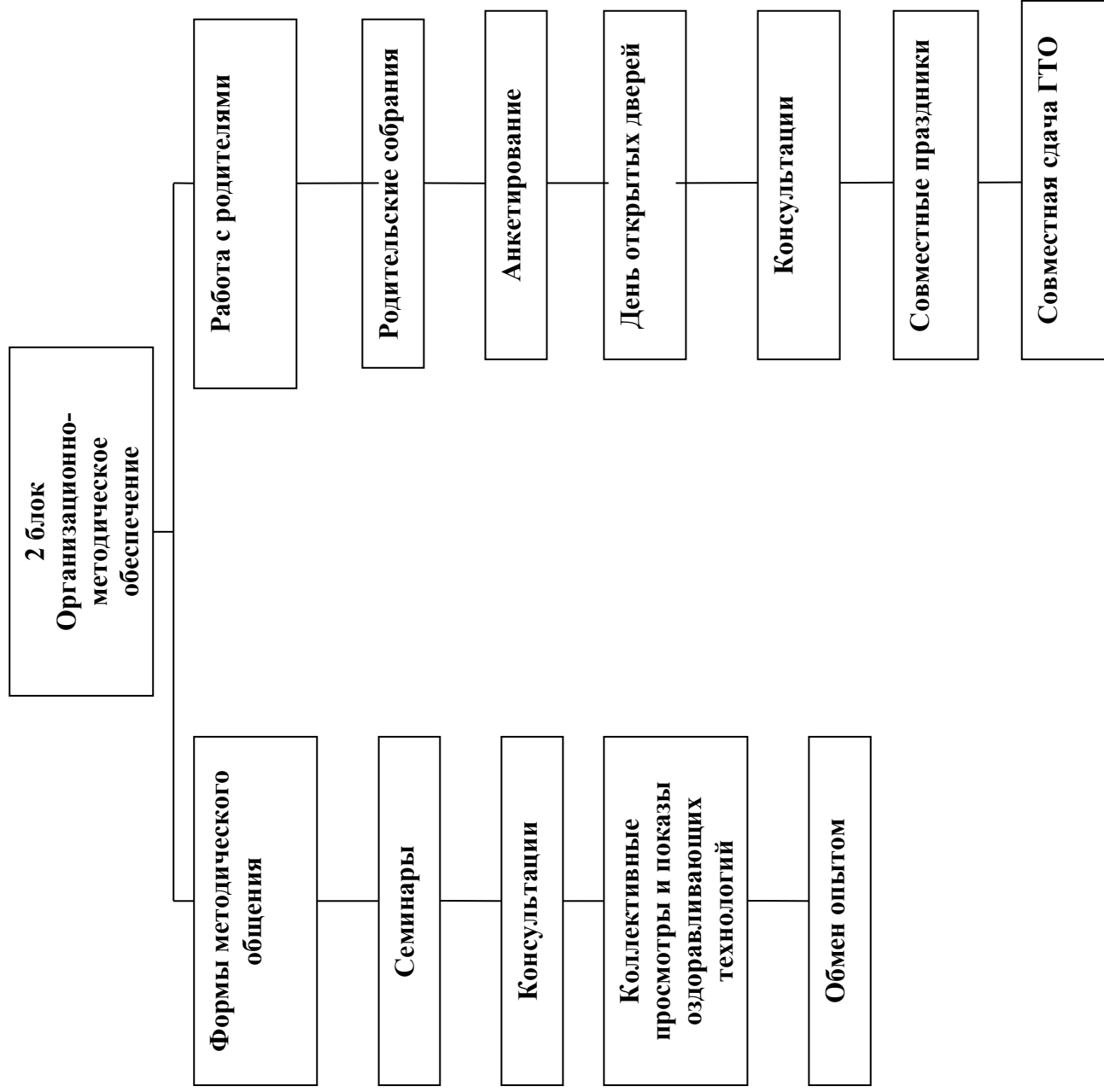
5.3. С детьми:

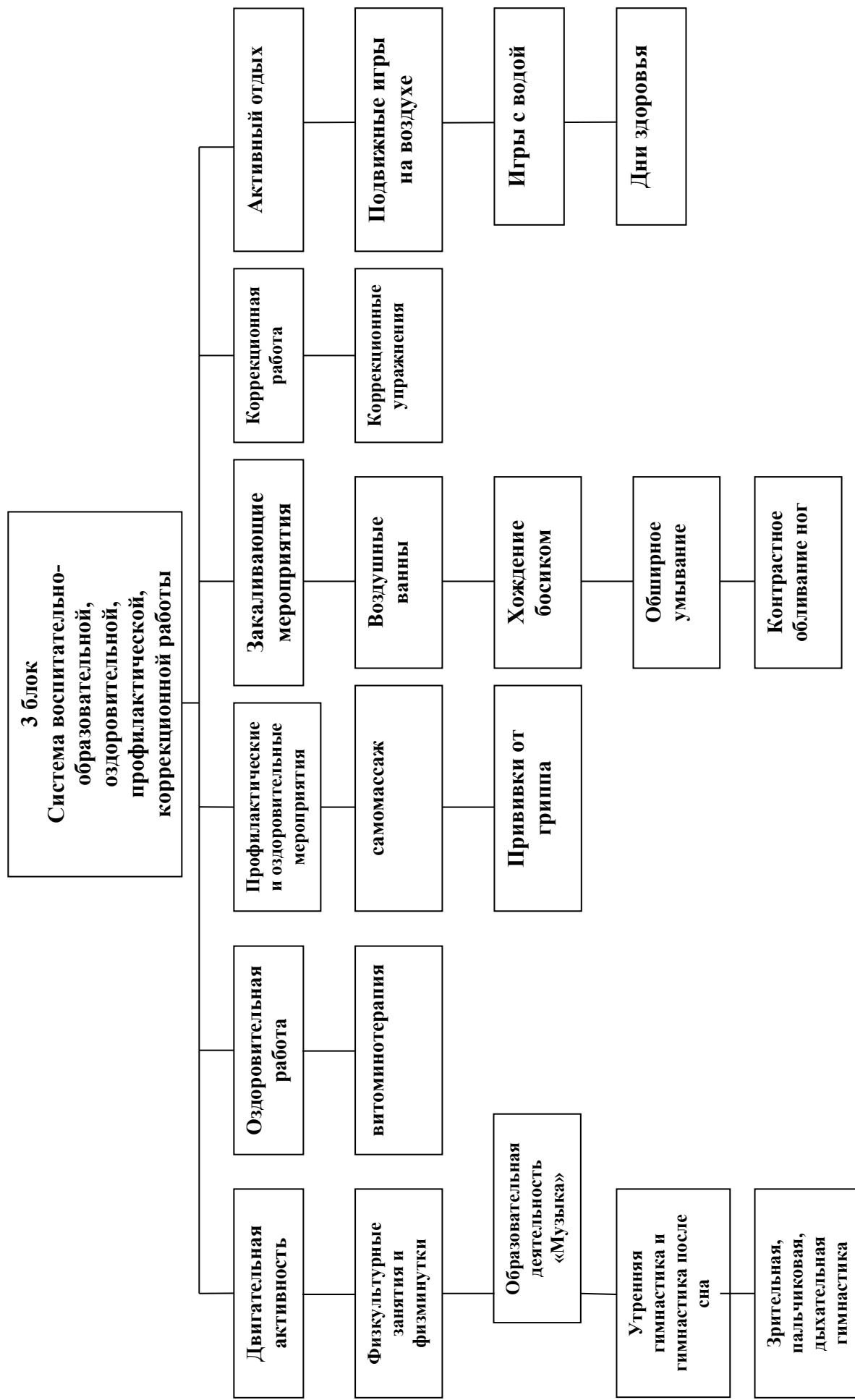
- Проведение образовательной деятельности валеологического цикла, с элементами релаксации, аутотренинга, оздоравливающих технологий.

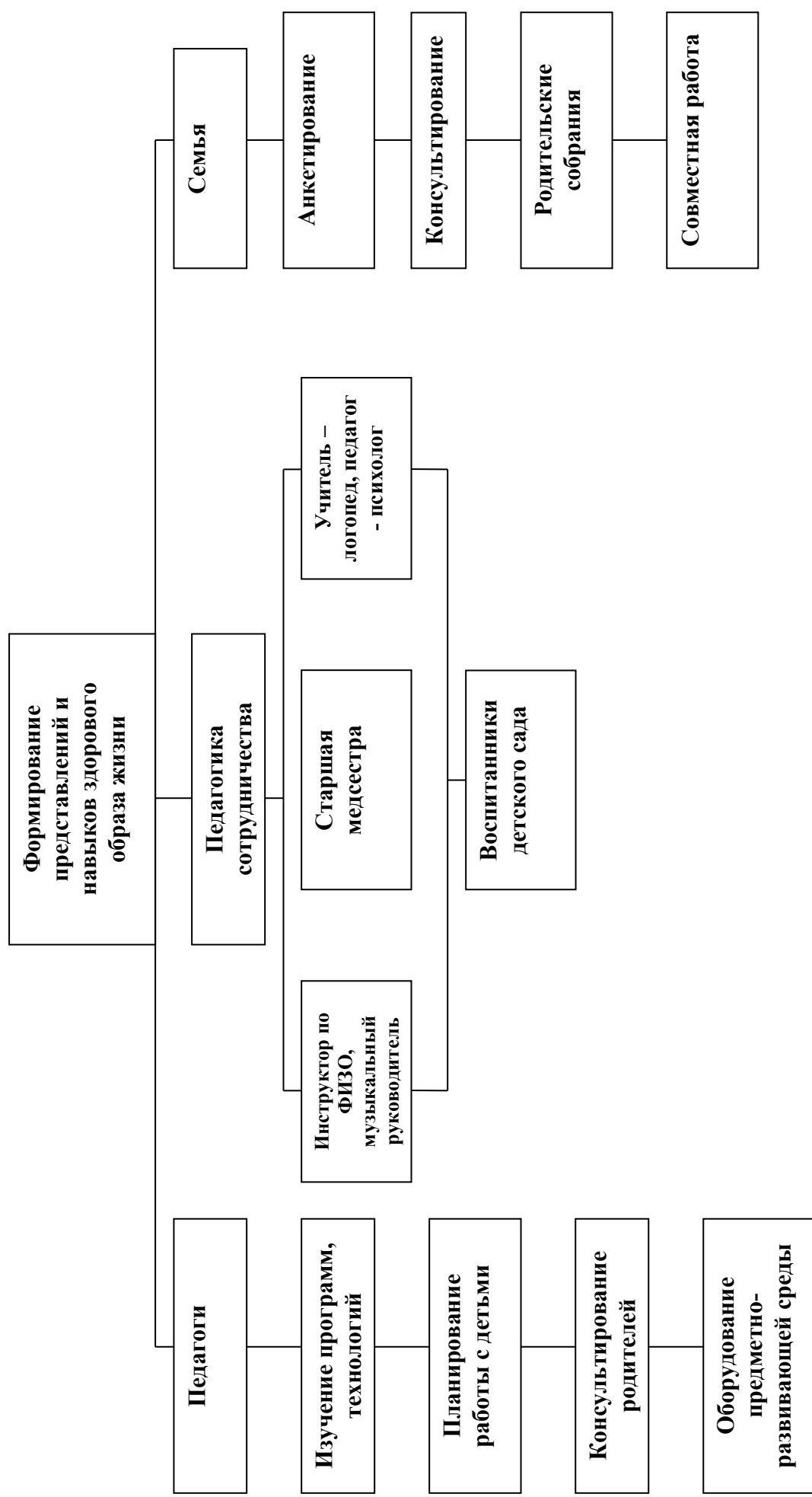
VI. Материальное обеспечение программы

- Спортивная площадка;
- Участки для прогулок;
- Универсальный зал;
- Физкультурные уголки в группах.









ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

№ п/п	Формы работы	Время проведения	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	10 мин. х 3 = 30 мин.	15 мин. х 3 = 45 мин.	20 мин. х 3 = 60 мин.	25 мин х 3 = 75 мин.	30 мин. х 3 = 90 мин.
2	Образовательная деятельность «Музыка»	2 раза в неделю	10 мин. х 3 = 30 мин.	15 мин. х 2 = 30 мин.	20 мин. х 2 = 40 мин.	25 мин. х 2 = 50 мин.	30 мин. х 2 = 60 мин.
3	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	5 мин. х 5 = 25 мин.	6 мин. х 5 = 30 мин.	8 мин. х 5 = 40 мин.	10 мин. х 5 = 50 мин.	12 мин. х 5 = 60 мин.
4	Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна	5 мин. х 5 = 25 мин.	6 мин. х 5 = 30 мин.	8 мин. х 5 = 40 мин.	10 мин. х 5 = 50 мин.	12 мин. х 5 = 60 мин.
5	Дыхательная гимнастика	Ежедневно 2 раза	5 мин. х 2 х 5 = 50 мин.	5 мин. х 2 х 5 = 50 мин.	7 мин. х 2 х 5 = 70 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.
6	Физкультминутки	Ежедневно во время занятий	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	4 мин. х 5 = 20 мин.	4 мин. х 5 = 20 мин.
7	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	10 мин. х 2 х 2 х 5 = 200 мин.	10 мин. х 2 х 2 х 5 = 200 мин.	15 мин. х 2 х 2 х 5 = 300 мин.	15 мин. х 3 х 2 х 5 = 300 мин.	15 мин. х 3 х 2 х 5 = 300 мин.
8	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	15 мин. х 2 х 3 = 90 мин.	15 мин. х 2 х 3 = 90 мин.	10 мин. х 2 х 3 = 60 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.
9	Оздоровительный бег (в перспективе)	Ежедневно	10 мин.	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.
10	Спортивный досуг	Один раз в месяц	15 мин.	20 мин.	30 мин.	40 мин.	50 мин.
11	Кружковая работа в перспективе)	1-2 раза в неделю	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
ИТОГО в неделю:			8 часов 20 минут	11 часов 25 минут	8 часов 30 минут	12 часов 40 минут – 13 часов 50 минут	13 часов 25 минут – 14 часов 45 минут
ИТОГО в день:			1 час 35 минут	2 часа 17 минут	1 час 42 минут	2 часа 32 минуты – 2 часа 46 минут	2 часа 41 минута – 2 часа 57 минут
%			14 %	22%	14%	23% - 25%	24% - 26%

VII. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

ФОРМЫ РАБОТЫ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ		
Разработать перспективный план образовательной деятельности во всех возрастных группах.	ежегодно	Старший воспитатель
КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА		
Исследование состояния здоровья специалистами городской детской поликлиники и детского сада.	ежегодно	Медперсонал детского сада, члены психолого-педагогического консилиума
Регулярный осмотр детей медицинским персоналом.	По графику	Старшая медсестра детского сада
Определение группы здоровья.	ежегодно	Инструктор по физической культуре, старшая медсестра
Диагностика речевого развития детей	ежегодно	Учитель-логопед, воспитатели
Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием.	ежегодно	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
Диагностика общей физподготовленности детей по нормативам	в начале и конце учебного года	Инструктор по физической культуре
Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.	начало учебного года	Старшая медсестра, воспитатели, инструктор по физической культуре
Разработка индивидуальных и групповых планов оздоровительной работы	ежегодно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА		
Разработать конспекты образовательной деятельности «Физическая культура» различных видов, внедрить комплексный подход к проведению оздоровительной работы	2019 - 2020 годы	Воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель

Внедрение оздоравливающих методик и технологий в режим детского сада	Постоянно	Педагогический коллектив
Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду	Постоянно	Коллектив ДОУ
Проведение закалывающих процедур	Постоянно	Воспитатели
Активизация двигательной активности детей	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение профилактической работы среди детей и педагогов	По плану	Старшая медсестра
Организация сбалансированного питания детей	Постоянно	Старшая медсестра, заведующий ДОУ
КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА		
Проведение коррекционных упражнений	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение индивидуальной работы с детьми	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение медицинских процедур	Постоянно по плану врача	Старшая медсестра
КОНСУЛЬТАТИВНО-ИНФОРМАЦИОННАЯ РАБОТА		
Работа психолого-педагогического консилиума ДОУ	4 раза в год	Заведующий ДОУ
Консультации, семинары, практические занятия для педагогов	По годовому плану	Старший воспитатель
Работа консультативной психолого-педагогической службы для родителей	Постоянно	Заведующий ДОУ, старший воспитатель, старшая медсестра
МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ		
Оснащение спортивной площадки, прогулочных участков спортивным оборудованием	В течение реализации программы	Заведующий, инструктор по физической культуре
Полнить медицинский кабинет современным оборудованием	В течение реализации программы	Заведующий, медсестра
Создать аудиотеку релаксационной музыки	2019 - 2020	Педагог-психолог
Полнить физкультурные уголки в группах новым оборудованием.	2020-2022 гг	Воспитатели
Оснащение кабинета педагога – психолога, учителя – логопеда для групповой и индивидуальной коррекционной работы с детьми	2020-2022гг	Заведующий, педагог – психолог, учитель – логопед

МОДЕЛЬ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
ОПТИМИЗАЦИЯ ГИБКОГО РЕЖИМА					
1	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима. Реализация программы адаптации	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели, педагог-психолог, медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Во всех группах	Регулярно	Медсестра	В течение года
ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА					
2	Физкультурные занятия	Во всех группах	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Утренняя гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
	Гимнастика после сна	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Гимнастика для глаз	Во всех группах	Во время проведения ОД	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре.	В течение года

	Прогулки с включением подвижных игр, индивидуальной работы	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Образовательная деятельность «Музыка»	Во всех группах	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года
	Спортивный досуг	Во всех группах	По плану, 1 раз в месяц	Воспитатель Инструктор по физической культуре	В течение года
	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно во время прогулки	Воспитатель	С мая по сентябрь
3	ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Во всех группах	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатель, педагог-психолог	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Артикуляционная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель, учитель-логопед	В течение года
4	ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ				
	Самомассаж	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Профилактика гриппа - прививки	Во всех группах с согласия родителей	По плану	Старшая медсестра	По календарю прививок

	Коррекция осанки.	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Профилактика плоскостопия	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ					
5	Воздушные ванны	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки на воздухе	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Хожение босиком по «дорожке здоровья»	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	В течение года
	Обширное умывание	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Игры с водой	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Полоскание зева	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА					
6	Коррекционные упражнения	Специализированные группы	2 раза в неделю	Логопед	В течение года

VI. МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

С целью мониторинга состояния работы по реализации программы «Здоровье» в МДОУ «Детском саду № 75» организуется:

- Регулярное медицинское обследование, проводимое специалистами детской поликлиники, врачом ДОУ. Результаты исследований исходного состояния здоровья и уровня развития детей позволяют определить основные направления индивидуального оздоровительного маршрута ребенка.
- Работа по физическому воспитанию в ДОУ строится на основе диагностики, которую проводит инструктор по физической культуре с участием старшего воспитателя. Результаты заносятся в карту развития ребенка и используются воспитателями при планировании работы с детьми. Результаты работы обсуждаются на медико-педагогических совещаниях и отражаются в тетрадях здоровья, оформленных в каждой группе.
- Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания в детском саду осуществляют заведующий ДОУ, врач, старший воспитатель. Данные оформляются в специальные протоколы с указанием выводов и предложений.
- Диагностика психического развития проводится с целью определения индивидуальных особенностей ребенка. Ее проводит педагог-психолог ДОУ. Полученные данные позволяют смоделировать индивидуальную стратегию психологического сопровождения каждого воспитанника нашего дошкольного учреждения.

Оценка эффективности программы оздоровления проводится на основе показателей:

- - общей заболеваемости;
- - острой заболеваемости;
- - заболеваемости детей в случаях и днях на одного ребенка;
- - процента часто болеющих детей;
- - индекса здоровья;
- - процента детей, имеющих морфофункциональные отклонения;
- - процента детей с хроническими заболеваниями;
- - распределения детей по группам здоровья.

Изучение физических, психических и индивидуальных особенностей ребёнка (диагностические методики)

Диагностическая работа является важным условием успешного физического воспитания дошкольников. Она проводится с детьми инструктором по физической культуре. Диагностика используется для оценки исходного уровня

развития дошкольников с тем, чтобы определить для каждого из них «ближайшую зону здоровья», формирования систем, функций организма и двигательных навыков.

Физическая подготовленность дошкольников в ДОУ оценивается количественными и качественными результатами выполнения следующих двигательных упражнений:

- бег по прямой на 30 м (для оценки быстроты)
- прыжок в длину с места с приземлением на обе ноги одновременно (этот тест позволяет исследовать скоростно-силовые мышцы ног);
- прыжки с разбега в длину и высоту (для детей старшей и подготовительной к школе групп);
- метание в даль мешочков с песком весом 150—200 г правой и левой рукой.

Физическая подготовленность изучается в начале и конце года. Данные обследования заносятся в тетрадь. Результаты обследований сравниваются со стандартными и качественными показателями для детей данного возраста.

ПРИЛОЖЕНИЯ

СПОРТИВНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ЗАЛА

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1	Атрибуты к подвижным играм (маски, шапочки, эмблемы)	20
2	Сухой бассейн	1
3	Балансир	15
4	Дорожки корригирующие	3
5	Доска ребристая	2
6	Дуги для подлезания	8
7	Канат для перетягивания	1
8	Кегли	25
9	Конусы	30
10	Кубики маленькие	50
11	Ленты цветные для гимнастики	25/10
12	Массажные кочки	6
13	Массажные мячи	20
14	Массажные следы	8
15	Маты гимнастические, коврики	2/25
16	Мешочки с песком (вес 200 г.)	27
17	Стойки баскетбольные с сеткой и мячом	2
18	Мячи: <ul style="list-style-type: none"> ▪ футбольный ▪ резиновый маленький ▪ пластмассовый маленький ▪ прыгун ▪ набивной 	2 25 30 7 2

19	Обручи: <ul style="list-style-type: none"> ▪ большие ▪ средние ▪ маленькие 	12 30 10
20	Палки гимнастические: <ul style="list-style-type: none"> ▪ пластмассовые 	30
21	Платочки цветные	30
22	Погремушки	30
23	Скакалки	30
24	Скамейка гимнастическая	3
25	Канат для перетягивания	2
26	Султанчики	25
27	Лестница-канат	1
28	Туннель для пролезания	2
29	Фишки для ориентирования	10
30	Флажки цветные	30
31	Шнуры	20

МЕРОПРИЯТИЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ

№	МЕРОПРИЯТИЯ	РЕКОМЕНДАЦИИ
1	Режим (щадящий)	Укороченное пребывание в детском саду, постепенное увеличение времени пребывания в группе.
2	Питание	Сохранение привычного способа питания на период адаптации. Не кормить насильно.
3	Гимнастика	В соответствии с возрастом при положительной реакции ребенка.
4	Закаливание	В соответствии с индивидуальными особенностями, постепенное включение, при положительном эмоциональном настрое.
5	Образовательная деятельность	По возрасту при отсутствии негативной реакции.
6	Профилактические прививки	На период адаптации исключить.
7	Профилактика фоновых состояний	По рекомендации врача.
8	Симптоматическая терапия	По назначению врача – витамины

ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ

Ф.И. ребенка _____
 Возраст _____

№ п/п	Параметры	Начало года	Конец года	Изменения
1. Семейный портрет				
1.1.	Вредные привычки родителей			
1.2.	Психологический климат семьи			
2. Общее состояние здоровья				
2.1.	Заболевания в днях			
2.2.	Группа здоровья			
3. Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков				
3.1.				
4. Вредные привычки ребенка				
4.1.				
5. Интересы и склонности				
5.1.				
6. Уровень развития психофизических качеств				
6.1.	VII. Быстрота Бег на 30 м со старта (сек)			
6.2.	VIII. Скоростно-силовые качества Прыжок в длину с места (см) Прыжок в высоту с места (см) Метание мешочка правой рукой (м) Метание мешочка левой рукой (м) Метание набивного мяча (1кг) из-за головы (см)			
6.3.	IX. Выносливость Скорость бега на 150 м (сек)			
6.4.	Гибкость Наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (см)			
6.5.	X. Ловкость Скорость бега на 10 м, обегая кегли (сек)			
6.6.	XI. Статистическое равновесие Удержание равновесия, стоя на одной ноге (сек)			
6.7.	XII. Координационные способности Количество подбрасываний и ловли мяча			

**СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ**

ПОКАЗАТЕЛИ	ПО Л	ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ				
		3 ГОДА	4 ГОДА	5 ЛЕТ	6 ЛЕТ	7 ЛЕТ
<i>Быстрота (сек)</i>						
Бег на 30 м	М	11.0 - 9.0	10.5 - 8.8	9.2 - 7.9	8.4 - 7.6	8.0 - 7.4
	Д	12.0 – 9.5	10.7 – 8.7	9.8. – 8.3	8.9 – 7.7	8.7 – 7.3
<i>Динамометрия (кг)</i>						
Сила кисти правой руки	М	3.4 – 6.2	3.9 – 7.5	6.5 – 10.3	9.6 – 14.4	11.6 – 15.0
	Д	2.6 – 5.0	3.1 – 6.0	4.9 – 8.7	7.9 – 11.9	9.4 – 14.4
Сила кисти левой руки	М	3.1 – 5.5	3.5 – 7.1	6.1 – 9.5	9.2 – 13.4	10.5 14.1
	Д	2.5 – 4.9	3.2 – 5.6	5.1 – 8.7	6.8 – 11.6	8.6 13.2
<i>Скоростно-силовые качества (см)</i>						
Прыжок в длину с места	М	47.0 – 67.5	53.5 – 76.6	81.2 – 102.4	86.3 – 108.7	94.0 – 122.4
	Д	45.0 – 49.0	51.1 – 73.9	66.0 – 94.0	77.7 – 99.6	80.0 – 123.0
Прыжок в высоту с места	М	-	-	20.2 – 25.8	21.1 – 26.9	23.8 – 30.2
	Д	-	-	20.4 – 25.6	20.9 – 27.1	22.9 – 29.1
Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из ИП стоя	М	119-157	117-185	187-270	221-303	242-360
	Д	97-133	97-178	138-221	156-256	193-311
Метание мешочка с песком вдаль правой рукой	М	1.8 – 3.6	2.5 – 4.1	3.9 – 5.7	4.4 – 7.9	6.0 – 10.0
	Д	1.5 – 2.3	2.4 – 3.4	3.0 – 4.4	3.3 – 4.7	4.0 – 6.8
Метание мешочка с песком вдаль левой рукой	М	2.0 – 3.0	2.0 – 3.4	2.4 – 4.2	3.3 – 5.3	4.2 – 6.8
	Д	1.3 – 1.9	1.8 – 2.8	2.5 – 3.5	3.0 – 4.7	3.0 – 5.6
<i>Гибкость (см)</i>						
Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке	М	-	1 - 4	2 - 7	3 – 6	-
	Д	-	3 - 7	4 - 8	4 - 8	-
ХIII. Выносливость						
Бег на 90 м	М,Д	-	-	30.6 – 25.0	-	-
Бег на 120 м	М,Д	-	-	-	35.7 – 29.2	-
Бег на 150 м	М,Д	-	-	-	-	41.2 – 33.6
<i>Ловкость (сек)</i>						
Бег на 10 м между предметами	М	-	8.5 – 8.0	7.2 – 5.0	5.0 – 1.5	-
	Д	-	9.5 – 9.0	8.0 – 7.0	6.0 – 5.0	-
<i>Статистическое равновесие (сек)</i>						
Удержание равновесия на	М	-	3.3 – 5.1	7.0 – 18.0	40 - 60	-

одной ноге	Д	-	5.2 – 8.1	9.4 – 14.2	50 - 60	-
------------	---	---	-----------	------------	---------	---

**ШКАЛА ОЦЕНКИ
ТЕМПОВ ПРИРОСТА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Темпы прироста в %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8%	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 – 10 %	Удовлетворительно	За счет естественного роста и увеличения естественной двигательной активности
10 – 15 %	Хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15 %	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений