

Принята
на педагогическом совете №1
Протокол №1
от 30.08.2024г

Утверждаю
Заведующая МДОУ «Детский сад №116
комбинированного вида»
_____ Апраткина Е.М.
Приказ №151 «30»августа2024 г.

Программа

«Здоровье»

**муниципального дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №116 комбинированного вида»**

Саранск, 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

Актуальность программы	3
Программно-методическое и материально-техническое оснащение	10
Концепция программы	22
Основные принципы программы	22
Цель программы	23
Здоровьесберегающие технологии, применяемые в воспитательно-образовательном процессе МДОУ «Детский сад № 116 комбинированного вида».....	24
Основные направления программы “ Здоровье ”	28
I. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в МДОУ	28
II. Воспитательно-образовательное направление	29
III. Оздоровительно-профилактическое направление	45
IV. Информационное оснащение	51
V. Мониторинг реализации программы «Здоровье»	53
Ожидаемые результаты программы «Здоровье»	55
Функциональные обязанности работников МДОУ в рамках реализации программы «Здоровье»	55
Литература	57

Актуальность программы

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. Одним из главных признаков здоровья считают способность организма надёжно приспосабливаться к условиям внешней среды и возможность осуществления полноценной деятельности в различной обстановке. По данным НИИ гигиены детей и подростков Министерства здравоохранения РФ, здоровье детей базируется на четырех основных критериях:

- уровень физиологических систем организма;
- уровень физического развития и его гармоничность;
- степень сопротивляемости организма воздействию вредных факторов;
- отсутствие заболеваний в момент обследования.

В соответствии с данными «О состоянии здоровья граждан, проживающих в Свердловской области», общая заболеваемость детей в возрасте от 0 до 14 лет за последние 5 лет остается стабильной. В структуре общей заболеваемости лидирующие позиции занимает болезни органов дыхания, обусловленные в первую очередь высокой распространённостью респираторно-вирусных заболеваний в сезонные подъемы заболеваемости. Среди болезней, относящихся к хронической патологии, отмечен рост заболеваемости болезнями органов пищеварения. Сохраняется высокая распространяемость болезней глаза и его придаточного аппарата и болезней нервной системы.

По мнению некоторых ученых, здоровье человека в целом на 50% определяется его образом жизни, который в свою очередь включает три категории:

- качество жизни, характеризующееся степенью комфорта и удовлетворения потребностей;
- уровень жизни, сочетание удовлетворения материальных, культурных и духовных потребностей;
- стиль жизни, который зависит от поведенческих особенностей индивидуума.

Исходя из этого, в современном обществе должен быть создан приоритет здоровья, который формируется в сознании людей, начиная с дошкольного возраста (О.О. Филиппова). Поэтому не случайно министерство образования и науки Российской Федерации продолжает работу по реализации мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в образовательных организациях и формированию здорового образа жизни в системе образования Российской Федерации. Об этом свидетельствуют и такие документы, как Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», в котором говорится о котором говорится о непрерывности и преемственности физического воспитания граждан, относящихся к различным возрастным

группам; о популяризации физической культуры и спорта среди различных групп населения. В Стратегическом плане развития Екатеринбурга значительное внимание уделяется сохранению и развитию физического и духовного здоровья жителей Екатеринбурга. В настоящее время количество жителей, систематически занимающихся физической культурой и спортом, составляет около 31,2 процента от общей численности населения Екатеринбурга. Организация и проведение физкультурно-массовых мероприятий, спортивных соревнований является эффективным методом приобщения широких масс населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Задачи: создание условий для занятий физической культурой и спортом, организация и проведение физкультурных, спортивных и организационных мероприятий. Планируемые результаты: увеличение доли населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом. В соответствии с вышесказанным дошкольная организация должна создать условия для целенаправленного вовлечения детей в систематические занятия физической культурой и спортом, становление их гражданской и патриотической позиции, укрепления их здоровья через реализацию здоровьесберегающих педагогических технологий; соблюдение рационального режима дня, обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха; создание условий для удовлетворения биологической потребности детей в движении; реализацию системы мероприятий по оздоровлению детей; реализацию различных форм систематической работы с родителями и формированию у детей навыков здорового образа жизни на основе гигиенического воспитания и обучения.

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

- ✓ медицинский и процедурный кабинеты, изолятор которые оснащены медицинским оборудованием;
- ✓ медицинский персонал: врач-педиатр, медицинская сестра;
- ✓ физкультурный зал со всем необходимым оборудованием;
- ✓ прогулочные участки;
- ✓ спортивная площадка;
- ✓ спортивные уголки;
- ✓ специалисты узкой направленности: учитель-логопед, инструктор по физическому развитию, музыкальный руководитель;
- ✓ кабинет учителя – логопеда, который оснащен необходимым оборудованием для групповой и индивидуальной коррекционно-развивающей работы с детьми;
- ✓ методический кабинет, оснащенный необходимой методической литературой и демонстрационным материалом.

Программно-методическое и материально-техническое оснащение

№ п/п	Материально- техническое обеспечение	Оборудование		Программно-методическое обеспечение
	медицинский и процедурный кабинеты	Наименование имущества Аппарат «РОТТА» Бикс медицинский Ведро с крышкой педальное нерж. Весы медицинские ВМ-150 Водонагреватель 50л "ARISTON" Водонагреватель вертикальный 100л "REDBER" Динамометр кистевой ДК-25 Дозатор жидкого мыла Жгут кровоостанавливающий Жгут Эсмарха Ингалятор «Omron» (небулайзер) Контейнер для дезинфекции и стерилизации ЕДПО-1 Контейнер с крышкой пласт. Кровать детская Кушетка медицинская Лампа настольная Лоток медицинский нерж. Ножницы медицинские Облучатель "Дезар" Облучатель ультрафиолетовый бактерицидный ОУФб-04 «Солнышко» Облучатель ультрафиолетовый кварцевый ОУФк-01 «Солнышко» Пинцет Подставка под стерилизатор, ЗПВН-01 Прибор ортопедический "Плантограф" Ростомер медицинский со стульчиком Светильник бактерицидный СПБЕе-6*30 Спирометр ССП Стерилизатор воздушный ГП-20 МО	Кол-во 1 2 4 1 1 1 4 3 2 1 6 1 4 2 1 7 1 5 1 1 4 1 1 1 1 1 1	

		Стетоскоп Стол инструментальный Стол медицинский (рабочий), с подкатной тумбой Стол с мойкой Столик инструментальный Стол-тумба кухонный Стул детский Стул п/мягкий для медкабинета Контейнер (термоконтейнер) Термометр электронный Тонометр LD-61 д/измерения давления взрослых Тонометр UA-705 д/измерения давления детей Тумбочка медицинская Холодильник бытовой "Бирюса" Шина Крамера д/верх. кон. Ширма медицинская Шкаф для одежды белый, одностворчатый Шкаф для дезинфицирующих средств Шкаф медицинский для документов (три секции) Шкаф фармацевтический холодильный XF-250, Pozis Шкаф хозяйственный	1 2 1 1 2 1 8 2 1 10 1 1 4 1 2 1 1 1 1 1 1	
	физкультурный зал	<ul style="list-style-type: none"> ➤ спортивный инвентарь - ракетки для бадминтона - скамейка гимнастическая - гимнастический мат - батут детский - мешочки с песком - канаты -тоннели цветные и темный 		<ul style="list-style-type: none"> - Анисимова Т.Г. Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под ред. М.А.Васильевой, В.И.Гербовой, Т.С.Комаровой. – Волгоград: Учитель, 2011. - Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. - Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. - Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. - Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. Конспекты занятий. - М.:

		<ul style="list-style-type: none"> -дуги - массажные коврики -платочки -флажки -ленты -кубики -кольцебросы -обручи -сферы для удержания равновесия -сферы для профилактики плоскостопия - палка гимнастическая - кегли - конус оранжевый - скакалка спортивная - мяч большой - мяч малый 	<p>МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Физическая культура в детском саду», Пензулаева Л.И.- М., 2012 г. - Сулин Е.В. Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет 2011 - Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3 – 7 лет М., Мозаика – Синтез, 2015г. - Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс». Учебное пособие. – СПб.: Детство-Пресс, 2010 - Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников, - М., Мозаика – Синтез, 2015 - Бабенкова Е.А, Т.М.Параничева Растим здорового ребенка. Новые ст андарты. 2011 - «Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста», Стеркина Р.В., Князева О.Л. - М., 1997 г. - Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011 - Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет» - М: Мозаика-Синтез, 2015 - Теплюк С.Н. «Игры- занятия на прогулке с детьми 2-4 лет»- М: Мозаика-Синтез, 2015 - Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия 2011 - Рыбак Е.В. «Вместе» «Программа развития коммуникативной сферы старших дошкольников средствами эмоционального воздействия» - Теплюк С.Н.. Занятия на прогулке с малышами. М: Мозаика-Синтез,2013 - Сборник подвижных игр / Э.Я. Степаненкова, 2015
--	--	--	--

		<p>-мяч средний</p> <p>-мяч баскетбольный</p> <p>-мяч футбольный</p> <p>- мяч массажный мягкий и жесткий</p> <p>-фитболы</p> <p>- корзины для мячей</p> <p>- гимнастические стенки</p> <p>-лыжи</p> <p>-наборы хоккеиста</p> <p>-санки</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ ковровое покрытие; ➤ защитная сетка; ➤ музыкальный центр; ➤ ультрафиолетовые светильники; ➤ щит баскетбольный навесной с корзиной 	
	Прогулочные участки	<p>- горки</p> <p>- оборудование для лазания</p> <p>- бревно</p>	
	Спортивная площадка	<p>Шведская стенка</p> <p>Гимнастическое бревно деревянное</p>	

		<p>Яма для прыжков</p> <p>Разметка на 10 и на 30 метров (на территории)</p> <p>Модуль для метания</p>	
Спортивные уголки в группах	<ul style="list-style-type: none"> -Мячи средние (2-3 штуки). -Мячи массажные (на каждого). - Мячи тряпичные -Обручи (2-3 штуки). -Канат. -Веревки-косички (на каждого). - Ленточки на кольцах (по 2 на каждого). -Флажки разных цветов (по 2 на каждого). -Кольцеброс. -Кегли. -Дартс. - Скакалка (2-3 штуки). - Нетрадиционное спортивное оборудование (гантели, корректирующие дорожки, следы, мешочки с песком для метания и т.д.). - Массажные и ребристые коврики. - Демонстрационный материал для ознакомления с различными видами спорта: футбол, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, городки. 		
Кабинет учителя – логопеда	<ul style="list-style-type: none"> - зеркало - компьютер - столы и стулья для детей <p>Плакаты по лексическим темам, таблицы, Схемы: характеристика звуков, пересказ; Предметные и сюжетные картинки; Игрушки;</p>	<p>Методическая литература</p> <ol style="list-style-type: none"> -1. Методическое пособие ТВ Тумановой. // Формирование звукопроизношения у дошкольников - М.: Гном-пресс, 1999 2. Методическое пособие Г.А.Глинки // Буду говорить, читать, писать правильно. – С.-Пб: Питер, 1996 3. Методическое пособие В.И.Селиверстова // Речевые игры с детьми. - М.: Владос, 1994 4. Методическое пособие О.И.Крупенчук // Научите меня 	

	<p>Компьютерные презентации, компьютерные развивающие игры; Раздаточный материал: звуковые линейки, модели звуков, предложения; азбука; Атрибуты к играм; Настольно-печатные игры; Альбомы для автоматизации звуков, Альбомы для развития словаря и грамматики; Дидактические игры; - Тематические папки:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) игрушки 2) распорядок дня 3) семья 4) мебель 5) посуда 6) одежда 7) овощи 8) фрукты 9) ягоды 10) грибы 11) растения 12) животные 13) насекомые 14) птицы 15) рептилии 16) морские обитатели, рыбы 17) времена года 18) профессии 19) инструменты 20) электроприборы 21) техника 22) спорт 	<p>говорить правильно. – С.-Пб.: Литера, 2001</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Методическое пособие Л.Н.Арефьевой // Лексические темы по развитию речи детей 4-8 лет. – М.: Сфера, 2008 <p>Также были использованы практические пособия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Практическое пособие С.В.Васильевой, Н.Соколовой // Логопедические игры для дошкольников (с приложением). - М.: «Школьная пресса», 2001 2. Практическое пособие Т.А. Куликовой // Мастерская букв. - М.: 1997 3. Практическое пособие И. Лопухиной // Логопедия – 550 занимательных упражнений для развития речи. - М.: «Аквариум», 1996 4. Логопедическое пособие Козыревой Л.М. // Звуковые разминки и упражнения для совершенствования техники чтения. - Москва: Издатшкола 2000 5. Практическое пособие В.В.Коноваленко, С.В.Коноваленко // Фронтальные логопедические занятия в подготовительной группе для детей с ФФНР. - М.: 1998 6. Практическое пособие В.В.Коноваленко, С.В.Коноваленко // Индивидуально-подгрупповая работа с детьми по коррекции звукопроизношения. - М.: 1998 7. Практическое пособие Е.Савельевой // 305 веселых загадок в стихах. – Новосибирск, 2008 1. Агранович З.Е Сборник домашних заданий для преодоления недоразвития фонематической стороны речи у старших дошкольников.- СПб.: Детство-Пресс, 2004.- 160 с. 2. Агранович З.Е Сборник домашних заданий в помощь логопедам и родителям для преодоления лексико-грамматического недоразвития речи у дошкольников с ОНР.-СПб.: Детство-Пресс, 2010.- 128 с. 3. Алябьева Е.А Стихотворные упражнения для развития речи детей 4-7 лет. Методическое пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2011.- 64с. 4. Азбука в картинках. 5. Бортникова Е Чудо- обучайка. Развиваем навыки чтения в 2-х частях. - Екб.:Изд. Литур, 2006.- 30 с. 6. Блинкова Т. М Логопедическая группа. Развитие речи детей 2-3 лет: Планирование, конспекты занятий.- Волгоград: Учитель, 2011.- 198с. 7. Баскакина И.В Логопедические игры. Жужжалочка и
--	--	---

	<p>23) космос 24) школьные принадлежности 25) ВОВ 26) грамм. строй</p> <p>- дидактические игры по развитию лексико-грамматических представлений, звукопроизношения, фонематического восприятия; - различные настольные игры для развития мелкой моторики пальцев рук, трафареты; твердые и мягкие конструкторы, шнуровки.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Логопедическое лото. Дидактический материал. 2. «Прочитай по первым буквам». Развивающая игра. 3. «Обобщения». Развивающая настольная игра. 4. «Словарик». Развивающая настольная игра. 5. Шнуровальный планшет. 6. Обобщение. Развивающая настольная игра. (Учись играть) 7. «Чего не хватает?» Игра для индивидуальных и групповых занятий. 8. «Назови профессию» Игра-лото для дошкольников и младших школьников. 9. «Скоро в школу», «Скоро в школу 2» Материал для диагностических и развивающих занятий с детьми дошкольного возраста. 10. «Подбери пару» Занимательная настольная игра. 11. Лото. 12. Кубики с буквами и картинками. 13. Домино. 14. «Дары природы». Развивающая игра. 15. «Играем в профессии». Выпуск 2. Настольная игра. 	<p>Шипелочка. Рабочая тетрадь для исправления недостатков произношения звуков Ж и Ш. - М.: Айрис-пресс, 2007.- 32с.</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Баскакина И.В, Лынская М.И Логопедические игры. День рождения «Р». - М.: Айрис-пресс, 2012.- 32с. 9. Власова Т.М, Пфафенродт А.Н Фонетическая ритмика в школе и детском саду: Практикум по работе со слабослышащими детьми.- М.: Учебная литература, 1997.- 376 с. 10. Весёлые скороговорки для развития речи. Сост. Кановская М.- М.: Астрель; СПб.: Сова.- 2007.- 95с. 11. Васильева С.А, Мирясова В.И Тематический словарь в картинках: Мир животных: Домашние и дикие птицы средней полосы.- М.: Школьная Пресса, 2010.- 32с. 12. Васильева С.А, Мирясова В.И Тематический словарь в картинках: Мир животных: Дикие звери и птицы жарких и холодных стран.- М.: Школьная Пресса, 2010.- 32с. 13. Васильева С.А, Мирясова В.И Тематический словарь в картинках: Мир человека: Посуда. Продукты питания.- М.: Школьная Пресса, 2005.- 32с. 14. Васильева С.А, Мирясова В.И Тематический словарь в картинках: Мир животных: Домашние и дикие животные средней полосы.- М.: Школьная Пресса, 2005.- 32с. 15. Васильева С.А, Мирясова В.И Тематический словарь в картинках: Мир человека: Одежда. Обувь. Головные уборы.- М.: Школьная Пресса, 2005.- 32с. 16. Васильева С.А, Мирясова В.И Тематический словарь в картинках: Мир человека: Город, улица, дом. Квартира, мебель.- М.: Школьная Пресса, 2006.- 32с. 17. Васильева С.А, Тематический словарь в картинках: Мир растений и грибов: Фрукты, овощи.- М.: Школьная Пресса, 2005.- 32с. 18. Графические диктанты для будущих первоклассников. Под ред. Васильевой И. – М.: Стрекоза.- 2010.- 16с. 19. Гомзяк О.С Говорим правильно в 6-7 лет. Конспекты фронтальных занятий 1 периода обучения в подготовительной к школе логогруппе.- М.: Изд. Гном и Д, 2009.- 128с. 20. Гомзяк О.С Говорим правильно в 6-7 лет. Тетрадь 1, 2, 3 взаимосвязи работы логопеда и воспитателя в подготовительной к школе логогруппе.- М.: изд. Гном, 2011.- 24с. (Учебно-методический комплект «Комплексный подход к преодолению ОНР у детей»).
--	---	---

	<p>16. «Логический тренажёр». Развивающая игра.</p> <p>17. «Узнай меня». Игра по обучению и развитию детей дошкольного возраста.</p> <p>18. «Предметы и сюжеты». Учимся сравнивать, развиваем восприятие, речь.</p> <p>19. «Профессии». Развивающая игра.</p> <p>20. «Любимые сказки». Развивающая игра.</p> <p>21. Пазлы. «Профессии».</p> <p>22. «Кто какой?» Обучающая игра-лото для дошкольников.</p> <p>23. «Противоположности» Развивающая игра.</p> <p>24. «Готов ли ты к школе?» Тестовые задания для проверки знаний детей 5-7 лет.</p> <p>25. «Свойства предметов» Познавательная игра-лото.</p> <p>26. «Делим слова на слоги» Развивающая игра.</p> <p>27. «Весёлый грамотей» Настольная развивающая игра.</p> <p>28. Развивающее лото. Цветные фигурки.</p> <p>29. «Запоминайка». Наглядный материал.</p> <p>30. «Аппликация»</p> <p>31. «Весёлые картинки» Развивающая игра.</p> <p>32. «Геометрические формы» Развивающая игра.</p> <p>33. «Забавные истории» Занимательная игра.</p> <p>34. «Времена года» Настольная игра.</p> <p>35. «Ассоциации» Лото.</p> <p>36. « Маленькие слова» Развивающая игра для детей от 5 лет.</p> <p>37. «Весёлый распорядок дня. Изучаем время». Развивающая игра для детей дошкольного и младшего школьного возраста.</p> <p>38. «12 месяцев». Настольная обучающая игра о погоде.</p> <p>39. «Развиваем речь». Задания для подготовки к</p>	<p>21. Гомзяк О.С Говорим правильно в 5-6 лет. Тетрадь 1, 2, 3 взаимосвязи работы логопеда и воспитателя в старшей логогруппе.- М.: изд. Гном, 2010.- 28с. (Учебно-методический комплект «Комплексный подход к преодолению ОНР у детей»).</p> <p>22. Горьканова А.Н Тематический словарь в картинках: Мир животных: Перелётный и зимующие птицы России.- М.: Школьная Пресса, 2011.- 32с.</p> <p>23. Исаева С.А Физкультурные минутки в начальной школе: Практическое пособие.- 2-е изд.- М.: Айрис-пресс, 2004.- 48с.</p> <p>24. Иншакова О.Б Альбом для логопеда.- М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2003.</p> <p>25. Комарова Л. А Автоматизация звука (С, Ш, Л,Р) в игровых упражнениях. Альбом дошкольника.- М: изд. Гном, 2011.- 32 с.</p> <p>26. Коноваленко В.В, Коноваленко С.В Автоматизация звуков у детей. Дидактический материал для логопедов.- М.: изд. Гном и Д, 2009</p> <p>27. Кодолбенко Е. А Зашифрованные скороговорки.- М.: ТЦ Сфера, 2011.- 32 с.</p> <p>28. Косинова Е. М Говорим правильно и красиво.- М.: библиотека Ильи Резника, 2003.-63с.</p> <p>29. Козырёва Л.М Загадки звуков, букв, слогов. Тетрадь для логопедических занятий.- Ярославль.: Академия развития, Академия, К.- 1999.-48с.</p> <p>30. Козырёва Л.М Тайны твёрдых и мягких согласных. Тетрадь для логопедических занятий.- Ярославль.: Академия развития, Академия, К.- 1999.-48с.</p> <p>31. Козырёва Л.М Различаем глухие и звонкие согласные. Тетрадь для логопедических занятий.- Ярославль.: Академия развития, Академия, К.- 1999.-48с.</p> <p>32. Коноваленко В.В, Коноваленко С.В Домашняя тетрадь для закрепления произношения звука «Р» у детей 5-7 лет.- М: ГНОМ, 2012.- 48с</p> <p>33. Коноваленко В.В, Коноваленко С.В Домашняя тетрадь для закрепления произношения звуков «Ш, Ж» у детей 5-7 лет.- М: ГНОМ, 2012.- 32с</p> <p>34. Коноваленко В.В, Коноваленко С.В, Кременская М.И Индивидуально-подгрупповая работа по коррекции звукопроизношения.- М: ГНОМ, 2011.- 216с</p> <p>35. Коноваленко В.В, Коноваленко С.В Фронтальные</p>
--	--	---

		<p>школе.</p> <p>40. Мозайка. Маша и Медведь.</p> <p>41. Волшебные верёвочки.</p> <p>42. Игра-вкладыши «Одень девочку».</p> <p>43. Конструктор «Кроха»</p> <p>44. Неваляшка.</p> <p>45. Доска с буквами «Фантазёр».</p>	<p>логопедические занятия в подготовительной группе для детей с ФФН 1, 2, 3 период.- М: ГНОМ и Д, 2010.</p> <p>36. Коррекция нарушений речи у младших школьников. Авт.-сост. С.Е Дорощеева, Л.В Семенюта, Л.А Маленьких.- М.: ТЦ Сфера, 2011.- 64с.</p> <p>37. Кыласова Л.Е Коррекция звукопроизношения у детей: дидактические материалы. 2-е изд.- Волгоград: Учитель, 2011.- 367с</p> <p>38. Лебедева И. Л Трудный звук, ты наш друг! Звуки Р, РЬ: практическое пособие для логопедов, воспитателей, родителей.- М.: Вентана-Граф, 2004.- 32 с.</p> <p>-Демонстрационный материал по темам: Перелётные птицы, домашние птицы, зимующие птицы, инструменты, ягоды, лесные ягоды, транспорт, служебные машины, зима, весна, лето, осень, животные Африки, гжель, хохлома, дымковская игрушка, герои русских сказок, игрушки, живой уголок, дикие животные, музыкальные инструменты, электроприборы, грибы, насекомые, животные Севера, профессии.. М.: Просвещение, 2008.</p>
	<p>Методический кабинет</p>		<p>Демонстрационный материал Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p> <p>1. С. Вохринцева. Физическое развитие детей. Виды спорта. Тетрадь общения и развития детей.</p> <p>2. Наглядно-дидактическое пособие. Рассказы по картинкам. Летние виды спорта</p> <p>3. Наглядно-дидактическое пособие. Рассказы по картинкам. Зимние виды спорта (2шт.)</p> <p>4. Тематический словарь в картинках. Спорт. Зимние виды.</p> <p>5. Наглядно-дидактическое пособие. Мир в картинках. Спортивный инвентарь. 3-7 лет (2 шт.)</p> <p>6. И.А. Воронкевич. Информационно-деловое оснащение ДОУ. «Детские травмы. Профилактика и оказание первой помощи» (2 шт.)</p> <p>7. Ю.А. Кириллова. Информационно-деловое оснащение ДОУ. «Олимпийские игры: прошлое и настоящее»</p> <p>8. Карточки для занятий в детском саду и дома. 3-7 лет. Расскажите детям об Олимпийских играх. (2 шт.)</p> <p>9. Карточки для занятий в детском саду и дома. 3-7 лет. Расскажите детям об олимпийских чемпионах. (2 шт.)</p>

			<p>10. С. Вохринцева. Раскраска. Окружающий мир. Летние виды спорта.</p> <p>11. С. Вохринцева. Раскраска. Окружающий мир. Зимние виды спорта.</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</p> <p>9. С. Вохринцева. Физическое развитие детей. Дидактический демонстрационный материал №1. Летние виды спорта.</p> <p>10. С. Вохринцева. Физическое развитие детей. Дидактический демонстрационный материал №2. Зимние виды спорта.</p> <p>11. Е.А. Сочнева. Оснащение педагогического процесса в ДОУ. Карточка сюжетных картинок. Зимние виды спорта и спортивные дисциплины.</p> <p>12. Развивающая игра «Мое лицо» (4 шт.)</p> <p>13. Развивающая игра «Знакомство»</p> <p>14. Развивающая игра «Изучаем свое тело» (3 шт.)</p> <p>Образовательная область «Физическое развитие» Методическая литература -Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. Еременко Н.И. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2009 Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет.– М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015 Подольская Е.И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2010. Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастика, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2010. Козлова С.А., Шукшина С.Е. Тематический словарь в картинках. Мир человека: Я и мое тело. – (Программа «Я – человек»). – М.: Школьная Пресса, 2012. Спорт. Зимние виды. Тематический словарь в картинках. – М.: Школьная Пресса, 2010. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы. Вторая младшая группа / авт.-сост. Е. И. Подольская. – Волгоград : Учитель, 2012 Анисимова Т.Г. Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое</p>
--	--	--	---

			<p>перспективное планирование по программе под ред. М.А.Васильевой, В.И.Гербовой, Т.С.Комаровой. – Волгоград: Учитель, 2011.</p> <p>Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.</p>
--	--	--	---

Основополагающие документы по проблеме обеспечения здоровья и приобщения к здоровому образу жизни в МДОУ «Детском саду № 116 комбинированного вида»

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»
2. Федеральный государственный образовательный стандарт, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4. -3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. N 32 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
6. Образовательная программа МДОУ «Детский сад №116 комбинированного вида»
7. Устав МДОУ.

Концепция программы

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы МАДОУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого-педагогическими знаниями, их просвещение. Особенностью организации и содержания учебно-воспитательного процесса должен стать интегрированный подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

Основные принципы программы

1. Принцип научности – подкрепление всех необходимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности – участие педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. «Не навреди». Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий выбираются с учетом их безопасности для здоровья и развития ребенка.

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития в рамках осознанного отношения к своему здоровью.

Под здоровьем в данном случае понимается состояние полного физического, психического и социального благополучия (ВОЗ).

Здоровье физическое - это совершенство саморегуляции в организме, максимальная адаптация к окружающей среде.

Здоровье психическое - это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.

Здоровье социальное - это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в оптимальных условиях микро-, и макросреды (семье, детском саду, социальной группе).

Физическое развитие отвечает за развитие физических качеств детей: силу, гибкость, выносливость, быстроту.

Для реализации поставленной цели в программе «Здоровье» предусмотрено использование здоровьесберегающих технологий, под которыми понимается система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников на всех этапах его обучения и развития.

Классификация здоровьесберегающих технологий осуществляется по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесобогащения субъектов педагогического процесса. Согласно данной классификации в МАДОУ выделяют следующие виды здоровьесберегающих технологий: здоровьесберегающие образовательные технологии и медико-профилактические технологии.

**Здоровьесберегающие технологии,
применяемые в воспитательно-образовательном процессе МДОУ «Детский сад № 116 комбинированного вида»**

Виды здоровьесберегающих технологий	Сроки и особенности проведения	Ответственный
Здоровьесберегающие образовательные технологии		
<p>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Динамические паузы ✓ Пальчиковая гимнастика ✓ Гимнастика для глаз ✓ Бодрящая гимнастика ✓ Ленивая гимнастика ✓ Подвижные и спортивные игры 	<p>Во время НОД, 2-5 мин., по мере утомляемости детей Для всех возрастных групп. В группах младшего и среднего дошкольного возраста. Проводится в любой удобный отрезок времени</p> <p>Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста</p> <p>Ежедневно после дневного сна 15-20 мин. Во всех возрастных группах. Включает комплекс упражнений на профилактику плоскостопия, осанки, дыхательную и ленивую гимнастику, закаливание. Комплексы упражнений подбираются в зависимости от контингента детей группы.</p> <p>В группах младшего и среднего дошкольного возраста. Входит в бодрящую гимнастику.</p> <p>Как часть непосредственно образовательной деятельности по ФИЗО, на прогулке; в групповой комнате - малой и средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр. Ежедневно для всех возрастных групп.</p>	<p>Воспитатели Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели Зам. зав. по ВМР</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели Инструктор ФИЗО</p>
<p>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей ✓ Коммуникативные игры 	<p>3 раза в неделю. В группах старшего дошкольного возраста 1 раз в неделю на улице.</p> <p>Проводится в любой удобный отрезок времени в течение недели во</p>	<p>Инструктор ФИЗО</p> <p>воспитатели</p>

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Непосредственно образовательная деятельность по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни ✓ Дыхательная гимнастика 	<p>всех возрастных группах В соответствии с комплексно-тематическим планом во всех возрастных группах</p> <p>Ежедневно после дневного сна, входит в комплекс бодрящей гимнастики во всех возрастных группах. В младшем дошкольном возрасте со 2-ой половины года</p>	<p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p>
<p>3. Коррекционные технологии</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Пальчиковый массаж ✓ Голосовая дыхательная гимнастика ✓ Артикуляционная гимнастика ✓ Пальчиковые игры 	<p>С детьми, посещающими логопедическую группу в соответствии с расписанием коррекционных занятий</p> <p>С детьми, посещающими логопедическую группу в соответствии с расписанием коррекционных занятий</p> <p>В младших и средних группах ежедневно в соответствии с режимом дня Проводится в любой удобный отрезок времени во всех группах в течение недели</p>	<p>Учитель-логопед</p> <p>Учитель-логопед</p> <p>Воспитатель Учитель-логопед Воспитатель</p>
<p>Медико-профилактические</p>		
<p>1. Организация питания</p>	<p>Прием пищи осуществляется с интервалом 3 - 4 часа. В промежутке между завтраком и обедом происходит дополнительный прием пищи второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.</p>	<p>Заведующая МДОУ, ст. медсестра</p>
<p>2. Использование бактерицидных ламп, проветривание, влажные уборки</p>	<p>Ежедневно осуществляется сквозное проветривание (не менее 10 минут через каждые 1,5 часа). В помещениях групповых и спальнях обеспечено естественное сквозное или угловое проветривание. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут до их прихода с прогулки или занятий. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2 - 4°С. В помещениях спален сквозное проветривание проводится до дневного сна. В холодное время года фрамуги, форточки закрываются за 10 минут до отхода ко сну детей. В теплое время года допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в присутствии детей. Длительность</p>	<p>Помощники воспитателя</p> <p>Воспитатель</p>

	<p>проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы.</p> <p>Все помещения убираются влажным способом с применением моющих средств не менее 2 раз в день при открытых фрамугах или окнах. Влажная уборка в спальнях проводится после дневного сна, в групповых - после каждого приема пищи. Влажная уборка спортивных залов проводится 1 раз в день и после каждого занятия. Спортивный инвентарь ежедневно протирается влажной ветошью. Ковровые покрытия ежедневно очищаются с использованием пылесоса. Ковры ежедневно пылесосят или чистят влажной щеткой. Генеральная уборка всех помещений и оборудования проводится один раз в месяц</p>	
<p>3.Сезонные мероприятия, направленные на профилактику простудных заболеваний</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Использование лука ✓ Витаминизация третьего блюда 	<p>В осенне-весенний период Ежедневно. Добавляется в 3-е блюдо.</p>	<p>Воспитатели Ст. медсестра</p>
<p>4.Закаливание</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Утренний прием детей на улице ✓ Утренняя гимнастика на улице ✓ Физкультура на улице ✓ Облегченная форма одежды ✓ Умывание прохладной водой ✓ Сон при открытых форточках ✓ Воздушные ванны в сочетании с бодрящей гимнастикой ✓ Босохождение 	<p>В летний период В летний период В летний период при благоприятных метеорологических условиях во всех группах, кроме 2-ой младшей. Круглогодично один раз в неделю для детей 5-7 лет Всегда в непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию После дневного сна В теплое время года (избегая сквозняка).</p> <p>Ежедневно во время бодрящей гимнастики после дневного сна</p> <p>Ежедневно после дневного сна</p>	<p>Воспитатель Воспитатель Инструктор по ФИЗО</p> <p>Родители</p> <p>Воспитатель Воспитатель Воспитатель</p> <p>Воспитатель</p> <p>Воспитатель</p>

Основными направлениями программы “Здоровье” являются:

1. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в МДОУ.
2. Воспитательно-образовательное направление.
3. Оздоровительно-профилактическое направление.
4. Информационное оснащение.
5. Мониторинг реализации программы.

Задачи и пути реализации оздоровительной работы по каждому из направлений программы:

I. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в МДОУ.

Задача:

Совершенствование здоровьесберегающей среды МДОУ через насыщение материально-технической базы спортивного зала и спортивных уголков, преобразование предметной среды на территории МАДОУ и в группах с использованием современных форм работы со всеми участниками образовательных отношений.

Пути реализации:

а) насыщение материально-технической базы:

- ✓ спортивный зал доукомплектовать необходимым оборудованием (туннели, гантели, платочки, корригирующие дорожки, массажные мячи, мини лыжи, секундомер, спандеры, баскетбольный мяч, мячи среднего размера);
- ✓ в каждой группе составить таблицы материально-технического оснащения спортивных уголков с определением наименований спортивного оборудования, которое будет закреплено за каждой группой, и которое нельзя будет перевозить из группы в группу;
- ✓ доукомплектовать группы необходимым спортивным оборудованием до 100%-ного насыщения в соответствии с реализуемой основной общеобразовательной программой дошкольного образования.

б) преобразование предметной среды:

- ✓ оборудовать спортивную площадку: “полосой препятствий” для развития выносливости, различными малыми формами для организации двигательной активности детей на свежем воздухе, песок в яму для прыжков;
- ✓ создать зоны «уединения» (для снятия эмоционального напряжения) в каждой возрастной группе;

II. Воспитательно-образовательное направление

1 задача

Активизация работы педагогов МДОУ в вопросах организации рациональной двигательной активности детей с привлечением всех субъектов образовательного процесса.

Забота о здоровье детей в МДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Активная двигательная деятельность способствует:

- ✓ повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды;
- ✓ совершенствованию реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям;
- ✓ повышению физической работоспособности;
- ✓ нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможной коррекции врождённых или приобретённых дефектов физического развития;
- ✓ повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья

Основные принципы организации двигательной активности:

Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.

1. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
2. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
3. Медицинский контроль за физическим воспитанием.
4. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медицинских отводов.

Формы организации двигательной активности в МДОУ:

- ✓ непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей в зале и на спортивной площадке;
- ✓ подвижная игровая деятельность на прогулке;
- ✓ утренняя гимнастика;
- ✓ физкультминутки;

- ✓ физкультурные развлечения, праздники, “Дни здоровья”;
- ✓ тематические недели;
- ✓ детские олимпийские игры.

Пути реализации рациональной двигательной активности детей:

- выполнение режима двигательной активности всеми педагогами МДОУ (Приложение 1);
- преобладание циклических упражнений в непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию детей для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества;
- использование игр, упражнений соревновательного характера в непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию детей и на прогулке;
- разработка картотеки подвижных игр для всех возрастов на 2 сезона с учетом рекомендаций инструктора по физической культуре и требований ООП ДО;

2 задача

Воспитание у детей культуры здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки к здоровому образу жизни с активным использованием проектной деятельности детей, своевременным и систематическим проведением здоровьесберегающих технологий в режиме дня.

Необходимость воспитания физической культуры здоровья подчеркивают исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7–8% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 60% - от его образа жизни. В связи с этим актуально воспитание культуры здоровья уже в дошкольном детстве. Становление культуры человека обусловлено, прежде всего, процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.

Физическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

1. осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
2. знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
3. компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как:

- ✓ соблюдение режимных моментов;

- ✓ проведение закаливающих процедур после дневного сна;
- ✓ систематическое использование здоровьесберегающих технологий;
- ✓ организация непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию детей;
- ✓ осуществление проектной деятельности дошкольников;
- ✓ непосредственно образовательная деятельность познавательной направленности;
- ✓ организация праздников и развлечений;
- ✓ организацию и проведение дня Здоровья;

Пути реализации:

- ознакомление воспитателей с методиками здоровьесберегающих технологий, технологией проектной деятельности;
- активизация работы по внедрению технологии проектной деятельности дошкольников;
- составление плана коррекционно-оздоровительной работы воспитателями групп с включением утвержденных педагогическим советом здоровьесберегающих технологий в режим дня, выбор тех или иных технологий должен быть согласован с музыкальным руководителем и инструктором ФИЗО (выбор методик может быть одинаковым у специалистов и воспитателей с целью экономии времени на занятии);
- усиление контроля по соблюдению плана закаливания.

В воспитательно-образовательном процессе педагогами групп систематически используются здоровьесберегающие технологии, к которым относятся технологии сохранения и стимулирования здоровья и технологии обучения здоровому образу жизни.

➤ Технологии сохранения и стимулирования здоровья

Динамическая пауза

Динамическая пауза — пауза в учебной или трудовой деятельности, заполненная разнообразными видами двигательной активности. Предназначена для предупреждения утомления и повышения работоспособности. Физиологическая сущность динамической паузы — переключение на новый вид деятельности, активный отдых. Динамические паузы проводятся как во время непосредственно образовательной деятельности, так и в перерывах между непосредственно образовательной деятельностью в течение всего дня и выполняют следующие функции:

1. Развлекательную – создают благоприятную атмосферу;
2. Коммуникативную – объединяет детей в группы, способствует их сотрудничеству, взаимодействию между собой;
4. Воспитательную – формирует моральные и нравственные качества;

5. Обучающую – дают новые знания, умения, навыки, и закрепляют их;
6. Развивающую – развивают речь, внимание, память, мышление – возникшие психологические процессы;
7. Коррекционную – «исправляют» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка;
8. Профилактическую – предупреждают появления психологических заболеваний;
9. Лечебную – способствуют выздоровлению.

Динамические паузы проводят в форме подвижных, хороводных игр, проверки осанки, пальчиковых игр, физкультурных минуток; массажа лица, кистей рук, пальцев; ритмических упражнений (ходьба по ребристым дорожкам, пробкам, пуговицам, «классики» и т.д.).

Пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика – это пассивные или активные движения пальцами рук, направленные на развитие мелкой моторики, воображения, речи.

Виды пальчиковой гимнастики: массаж, пальчиковые упражнения с предметами и материалами, детские пальчиковые игры (сопровождение рифмованных текстов движениями).

Гимнастика для глаз

Гимнастика для глаз – это гимнастика, направленная на профилактику переутомления глаз и их заболеваний, с помощью которой, в динамическую работу включаются глазные мышцы, бездеятельные при выполнении данной трудовой операции, и, наоборот, расслабляются те глазные мышцы, на которые падает основная нагрузка.

Целью проведения зрительной гимнастики - является формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Зрительная гимнастика используется:

- для улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости глаз;
- для укрепления мышц глаз;
- для улучшения аккомодации (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях).

Для гимнастики можно использовать мелкие предметы, различные тренажеры; можно ее проводить по словесным указаниям, в форме физминуток, с использованием стихов, потешек.

При подборе гимнастики для глаз учитывается возраст, состояние зрения и быстрота реакции ребенка. Дети во время проведения зрительной гимнастики не должны уставать. Надо следить за напряжением глаз, и после гимнастики практиковать расслабляющие упражнения. Например: «А сейчас расслабьте глаза, поморгайте часто-часто, легко-легко. Примерно так, как машет крылышками бабочка».

Можно после гимнастики для глаз использовать для снятия напряжения гримасы, артикуляционную гимнастику.

Бодрящая гимнастика, ленивая гимнастика

Бодрящая гимнастика – гимнастика, которая помогает детскому организму проснуться, улучшает настроение, поднимает мышечный тонус.

После дневного пробуждения у ребёнка в нервной системе происходит сохранение тормозных процессов, в это время идёт снижение как умственной, так и физической работоспособности, резко понижается скорость реакции. Такое состояние заторможенности может длиться от нескольких минут и даже часов. Такой переход от состояния сна к бодрствованию, крайне вреден, поэтому и необходимы мероприятия, связанные с зарядками после сна.

В условиях дефицита свободного времени в режиме дня современного дошкольника, посещающего детский сад, чрезвычайно важно придать гимнастике после дневного сна именно оздоровительную направленность. Учитывая, что одно из первых мест среди всех отклонений в состоянии здоровья детей, по словам педиатров, занимают нарушения осанки и свода стопы, в комплекс гимнастики входят упражнения ленивой гимнастики (в средних и младших группах), упражнения на профилактику плоскостопия с использованием корригирующих и солевых дорожек, упражнения на профилактику искривления позвоночника. Комплекс составляется воспитателем в соответствии с приведенными в «Программе здоровье» здоровьесберегающими технологиями и включается в план закаливающих мероприятий, который обсуждается и утверждается медицинским работником. Также после тихого часа проводится закаливание. Следует учитывать тот факт, что на практике осуществлять эффективное закаливание детей с учетом предъявляемых требований сложно. Группу посещают 25-27 детей, поэтому об индивидуальном подходе при проведении закаливания речь идти не может. К примеру, один ребенок систематически посещает детский сад, другой часто болеет, третий вышел ослабленным после перенесенного заболевания. Если не учитывать индивидуальных особенностей, нарушаются принципы систематичности, последовательности по отношению к каждому ребенку. Поэтому, вышеперечисленные комплексы упражнений на профилактику плоскостопия и нарушения осанки сочетаются с щадящими элементами закаливания для детей, не имеющих противопоказаний или ограничений: дыхательная гимнастика, различные виды воздушного и водного закаливания. Примерная схема проведения бодрящей гимнастики после дневного сна выглядит так: гимнастика в постели, упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки, дыхательная гимнастика, закаливание. Продолжительность бодрящей гимнастики 15-20 минут.

При проведении бодрящей гимнастики полезен внешний окружающий сигнал, поступающий в нервную систему, это может быть музыка, яркий свет, солнышко, раздвинутые шторы, открытая форточка, водные процедуры. Поэтому гимнастика проводится под музыкальное сопровождение. Дети постепенно просыпаются под звуки мелодичной музыки, лёжа в постели, в течение 2-3 минут выполняют упражнения в кроватках из различных положений: лёжа на боку, на животе, сидя. Главное правило - исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение и, как следствие, головокружение. После этого выходят из спальни в хорошо проветренную группу или приемную с температурой 17–19 градусов, где выполняют ходьбу (на носках, пятках, с высоким поднятием колен, в полуприсяде, в полном присяде, на внешней стороне стопы, с перекатом с пятки на носок, по корригирующим дорожкам) или комплекс упражнений направленных на профилактику плоскостопия. При этом важно следить не только за правильностью выполнения упражнений, но и за осанкой и дыханием детей. Длительность этой части гимнастики 2-3 минуты. Далее дети заходят в теплое помещение группы и выполняют упражнения на профилактику искривления позвоночника, переходят к упражнениям на дыхание, к водным процедурам, затем одеваются.

При проведении гимнастики после сна, устраняются последствия вялости, сонливости, идёт на подъём результат умственной и физической работоспособности.

Комплексы упражнений в Приложении 5.

➤ Технологии обучения здоровому образу жизни

Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию

Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится в соответствии с методическими рекомендациями Л.Н.Пензулаевой, рекомендованные общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой и др. , в соответствии с которой разработана образовательная программа МДОУ. Использование данной методики способствует формированию потребности в двигательной активности, совершенствованию техники основных движений, развитию психофизических качеств, закреплению навыков выполнения общеразвивающих и спортивных упражнений, развитию интереса к спортивным и подвижным играм. Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится 3 раза в неделю. Начиная со средней группы одно занятие проводится на воздухе. В летний период при благоприятных условиях все занятия проводятся на воздухе.

Дыхательная гимнастика

Дыхание — это совокупность процессов, которые обеспечивают поступление в организм кислорода и выделение из него углекислого газа (внешнее дыхание) и использование кислорода тканями и клетками для окисления органических веществ с освобождением содержащейся в них энергии, необходимой для жизнедеятельности (клеточное дыхание, тканевое дыхание).

От правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность.

Речевая гимнастика включает в себя упражнения для развития речевого дыхания, используется комплекс упражнений для верхних дыхательных путей.

Таким образом, использование дыхательных упражнений, в комплексах утренних зарядок, физкультурминутках и в непосредственно образовательной деятельности, помогает предупредить возникновение простудных заболеваний, повысить общий жизненный тонус, укрепить психофизическое здоровье детей, а значит, и обеспечить полноценное и гармоничное развитие дошкольников.

Комплекс дыхательных упражнений см. в Приложении 8.

Цикл непосредственно образовательной деятельности по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни.

Эффективность самооценки здоровья прямым образом зависит от знания самого себя. Любые попытки воздействовать на организм ребенка в обход сознания, никогда не дадут оздоровительного эффекта. Поэтому необходимо формировать у ребенка осознанное отношение к своему здоровью. Это поможет ему быть внимательным к своему здоровью и здоровью окружающих людей. С этой целью в образовательном процессе предусмотрен цикл непосредственно образовательной деятельности по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни, направленный на формирование правил гигиены и ухода за своим телом; ознакомление с наиболее опасными факторами риска для здоровья и жизни; ознакомление со строением организма человека, способами защиты организма; о своем физическом развитии.

3 задача

Внедрение в воспитательно-образовательный процесс театрализованных игр, игр-драматизаций, игр на развитие коммуникативных навыков для обеспечения эмоционального благополучия детей дошкольного возраста.

Профилактика эмоционального благополучия детей в МАДОУ осуществляется в двух основных направлениях:

- 1) обеспечение благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей,
- 2) создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждой группе детского сада.

Благоприятное течение периода адаптации вновь прибывших детей обеспечивается через комплекс психолого-педагогических мероприятий:

- 1) анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- 2) ведение воспитателями адаптационных листов наблюдений за каждым ребенком;
- 3) гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- 4) постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- 5) использование специальных педагогических приемов (оформление фотоальбома «Я и моя семья», оформление шкафчика ребенка в приемной «Здравствуйте, я пришел!», введение в групповую предметную среду любимых домашних игрушек детей, организация и проведение игр с детьми, направленных на оптимизацию эмоционально-чувственной сферы, активное использование игр-забав, угворушек, потешек, прибауток и др.);
- 6) создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон;
- 7) игры на оптимизацию эмоционально-чувственной сферы, подвижные, хороводные, пальчиковые игры;
- 8) психолого-педагогическое просвещение родителей (групповые, индивидуальные, стендовые консультации, консультации на сайте МДОУ; рекомендации воспитателей МДОУ).

Пути реализации:

- назначение ответственного за адаптационный период, в полномочия которого будет входить сопровождение воспитателей младших групп в период адаптации, подбор материала для просвещения воспитателей и родителей в форме групповых и индивидуальных консультаций, освещение данного направления на сайте МДОУ;
- разработка картотеки игр на оптимизацию эмоционально-чувственной сферы, подвижных, хороводных, пальчиковых игр;
- осуществление сотрудничества с детьми подготовительной группы с целью организации помощи при одевании и раздевании детей на прогулку, организации концертов, игровой деятельности.

Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей. Поскольку в МДОУ отсутствует педагог-психолог данное направление возможно реализовать через:

- 1) обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);

- 2) театрализованные, сюжетно-ролевые игры, игры-драматизации, игры на развитие коммуникативных навыков;
- 3) беседы;
- 4) чтение художественной литературы;
- 5) обращение в ППк МДОУ;
- 6) обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- 7) организация «уголков психологической разгрузки» (уголок уединения детей) в группах;
- 8) создание ситуации успеха для каждого ребенка в непосредственно образовательной деятельности и в свободной деятельности;
- 9) формирование культуры общения детей;
- 10) проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями);

Пути реализации:

- разработать картотеку игр на развитие коммуникативных навыков для всех возрастов;
- воспитателями групп организовать работу по осуществлению театрализованной деятельности с детьми не реже 1 раза в месяц с возможным сотрудничеством детей старшего и младшего дошкольного возраста;
- по необходимости ознакомить воспитателей с организацией театрализованной деятельности в группах разного возраста;
- организация уголков уединения детей в группах.

4 задача

Усовершенствование работы по психическому развитию детей путем активизации работы ППк МДОУ.

Психическое здоровье детей обуславливается их полноценным психическим развитием, которое, в свою очередь, предполагает развитие базовых психических процессов дошкольников – восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления (анализа, синтеза, обобщения, классификации), речи. Эта задача решается через реализацию образовательной программы МДОУ:

- ✓ непосредственно образовательную деятельность с детьми в соответствии с основной общеобразовательной программой, в структуре и содержании которой уделяется большое внимание развитию речи, мышлению, воображению детей;
- ✓ создание полноценной предметно-развивающей среды в группах;
- ✓ организацию игровой деятельности детей;
- ✓ Коррекционно-развивающая работа.

Коррекционно-развивающая работа осуществляется с детьми, имеющими речевые нарушения.

Коррекционная работа с детьми, имеющими речевые нарушения, осуществляется в группе компенсирующей направленности при наличии заключения МУ ППК. Коррекционно-развивающая работа осуществляется в соответствии с примерной адаптированной программой для детей с тяжелыми нарушениями речи под редакцией Лопатиной Н.Е. и проходит по следующим направлениям:

- коррекция звукопроизношения;
- развитие фонематических процессов;
- обогащение словаря;
- развитие грамматического строя речи.

Формы работы: индивидуальные и подгрупповые коррекционные занятия проводятся ежедневно. время проведения занятия соответствует возрасту детей.

В своей работе учитель-логопед использует такие здоровьесберегающие технологии как пальчиковый массаж, голосовая дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, пальчиковые игры.

С целью улучшения качества речи и закрепления поставленных звуков осуществляется тесное взаимодействие учителя-логопеда, воспитателя и родителей в виде контроля и выполнения рекомендаций логопеда. В группах воспитателями проводится артикуляционная гимнастика и пальчиковые игры.

Пути реализации:

- активизировать работу ППК МДОУ
- разработать Программу индивидуального сопровождения детей с ОВЗ.

III. Оздоровительно-профилактическое направление

Задача 1.

Совершенствование системы профилактическо-оздоровительной работы.

Профилактически-оздоровительная работа в МДОУ направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиН. Большое внимание уделяется профилактическим мероприятиям:

- осуществление проветривания помещений, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
- дважды в день проведение влажной уборки групповых помещений;
- групповые и спальные помещения не загромождены мебелью, коврами;
- для обеспечения естественного освещения помещений шторы на окнах укороченные;
- 2 раза в год осуществление чистки ковровых изделий (летом - стирка, зимой - чистка снегом);
- своевременное проведение покоса газонов и участков;
- соблюдение правил применения (хлорирования) и хранения моющих средств;

– во время карантинных мероприятий строгое соблюдение санэпидрежима.

Организация питания:

Здоровый образ жизни немыслим без рационального разнообразного питания. Питание, как известно, является одним из факторов, обеспечивающих нормальное развитие ребёнка и достаточно высокий уровень сопротивляемости его организма к заболеваниям.

В дошкольном учреждении выполняются следующие принципы рационального здорового питания детей:

- ✓ регулярность (соблюдение режима питания);
- ✓ полноценность (выполнение правил технологии приготовления блюд, введение второго завтрака, витаминизация 3-его блюда, организация питьевого режима);
- ✓ разнообразие;
- ✓ индивидуальный подход.

Регулярно проводятся плановые медицинские осмотры детей с привлечением специалистов поликлиники. Результаты обследования учитываются медицинской сестрой, воспитателями, специалистами в работе с детьми.

Профилактически-оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется:

1) специфической иммунопрофилактикой.

Ее цель – усилить или ослабить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Иммунитет за последнее столетие явно снизился. Об этом свидетельствует рост хронических воспалительных заболеваний. Вакцинопрофилактика стала ведущим методом борьбы с инфекционными заболеваниями. Активная профилактическая вакцинация детей должна проводиться в определенные периоды жизни и быть направленной на выработку общего специфического иммунитета.

2) неспецифической иммунопрофилактикой.

Методов неспецифической профилактики болезней много, поскольку они представляют собой совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. К средствам повышения неспецифической резистентности организма относятся:

- ✓ закаливающие мероприятия с использованием традиционных и нетрадиционных методов;
- ✓ различные виды гимнастик.

Особое значение в данном разделе занимает закаливание.

Закаливающие мероприятия

Закаливание - это система мероприятий, направленных на тренировку защитных физиологических механизмов терморегуляции организма.

Основными источниками закаливания являются солнце, воздух и вода. При многократном воздействии тепла, охлаждения и солнечных лучей у человека постепенно вырабатывается адаптация к внешней среде. В процессе закаливания совершенствуется работа организма: улучшаются физико-химическое состояние клеток, деятельность всех органов и их систем. В результате закаливания увеличивается работоспособность, снижается заболеваемость, особенно простудного характера, улучшается самочувствие. При длительных перерывах в закаливании его эффект снижается или теряется совсем. Эффективность закаливания значительно увеличивается, если его сочетать с физическими упражнениями, особенно на свежем воздухе.

Начинать закаливаться можно в любое время года, но лучше в теплое. Эффект от закаливающих процедур достигается за несколько месяцев (2-3), а исчезает за 2-3 недели, а у дошкольников через 5-7 дней. Поэтому нельзя отменять закаливание даже в случае легких заболеваний детей — надо просто уменьшать нагрузку или интенсивность раздражителя.

Виды закаливающих процедур:

Воздушные ванны

Воздушные ванны — наиболее мягкая и безопасная закаливающая процедура. Именно с воздушных ванн рекомендуется начинать систематическое закаливание. Воздушные ванны следует проводить при каждом переодевании ребенка. Особенно длительными они могут быть утром (после ночного сна) и вечером (перед сном). Длительность воздушной ванны должна подбираться в зависимости от температуры в помещении.

Водные процедуры

Водные процедуры – более интенсивная закаливающая нагрузка. Главным фактором закаливания служит температура воды.

Умывание самая простая закаливающая водная процедура. Начинать надо с температуры 28-26 °С и постепенно снижать ее до температуры воды, текущей из крана.

Обширное умывание

Ребёнок должен:

- Открыть кран с водой, намочить правую ладонь и провести ею от кончиков пальцев до локтя левой руки, сказать «раз»; то же проделать левой рукой.
- Намочить обе ладони, положить их сзади на шею и провести ими одновременно к подбородку, сказать «раз».
- Намочить правую ладонь и сделать круговое движение по верхней части груди, сказать «раз».
- Намочить обе ладони и умыться лицо.
- Ополоснуть, «отжать» обе руки, вытереться насухо.

Примечание.

Через некоторое время длительность процедуры увеличивается, а именно: каждую руку, а так же шею и грудь дети обмывают по два раза, проговаривая «раз, два» и т.д.

Босохождение. Хождение босиком по массажным коврикам.

Одним из самых распространённых и полезных видов закаливания является хождение босиком. Известно, что стопы — это область со множеством биологически активных точек. Если эти участки стимулировать регулярно, то укрепится иммунитет, улучшится работа многих внутренних органов, придёт в норму психоэмоциональное состояние, и жить станет легче и веселее. Регулярная ходьба босиком приводит к утолщению рогового слоя кожи ступней — это происходит постепенно. Это не натоптыши и не мозоли, их мы как раз получаем при ношении обуви. Когда утолщается слой роговых клеток, стопы не теряют гибкости и привлекательности, зато более толстая кожа защищает от переохлаждения и уменьшает чувствительность организма ко многим внешним раздражителям — можно даже научиться ходить босиком по снегу.

Подошвы ног рефлекторно связаны с носоглоткой. При охлаждении стоп наступает спазм кровеносных сосудов, что ведёт к понижению температуры слизистых оболочек и активному размножению бактерий и вирусов.

IV. Информационное оснащение

Эффективность здоровьесберегающей деятельности предполагает высокий уровень компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения, умение и желание семьи осуществлять здоровый стиль поведения. В связи с этим одним из направлений деятельности МДОУ стало информационное обеспечение участников образовательного процесса.

1 задача

Расширение информационного пространства по вопросам здоровьесбережения и здоровьесобогащения для семьи и всех заинтересованных лиц, вовлеченных в образовательную деятельность, включая широкую общественность, путем активизации работы сайта МДОУ, обновления стендовой информации, привлечения социальных партнеров.

Одним из основных принципов дошкольного образования является тесное сотрудничество МДОУ и семьи, в том числе и в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей. Включение родителей в данный процесс происходит через традиционные формы:

- ✓ родительские собрания (тематические, с участием детей, мастер-классы);
- ✓ проектная деятельность дошкольников;
- ✓ совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения, выставки, фотовыставки);

- ✓ консультации специалистов (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте ДООУ);
- ✓ Оформление папок-передвижек
- ✓ Экскурсии для вновь прибывших родителей
- ✓ Посещение непосредственно образовательной деятельности
- ✓ Анкетирование
- ✓ Семейная гостиная

В настоящее время в условиях стремительного роста социальных, экономических, технологических и психологических перемен, в эпоху информационного века и цифровых технологий, появлением коммуникационных и сетевых технологий, открываются новые возможности для педагогов и воспитателей своевременно информировать родителей о происходящих событиях в детском саду в реальном времени, обеспечивать повышение компетентности в вопросах развития валеологической культуры, охраны и укрепления здоровья. Появляются новые инновационные формы взаимодействия с родителями через интернет пространство.

Пути реализации поставленной задачи:

- активизировать работу с социальными партнерами (детская поликлиника №2) путем привлечения их на родительские собрания и актуализации информации на сайте МДОУ с целью медико-педагогического просвещения, пропаганды здорового образа жизни;

2 задача

Повышение компетентности педагогов в вопросах использования инновационных и информационно-коммуникационных технологий.

В настоящее время дети, как и их родители существенно отличаются по своим интеллектуальным и психоэмоциональным характеристикам. Современные дошкольники – дети информационного века, цифровых технологий, у них другие способы общения и мышления. Дети живут в мире, в котором компьютеризированы многие стороны жизни человека. Компьютер является не роскошью, а средством труда, познания, досуга. Дети отличаются повышенной потребностью к восприятию информации, постоянно ищут возможности ее удовлетворения, если не получают необходимой «порции» информационной энергии, начинают проявлять недовольство или агрессию; объем долговременной памяти намного больше, а проходимость оперативной выше, что позволяет воспринимать и перерабатывать большое количество информации за короткий промежуток времени. Не испытывают стресса при контакте с техникой, компьютером, мобильным телефоном. В связи с этим необходимо обновление способов взаимодействия между детьми и педагогами, родителями и педагогами. Овладению новыми инновационными интерактивными программами, соответствующими современному уровню развития дошкольников.

Пути решения:

- повышение квалификации педагогов в вопросах использования ИКТ и интерактивных технологий;
- обновление материально-технической и программно-методической базы в вопросах здоровьесбережения.

IV. Мониторинг реализации программы «Здоровье»

Параметры мониторинга	Критерии	Сроки	Ответственный
Сформированность основных движений и физических качеств	Скоростно-силовые, выносливость, координация, гибкость	Сентябрь, апрель	Инструктор ФИЗО
Физическое развитие	Антропометрия	Сентябрь, январь	Медсестра
Приобщение детей к физкультуре и спорту	Посещение спортивных секций		Воспитатели
Состояние здоровья	Заболеваемость детей Группы здоровья детей Хронические заболевания		Медсестра, воспитатели Медсестра Медсестра
Образовательная область «Физическое развитие» Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Имеет представление о рациональном питании, умении использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Сформированы представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Сформированность потребности в двигательной активности	Сентябрь, май	Воспитатели
Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» Самообслуживание, самостоятельность, культурно-гигиенические навыки.	Владение основными культурно-гигиеническими навыками Самостоятельное выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	Сентябрь, май	Воспитатели
Образовательная область «Речевое развитие» Связная речь.	Владение конструктивными способами взаимодействия с детьми и взрослыми Использование вербальных и невербальных средств общения Владение диалогической речью		
Степень включенности родителей в процесс физкультурно-оздоровительной деятельности	Посещение мероприятий в детском саду, участие в детско-родительских проектах	В течение года	Зам. зав. по ВМР, воспитатели, специалисты
Уровень нарушения речи		Январь-февраль, май	Учитель-логопед

<p>Контроль оздоровительно-профилактической работы</p>	<p>Соблюдение температурного режима Соблюдение воздушного режима Кварцевание Соблюдение режима дня детей Соблюдение двигательного режима Оздоровительный бег Бодрящая гимнастика после дневного сна Воздушные закаливающие процедуры Водные закаливающие процедур</p>		<p>Зам. зав. по АХЧ, младшие воспитатели</p> <p>Зам. зав. по ВМР, воспитатели Воспитатели Воспитатели, инструктор ФИЗО Воспитатели</p> <p>Воспитатели Воспитатели</p>
--	---	--	---

Ожидаемые результаты программы «Здоровье»

Эффективное взаимодействие детей, воспитателей, родителей, администрации, медицинского персонала ДОО, позволяет достичь единых целей в сбережении здоровья всех субъектов образовательного процесса.

- ✓ Организация развивающей предметно-пространственной среды МДОУ и доукомплектование необходимым оборудованием
- ✓ Создание условий для организации рациональной двигательной активности детей на прогулке и в группе;
- ✓ Сформированность привычки к здоровому образу жизни у воспитанников МДОУ на этапе завершения дошкольного образования;
- ✓ Создание условий для обеспечения эмоционального благополучия и психического развития детей дошкольного возраста;
- ✓ снижение уровня заболеваемости воспитанников МДОУ;
- ✓ закрепление оздоровительных мер в виде устойчивого психоматического состояния;
- ✓ активизация ценности здоровья и здорового образа жизни у субъектов образовательно–воспитательного процесса через развитие современных инновационных и сетевых технологий.

Функциональные обязанности работников МДОУ в рамках реализации программы «Здоровье»

Заведующая МДОУ:

- ✓ общее руководство по реализации программы;
- ✓ анализ реализации программы - 1 раза в год;
- ✓ контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

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

Инструктор по физической культуре:

- ✓ определение показателей двигательной подготовленности детей;
- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий;
- ✓ включение в непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей:
 - упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
 - дыхательных упражнений
- ✓ закаливающие мероприятия:
 - сниженная температура воздуха
 - облегченная одежда детей
- ✓ проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья;
- ✓ пропаганда здорового образа жизни;

- ✓ разработка и ведение странички по коррекционно-оздоровительной работе на сайте МДОУ;

Воспитатели:

- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий;
- ✓ пропаганда здорового образа жизни;
- ✓ проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - закаливания
 - дыхательной гимнастики
 - упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки
- ✓ пропаганда методов оздоровления в коллективе детей.

Медицинская сестра:

- ✓ пропаганда здорового образа жизни;
- ✓ организация рационального питания детей;
- ✓ реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану.

Заместитель заведующего по административно – хозяйственной части:

- ✓ создание материально-технических условий;
- ✓ контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы ;
- ✓ создание условий для предупреждения травматизма в МДОУ;
- ✓ обеспечение ОБЖ.

Повара:

- ✓ организация рационального питания детей;
- ✓ соблюдение технологий приготовления блюд;
- ✓ соблюдение санитарно-гигиенических норм на пищеблоке.

Младший обслуживающий персонал:

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

Литература

1. - «Физическая культура в детском саду», Пензулаева Л.И.- М., 2012 г.
2. - Сулин Е.В. Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет 2011
3. - Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3 – 7 лет М., Мозаика – Синтез, 2015г.
4. - Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс». Учебное пособие. – СПб.: Детство-Пресс, 2010
5. - Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников, - М., Мозаика – Синтез, 2015
6. - Бабенкова Е.А, Т.М.Параничева Растим здорового ребенка. Новые стандарты. 2011
7. - Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011
8. - Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет» - М: Мозаика-Синтез, 2015
9. - Теплюк С.Н. «Игры- занятия на прогулке с детьми 2-4 лет»- М: Мозаика-Синтез, 2015
- 10.- Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия 2011
- 11.- Рыбак Е.В. «Вместе» «Программа развития коммуникативной сферы старших дошкольников средствами эмоционального воздействия»
- 12.- Теплюк С.Н.. Занятия на прогулке с малышами. М: Мозаика-Синтез,2013
- 13.- Сборник подвижных игр / Э.Я. Степаненкова, 2015 - «Физическая культура в детском саду», Пензулаева Л.И.- М., 2012 г.
- 14.- Сулин Е.В. Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет 2011
- 15.- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс». Учебное пособие. – СПб.: Детство-Пресс, 2010
- 16.- Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников, - М., Мозаика – Синтез, 2015
- 17.- Бабенкова Е.А, Т.М.Параничева Растим здорового ребенка. Новые стандарты. 2011
- 18.Александрова Е.Ю. «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» Волгоград: Учитель 2007
- 19.Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду М.: Сфера, 2003 – 88 с.
- 20.Картушина М.Ю. «Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет» Москва 200
- 21.Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 5-6 лет» Москва 2009.
- 22.Колабанов В.В. Валеология – СПб: Деан, 2001
- 23.Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
- 24.Развивающая педагогика оздоровления под ред. В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова (стр. 249)
- 25.Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду М.: 2000 – 256 с.
- 26.Семёнова Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. СПб.2004 – 87 с.
- 27.Чупах И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М: 2003 - 143 с.