

муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 35»  
(МДОУ «Детский сад № 35»)

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
Протокол № 3  
от 15.02.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОУ «Детский сад № 35»

М.Р. Акилова



## **Физкультурно-оздоровительная программа**

**«Будь здоров!»**

**2023 – 2026 гг.**

- Разработчики программы:
- Акилова М.Р., заведующий
  - Молнач В.И., старший воспитатель
  - Новикова М.А., старшая медицинская сестра
  - Кочетко Е.В., учитель-логопед
  - Марков Е.Е., инструктор по физической культуре
  - Смирнова Ю.В., музыкальный руководитель

## Содержание

Пояснительная записка .....	3
1.1. Актуальность программы .....	3
1.2. Цели и задачи программы .....	4
1.3. Педагогическая целесообразность .....	4
1.4. Вид программы .....	5
1.5. Сроки и этапы реализации программы .....	5
1.6. Ожидаемые результаты .....	6
1.7. Критерии оценки эффективности программы .....	7
2. Научно-теоретические основы программы .....	8
2.1. Ведущие теоретические идеи .....	8
2.2. Ключевые понятия .....	9
2.3. Основные принципы построения программы .....	10
3. Методическое обеспечение программы .....	12
3.1. Основное содержание и механизмы реализации программы .....	12
<b>3.1.1. Направления реализации программы .....</b>	<b>12</b>
<b>3.1.2. Взаимодействие с семьей по воспитанию здорового дошкольника .....</b>	<b>20</b>
<b>3.1.3. Формы взаимодействия с родителями (законными представителями) .....</b>	<b>22</b>
<b>3.1.4. Учебно-методическое, дидактическое, материально-техническое оснащение ..</b>	<b>23</b>
<b>3.1.5. Материально-техническое обеспечение программы .....</b>	<b>25</b>
<b>3.1.6. Ресурсный потенциал .....</b>	<b>27</b>
3.2. Формы организации образовательной деятельности .....	27
3.3. Перспективный план образовательной деятельности .....	29
3.4. План мероприятий .....	30
4. Заключение .....	35
5. Список использованной литературы .....	36

## **Пояснительная записка**

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 года) определяет задачи сохранения здоровья детей, разработки здоровьесберегающих технологий обучения и формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

### **1.1. Актуальность программы**

Актуальность темы обусловлена социальным заказом на формирование здорового образа жизни у детей в период дошкольного детства, отношением к дошкольному возрасту как уникальному периоду развития личности.

С каждым годом растет количество детей, страдающих различными заболеваниями, а также отмечаются нарушения осанки, физической подготовки (недостаточная ловкость, нарушение координации движений), так же страдает мелкая моторика. Это обусловлено многими факторами:

- ухудшение экологической обстановки,
- увлечение компьютерными играми,
- длительное пребывание перед телевизором,
- громко звучащая музыка, вредные привычки родителей,
- климатические условия района.

В ходе анализа деятельности дошкольного учреждения по вопросам здоровьесбережения и результатов мониторингов с 2020 г. по 2023 г. получены следующие данные:

- снижается уровень физической подготовленности и культуры здоровья воспитанников;
- низкий уровень овладения педагогами и специалистами современными технологиями и инновациями в области оздоровления детей и укрепления их здоровья;
- увеличилось количество воспитанников с нарушениями речи, гиперактивным поведением, наличием различных отклонений в психосоматическом состоянии;
- низкая заинтересованность родителей (законных представителей) в эмоциональном благополучии их детей.

Таким образом необходимо усилить медико-психолого-педагогическое сопровождение, разработать и внедрить в практику новые организационно-методические и профилактические технологии оздоровления и системы коррекционно-развивающего

обучения дошкольников.

Для решения данных проблем разработана комплексно-целевая программа «Будь здоров!» (далее программа), которая стала основой оздоровительной деятельности нашего дошкольного учреждения. Это целостная система оздоровления и физического воспитания обучающихся, в том числе в группах комбинированной направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи.

В дошкольном учреждении педагогическим коллективом накоплен опыт работы по физическому развитию и оздоровлению дошкольников. Но жизнь не стоит на месте, модернизируется система дошкольного образования. Поэтому возникает необходимость оптимизировать уже сложившуюся систему физкультурно-оздоровительной работы ДОУ, разработать и внедрить в практику новые организационно-методические и профилактические технологии оздоровления и системы коррекционно-развивающего обучения дошкольников.

## **1.2. Цели и задачи программы**

**Цель:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия посредством создания здоровьесберегающей среды в МДОУ «Детский сад № 35» в соответствии с ФГОС ДО.

**Задачи:**

1. Снизить уровень заболеваемости воспитанников МДОУ путем совершенствования системы физкультурно-оздоровительной работы с использованием лучших практик в области сохранения и укрепления здоровья дошкольников.
2. Повысить профессиональную компетентность педагогов дошкольного учреждения в вопросах организации работы по сохранению и укреплению физического и психического развития дошкольников с учётом их индивидуальных особенностей.
3. Развивать направление по профилактике и коррекции речевых нарушений у детей с ТНР в группах комбинированной направленности.
4. Продолжать формировать совместные традиции семьи и детского сада по физическому воспитанию ребёнка в процессе реализации мероприятий здоровьесберегающей направленности.

## **1.3. Педагогическая целесообразность**

Программа ориентирована на формирование у ребенка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

В программе представлены практические и действенные методы поддержания

здоровья детей дошкольного возраста, разнообразные методики нетрадиционного оздоровления, которые используются для профилактики простудных заболеваний, пропаганды здорового образа жизни.

Девиз программы: «Дарим детям каждый день радость и здоровье!».

#### 1.4. Вид программы

Комплексно-целевая программа «Будь здоров, малыш!» является модифицированной. В систему мероприятий комплексного оздоровления воспитанников включаются современные оздоровительные технологии и методики (игровой массаж по А. Уманской, пальчиковая и артикуляционная гимнастики, упражнения с массажным мячиком-ёжиком), разнообразные виды физических упражнений и спортивных игр - «Физическая культура дошкольникам» Л.Д. Глазыриной, дополнительные общеобразовательные программы «Степ-аэробика», «Музыкальная ритмика», «Умняша» (использование нейропсихологического подхода в развивающих играх), комплексы гимнастик после сна, дыхательные гимнастики.

Программа рассчитана на реализацию во всех возрастных группах. Вся физкультурно-оздоровительная, лечебно-профилактическая и коррекционная работа планируется с учётом возрастных особенностей детей, направленности работы группы.

#### 1.5. Сроки и этапы реализации программы

Сроки реализации программы: сентябрь 2023 г. – август 2026 г.

Основные участники реализации программы:

- воспитанники Учреждения;
- родители (законные представители) детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение;
- коллектив образовательного учреждения;

Таблица 1

#### Этапы реализации программы

Этап реализации	Сроки	Мероприятия
<b>1-й этап – организационно-подготовительный</b>	первое полугодие 2023 г.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Система оценки индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие», анализ заболеваемости за период 2020 г. – 2022г., определение уровня здоровья (по группам здоровья, определение количества абсолютно здоровых детей), диагностика двигательных навыков и умений, диагностика речевого и психического развития.</li> <li>➤ Подбор и изучение методической литературы</li> </ul>

		<p>физкультурно-оздоровительной направленности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Разработка плана мероприятий для всех участников программы.</li> </ul>
<b>2-й этап – реализация программы</b>	<p>период с 2023 г. по 2026 г.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Укрепление материально-технической базы ДОУ.</li> <li>➤ Развитие системы образовательной деятельности по формированию здорового образа жизни дошкольников и организация здоровьесберегающих образовательных мероприятий в ДОУ: систематическое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, закаливающих процедур, прогулки; оказание консультативной помощи по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий всем участникам образовательного процесса и т.д.</li> <li>➤ Создание условий для полноценного сбалансированного питания детей.</li> </ul>
<b>3 этап – обобщающий</b>	<p>период – июнь – август 2026 г.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Проведение анализа и оценки результатов реализуемой программы.</li> <li>➤ Определение дальнейшей перспективы сохранения и укрепления здоровья детей.</li> <li>➤ Оценка эффективности реализации программы, совершенствование и распространение опыта работы.</li> </ul>

### **1.6. Ожидаемые результаты**

- Повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ через организацию здоровьесберегающего педагогического процесса с учетом индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, через реализацию программ дополнительного образования и плана оздоровительно- закаливающих мероприятий в дошкольном учреждении.
- Повышение профессиональной компетентности педагогов в области физкультурно-оздоровительной деятельности через изучение современных методик и здоровьесберегающих технологий, посещение курсов повышения квалификации, вебинаров, семинаров.
- Увеличение числа педагогов в учреждении, участвующих в распространении опыта на муниципальном и федеральном уровнях в вопросах организации работы по сохранению и укреплению здоровья детей.
- Частичное или полное устранение недостатков речевого развития детей в группах комбинированной направленности.
- Эффективное и рациональное взаимодействие семьи и детского сада по физическому воспитанию ребёнка посредством организации проектной

деятельности, привлечения родителей (законных представителей) к участию в спортивных мероприятиях разного уровня.

### 1.7. Критерии оценки эффективности программы

Критериями оценки эффективности комплексно-целевой программы оздоровления детей «Будь здоров, малыш!» является система мониторинга, который подразумевает следующие критерии: медицинский, физический, психолого-педагогический, критерий речевого развития, социологический.

Таблица 2

#### Оценка эффективности программы

№	Критерии оценки	Содержание	Ответственные
1.	Медицинский критерий	Мониторинг состояния здоровья воспитанников за год (Приложение 1)	заведующий, медицинская сестра
2.	Физический критерий	Система оценки индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие» (Приложение 2)	инструктор по физической культуре
3.	Психолого-педагогический	Оценка уровня психического развития ребёнка (карта психического развития) (Приложение 3)	педагог-психолог
4.	Критерий речевого развития	Диагностика речевого развития детей. Карта речевого обследования ребёнка (Приложение 4)	учитель-логопед
5.	Социологический критерий	Анкетирование родителей (законных представителей) с целью выявления уровня удовлетворенности родителями организацией физкультурно-оздоровительной работы в детском саду (Приложение 5)	старший воспитатель, воспитатели
		Анализ участия воспитанников и педагогов Учреждения в конкурсах физкультурной и здоровьесберегающей направленности	старший воспитатель, инструктор по физической культуре

## 2. Научно-теоретические основы программы

### 2.1. Ведущие теоретические идеи

Особенности развития здорового образа жизни в дошкольном возрасте изучались учеными из различных областей знаний: медицины и физиологии В.Н. Дубровский, Б.Н. Чумаков, Ю.П. Лисицын, психологии О.С. Осадчук, экологии З.И. Тюмасева, А.Ф. Аменд и педагогики В.Г. Алямовская, Г.К. Зайцев, М.Л. Лазарев, Л.Г. Татарникова, Ю.Ф. Змановский, О.С. Шнейдер, О.В. Морозова, Т.В. Поштарева, О.Ю. Толстова и др.

Известный теоретик Ю.К. Бабанский выделил несколько задач физического воспитания:

- Укрепление здоровья и закаливание, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности.
- Формирование двигательных умений и навыков.
- Развитие основных двигательных качеств.
- Привитие гигиенических навыков, сообщение знаний по гигиене.
- Воспитание воли, смелости, дисциплины.
- Формирование привычки и интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.
- Привитие организаторских навыков.

Т.И. Осокина выделяет такие задачи:

- Охрана жизни.
- Укрепление здоровья.
- Совершенствование организма ребенка, содействие его правильному физическому развитию.
- Повышение работоспособности.

А.В. Кенеман, Г.В. Хухлаева сформулировали три группы задач:

Оздоровительные – развитие и укрепление костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, внутренних органов: развитие движений, а также закаливание организма ребенка.

Образовательные – формирование навыков выполнения основных движений; привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение знаний о своем организме, о здоровье; формирование представлений о режиме, об активности и отдыхе.

Воспитательные задачи – формирование нравственно-физических навыков; выработать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребность в физическом совершенстве; воспитание культурно-гигиенических качеств.

Задача оздоровления ребенка в дошкольном возрасте в работах вышеуказанных



ученых признается одной из наиболее важных. В этих же работах выделяются средства физического воспитания как средства оздоровления ребенка. В качестве средств физического воспитания авторы рассматривают оздоровительные силы природы, полноценное питание, рациональный режим жизни, физическую активность самих детей и даже художественные средства – литературу, фольклор, кинофильмы и мультфильмы, произведения музыкального и изобразительного искусства.

Шишкина В.А. отмечает, что, «признавая здоровье как основу развития личности ребенка, следует правильно определять место и роль физической культуры в учреждениях образования и семье».

Врачи, педагоги и психологи разрабатывают различные подходы внедрения здоровьесберегающих технологий в практику ДООУ. Были определены принципы здоровьесбережения (Аносова М.В. и др.); требования к оснащению кабинетов (Дзятковская Н.Д. и др.); подходы по повышению двигательной активности детей (Зайцев Г.К. и др.).

М.М. Безруких разработана система построения здоровьесбережения в общеобразовательных учреждениях, затрагивающая всю инфраструктуру ДООУ.

Итак, анализ содержания литературы позволяет сделать выводы о том, что проблема сохранения здоровья детей признается приоритетной и ей уделяется первостепенное значение.

В ДООУ при организации воспитательно-образовательной деятельности используются программы:

- ФООП ДО;
- ООП ДО МДОУ «Детский сад № 35»;
- АОП для детей с ТНР;
- программы дополнительного образования «Степ-аэробика», «Умняша», «Музыкальная ритмика».

«Педагоги дошкольного учреждения используют в своей работе методические пособия: А.А. Уманской, Т.В. Лисиной, В.Т. Кудрявцевой, Б.Б. Егорова, О.А. Скоролуповой, А.Н. Стрельниковой, С.А. Козловой о формировании представлений у дошкольников о себе как о представителях человеческого рода; Н.А. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стёркиной об основах безопасности детей дошкольного возраста; А.Г. Татарниковой, В.В. Колбанова о формировании необходимых знаний умений и навыков для организации здорового образа жизни.

## **2.2. Ключевые понятия**

**Здоровье** – состояние физического, психического и социального благополучия

человека.

**Здоровьесберегающий педагогический процесс ДООУ** – в широком смысле слова – процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьедобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

**Здоровьесбережение и здоровьедобогащение** – важнейшие условия организации педагогического процесса в ДООУ.

**Здоровьесберегающие технологии** в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

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

**Здоровьесберегающие образовательные технологии** в детском саду – это, прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников, комфортное пребывание ребёнка в детском саду, которое не вызывало бы повышения тревожности.

**Валеология** – теория здоровья.

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

**Мониторинг** – процесс систематического или непрерывного сбора информации.

**Физическое здоровье** – это такое состояние человеческого организма, при котором все его внутренние органы и он в целом, способны исправно осуществлять свои основные функции.

**Физическое воспитание** – педагогическая система использования средств физической культуры с целью личностного совершенствования человека.

**Физическая культура** – как вид культуры общества есть деятельность людей по созданию и использованию материальных и духовных ценностей для физического совершенствования человека.

### 2.3. Основные принципы построения программы

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинского работника ДОУ.
- Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни; принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- Принцип взаимодействия ДОУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### 3. Методическое обеспечение программы

#### 3.1. Основное содержание и механизмы реализации программы

##### 3.1.1. Направления реализации программы

Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста. Решению задач Программы способствует реализация мероприятий в нескольких направлениях, представленных на рисунке 1.

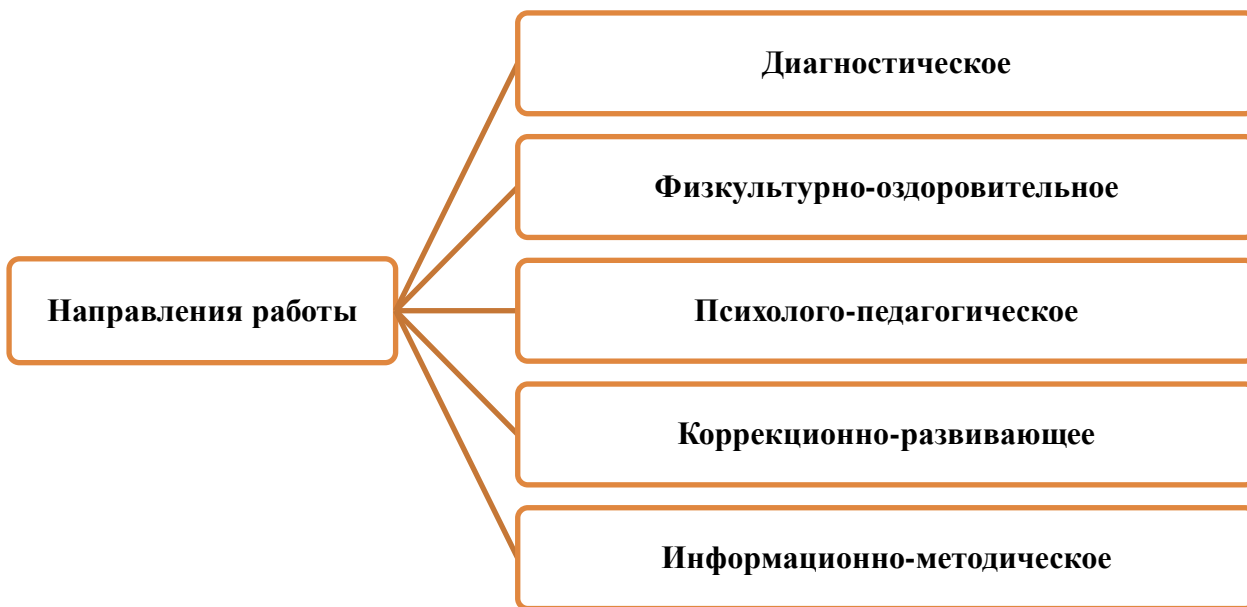


Рис. 1. Основные направления работы сотрудников ДОУ

**Диагностическое направление** предполагает ежегодное обследование состояния здоровья всех воспитанников, их физического и психического развития. Диагностическое направление реализуется по нескольким параметрам, представленным в таблице 3:

Таблица 3

#### Параметры диагностического направления

№	Мероприятия	Содержание	Ответственные
1.	Изучение анамнеза развития ребёнка	Выявление часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями, проведение плановых осмотров детей, обработка данных антропометрии, проведение анализа работы по показателям – посещаемость, заболеваемость, движение по группам здоровья.	Медицинский персонал
2.	Осмотр специалистами	Оценка физического, нервно-психического развития детей, определение группы здоровья.	Медицинский персонал
3.	Контроль за развитием основных движений,	Проводится оценка индивидуального развития детей по физическому развитию, по результатам которой	Инструктор по физкультуре, воспитатели

	физических качеств, уровня двигательной активности воспитанников	выстраивается работа по физическому развитию воспитанников	
4.	Обследование развития речи детей дошкольников	Обследование состояния речи детей с целью раннего выявления речевых нарушений воспитанников и проведения коррекционно-развивающей работы.	Учитель-логопед
5.	Диагностика психических процессов воспитанников дошкольного возраста	Осуществление диагностики эмоционального состояния, познавательного развития, интеллектуальных способностей воспитанников дошкольного возраста, психологической готовности детей старшего дошкольного возраста к школьному обучению.	Педагог-психолог
6.	Деятельность ППк	Выявление воспитанников, нуждающихся в создании специальных образовательных условий, в том числе оценка их резервных возможностей развития и подготовка рекомендаций по направлению их на территориальную ПМПк для определения специальных образовательных условий.	Психолого-педагогический консилиум дошкольной образовательной организации
7.	Мониторинг по здоровьесберегающей деятельности	Оценка эффективности программы по критериям: медицинский, физический, психолого-педагогический, критерий речевого развития, социологический.	Старшие воспитатели

Таблица 4

### Физкультурно-оздоровительное направление

Формы	Содержание
ООД по физической культуре (игровые, тренировочные, сюжетные, комплексные, тематические)	Совместная деятельность воспитателя с детьми по развитию основных движений и физических качеств. Подвижные, хороводные, малоподвижные игры.
Утренняя гимнастика.	Спортивные игры и игровые упражнения. Традиционная форма с включением дыхательных упражнений с оздоровительным бегом, с включением элементов степ-аэробики.
Дополнительное образование.	Реализация дополнительных образовательных программ физической направленности.
Физминутки	Упражнения для развития мелкой моторики; имитационные игры и танцевальные упражнения.
Индивидуальная работа по физической культуре	Развитие ОВД (бег, ходьба, прыжки, метание, равновесие, лазанье).

	Развитие физических качеств (быстроты, силы, ловкости, выносливости, координации, движений, гибкости).
Бодрящая гимнастика после сна с использованием «дорожки здоровья»	Разминка в постели и элементы самомассажа. Гимнастика игрового характера. Разминка с дыхательной гимнастикой. Гимнастика с использованием тренажёров. Ходьба по массажным дорожкам. Профилактика нарушений осанки. Профилактика плоскостопия.
Самостоятельная двигательная активность.	Игры, игровые упражнения на прогулке. Игры, игровые упражнения в группе.
Закаливающие мероприятия по А. Уманской и К Динейки.	Массаж рук «Поиграем с ручками» Дыхательные упражнения «Поиграем с носиком». Массаж волшебных точек ушей «Поиграем с ушками».
Гигиенические процедуры	Умывание. Игры с водой.
Воздушные ванны	Проветривание помещений. Прогулки на свежем воздухе. Соблюдение температурного режима и чистоты воздуха.
Активный отдых	Праздники, досуги, развлечения. Игры-забавы. Дни здоровья. Каникулы.
Диетотерапия	Рациональное питание. Индивидуальное меню.
Свето- и цвето-терапия	Обеспечение светового режима. Цветовое и световое сопровождение развивающей среды.
Музотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов. Музыкальное оформление совместной деятельности воспитателя с детьми. Музыкально-театральная деятельность.
Аутотренинг, психогимнастика, песочное рисование.	Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы. Игры-тренинги на избавление от отрицательных эмоций и снятия невротических состояний. Коррекция поведения.
Консультативная работа	Консультации, беседы, родительские собрания для родителей (законных представителей). Консультации «Круглые столы», открытые просмотры, мастер-классы, семинары для педагогов, младших воспитателей. Оформление наглядной информации для родителей (книжки-ширмы, папки-передвижки, памятки, буклеты, стенды, фотогазеты, журналы, выставки).

### Психолого-педагогическое направление

Для организации образовательной деятельности с детьми, с целью содействия в создании социальной ситуации развития, учитывающей возрастные особенности

воспитанников и обеспечивающей психологические условия для охраны здоровья и развития личности всех участников образовательного процесса в детском саду создаются специальные условия:

- использования специальных методов и приемов,
- использование специальных методических пособий и дидактических материалов,
- проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий оказание квалифицированной помощи в освоении воспитанниками образовательной программы.

Создание данных условий обеспечивается воспитателями группы и педагогом-психологом детского сада.

Цель психологического сопровождения в ДОУ – содействие психологическому, личному и индивидуальному развитию дошкольников, обеспечивающее психологическую готовность к обучению в школе, социальной адаптации детей, поступающих в ДОУ, обеспечение психологической безопасности участников образовательного процесса.

Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития организуется с воспитанниками, имеющими трудности в адаптации к условиям детского сада; с воспитанниками старшего дошкольного возраста, имеющими несформированные навыки по познавательным способностям; с воспитанниками, испытывающими трудности в эмоционально-личностной сфере, несформированностью поведенческих реакций.

### **Направления коррекционно-образовательной деятельности педагога-психолога**

Таблица 5

#### **Направления работы педагога-психолога**

<b>Направление работы</b>	<b>Содержание</b>
Профилактическое	Работа по успешной адаптации детей к дошкольному учреждению. Создание условий для полноценного психического развития детей на каждом возрастном этапе. Предупреждение возможных нарушений в становлении личности и интеллекта. Создание благоприятного психологического климата в дошкольном учреждении
Диагностическое	Выявление нервно-психологических нарушений у детей: нервно-соматическая ослабленность, нарушения поведения и эмоций, трудности в сфере общения и адаптации. Изучение уровня психического развития детей. Определение психологической готовности детей 6-8 лет к обучению в школе.
Развивающе-коррекционное	Развитие «Я-концепции», повышение самооценки и социального статуса, помощь в адаптации к ДОУ.

(групповая и индивидуальная)	Коррекция поведения и излишней нервности, регулирование внутренних конфликтов, агрессии, тревожности. Обучение приемам снятия психомоторного напряжения, саморасслабления и аутотренинга. Решение личностных и психологических проблем развития, воспитания и обучения. Развитие познавательной сферы, подготовка к школе.
Консультативно-просветительская	Оказание всесторонней помощи педагогам и родителям детей с психологическими проблемами по вопросам воспитания и обучения.

### **Коррекционно-развивающее направление**

В ДОУ ведется квалифицированная коррекция развития детской речи. В начале учебного года учителем-логопедом проводится диагностика, на основе которой составляется индивидуальный маршрут речевого развития ребенка. Все коррекционно-развивающие занятия с детьми с тяжёлыми нарушениями речи проводит учитель-логопед.

В учреждении созданы условия для проведения занятий подобного рода – кабинеты учителей-логопедов.

Использование здоровьесберегающих методов, приёмов и технологий, таких как: «Артикуляционная гимнастика», «Пальчиковая гимнастика», «Логопедическая ритмика» в деятельности учителя-логопеда является перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи.

На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка.

### **Обеспечение в ДОУ комплексного подхода к коррекции нарушений в развитии речи у детей дошкольного возраста**

Устранение речевых нарушений у детей требует комплексного подхода, объединения усилий всех специалистов ДОУ, поскольку речевые нарушения связаны с целым рядом причин как биологического, так психологического и социального характера.

Комплексный подход предполагает коррекционно-развивающую работу, направленную на нормализацию всех сторон речи, развитие моторики и познавательных психических процессов, воспитание личности ребенка и оздоровление организма в целом.

Необходима совместная работа медсестры, учителя-логопеда, педагога-психолога, воспитателя, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре. Эта работа должна носить согласованный комплексный характер. При этом, определяя объективно существующие точки соприкосновения различных педагогических областей,



каждый педагог осуществляет свою работу не обособлено, а дополняя и углубляя влияние других.

Комплексный подход предполагает взаимодействие специалистов ДОУ, направления деятельности педагогов отражены в таблице 6.

Таблица 6

**Взаимодействие специалистов ДОУ**

<b>Специалист</b>	<b>Направление деятельности</b>	<b>Взаимодействие</b>
Учитель-логопед	Рекомендации по организации индивидуальной работы. Взаимодействие на занятиях. Совместное проведение мероприятий для родителей (законных представителей) воспитанников. Консультирование учителем-логопедом воспитателей.	Воспитатель
	Использование элементов логоритмики на музыкальных занятиях. Совместное проведение мероприятий для родителей (законных представителей) воспитанников.	Музыкальный руководитель
	Использование нейропсихологического подхода на физкультурных занятиях. Совместное проведение мероприятий для родителей (законных представителей) воспитанников.	Инструктор по физической культуре
	Организация и проведение совместных занятий. Проведение индивидуальной работы по рекомендациям учителя-логопеда.	Педагог-психолог
Воспитатель	Проведение индивидуальной работы по рекомендациям музыкального руководителя. Совместное проведение занятий и других мероприятий для воспитанников. Совместное проведение мероприятий для родителей (законных представителей) воспитанников.	Музыкальный руководитель
	Проведение индивидуальной работы по рекомендациям инструктора по физкультуре. Совместное проведение занятий и других мероприятий для воспитанников. Совместное проведение мероприятий для родителей (законных представителей) воспитанников.	Инструктор по физической культуре
	Организация и проведение занятий. Проведение индивидуальной работы по рекомендациям педагога-психолога. Совместное проведение мероприятий родителей (законных представителей) воспитанников.	Педагог-психолог
Инструктор по физической культуре	Совместное проведение занятий и других мероприятий для воспитанников. Совместное проведение мероприятий для родителей	Музыкальный руководитель

	(законных представителей) воспитанников.	
	Совместное проведение занятий и других мероприятий для воспитанников. Совместное проведение для родителей (законных представителей) воспитанников.	Педагог-психолог

### **Информационно-методическое направление**

Информационно-методическое направление включает в себя пять блоков:

- методическая работа с педагогическим коллективом;
- взаимодействие с семьей по воспитанию здорового дошкольника;
- перечень учебно-методического, дидактического, материально-технического оснащения программы;
- материально-техническое обеспечение программы. Спортивное оборудование физкультурного зала;
- ресурсный потенциал.

### **Методическая работа с педагогическим коллективом**

Методическая работа для педагогического коллектива выступает как особый вид образовательной деятельности, представляющей собой совокупность мероприятий, проводимых коллективом дошкольного учреждения, в целях овладения методами, приемами учебно-воспитательной деятельности в вопросах здоровьесбережения, творческого применения их на практике, поиска новых, наиболее рациональных и эффективных форм и методов проведения, обеспечения образовательного процесса.

Данное направление решает следующую задачу программы: создание условий для повышения профессиональной компетентности специалистов дошкольного учреждения (педагогов, инструктора по физической культуре, учителя-логопеда, музыкального руководителя, старшего воспитателя) в вопросах организации работы по сохранению и укреплению физического и психического развития детей с учётом их индивидуальных особенностей. Методическое обучение педагогов организуется с использованием ресурсов различных уровней: уровень ДООУ, муниципальный и федеральный уровень (рисунок 2).

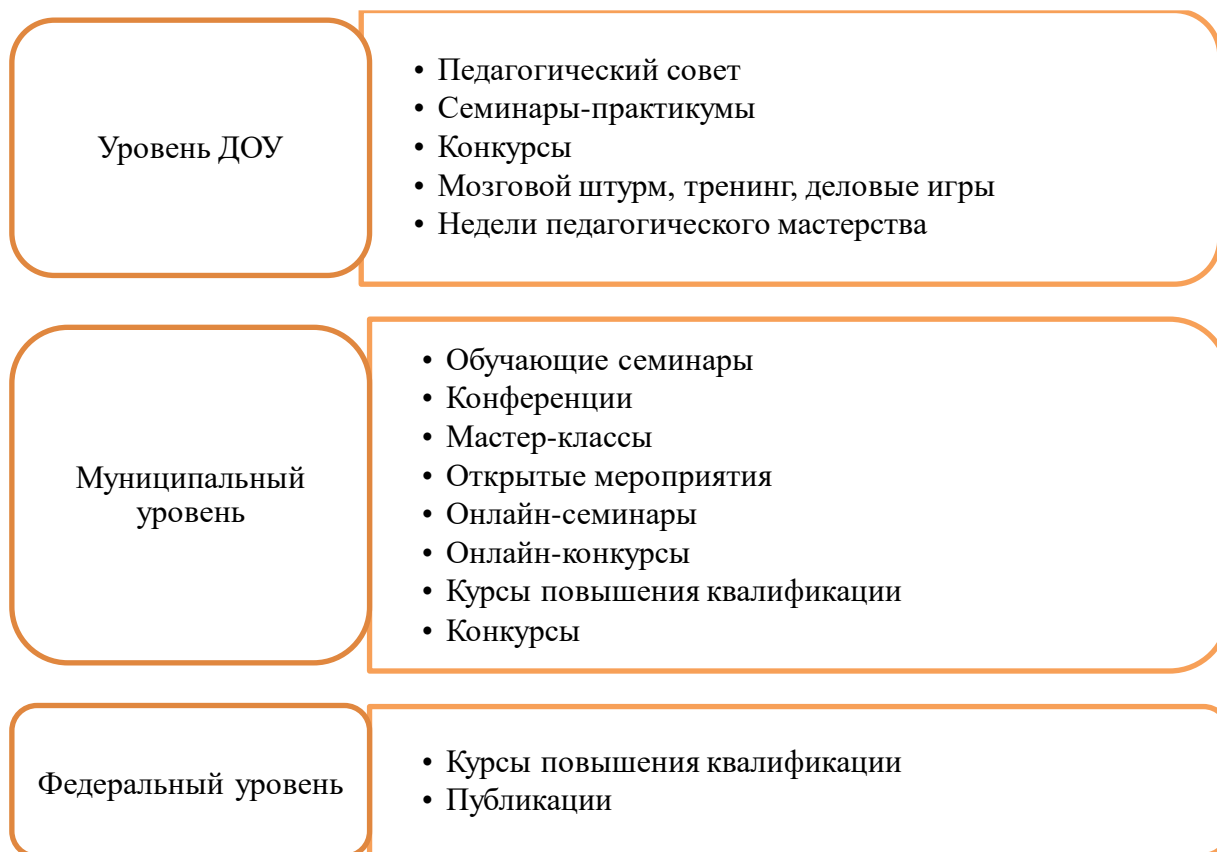


Рис. 2. Методическое обучение педагогов

В плане методической работы дошкольного учреждения предусмотрены мероприятия, направленные на повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения (таблица 7):

Таблица 7

**Повышение компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения**

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий	в течение периода	старший воспитатель
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	в течение периода	старший воспитатель
3.	Конкурсы среди педагогов: «Лучший зимний участок», «Лучший летний участок», «Нестандартное оборудование», «Лучший центр физического развития»	ежегодно	старший воспитатель
4.	Проведение месячников, акций и декад по темам: «Внимание, дети»; «Осторожно – весенний (осенний) лед»; «Дети против огненных забав»; профилактике заболеваний и прочее.	В рамках тематических месячников	старший воспитатель
6.	Организация методических мероприятий по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников с использованием различных	В течение учебного года	старший воспитатель, специалисты,

	форм: педсовет, семинар-практикум, мозговой штурм, неделя педагогического мастерства, консультация.		воспитатели
7.	Инструктаж для педагогов «Обеспечение психологической безопасности в МДОУ».	В течение учебного года	педагог-психолог
8.	Рекомендации по формированию эмоционально-выразительной стороны речи, звуковой культуры речи.	В течение учебного года	учитель-логопед
9.	Оформление картотек по здоровьесберегающим технологиям.	2023 г.	инструктор по физической культуре
10.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке».	2024 г.	инструктор по физической культуре
11.	Консультация «Оздоровительные подвижные игры».	2024г.	инструктор по физической культуре
12.	Памятка «Безопасность детей».	2025 г.	старший воспитатель
13.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании».	2023 г.	медицинская сестра
14.	Педсовет «Обеспечение восхождения дошкольника к культуре здоровья через использование эффективных здоровьесберегающих средств».	2024 г.	старший воспитатель
15.	Педсовет «Роль взрослых в формировании нравственного здоровья дошкольников».	2025 г.	старший воспитатель
16.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды на разных уровнях.	в течение всего периода	старший воспитатель воспитатели

### **3.1.2. Взаимодействие с семьей по воспитанию здорового дошкольника**

Здоровье детей зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. В центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению детей должны находиться семья и детский сад. В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания, обучения и оздоровления детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом». Все это требует переосмысления и изменения содержания и форм взаимодействия с семьей.

Система взаимодействия с семьей включает:

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

- целенаправленную санпросвет работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания и т.д.;
- ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной и лечебно-профилактической работы в ДООУ;
- обучение конкретным приемам и методам оздоровления и привлечение к совместным систематическим усилиям по оздоровлению.

Для создания оптимальных условий полноценного развития и оздоровления ребенка в ДООУ создана система поэтапной реализации спроса и предложений через различные формы организации оздоровительных мероприятий в условиях ДООУ, семьи и социума.

На первом этапе основной целью является выявление потребности родителей в оздоровительных услугах ДООУ, уровня осведомленности родителей в области образования и оздоровления дошкольников, повышение компетентности педагогов, медицинских работников ДООУ, родителей по вопросам здорового образа жизни. Данная цель реализуется через различные формы работы с родителями (анкетирование, различные опросники). Проведение анкетирования является одной из форм работы с родителями, которая помогает лучше узнать особенности и потребности детей, запросы родителей, мнения и пожелания.

На втором этапе ведется активная пропаганда и популяризация здоровьесберегающих программ и технологий, направленная на повышение компетентности педагогов, медицинских работников ДООУ и родителей по вопросам здорового образа жизни. Данная работа реализуется через различные формы: день открытых дверей, круглый стол, семинар-практикум, совместные акции, занятия, досуги, праздники и развлечения, официальный сайт МДООУ сообщество в ВК.

День открытых дверей, являясь достаточно распространенной формой работы, дает возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательной работы, заинтересовать родителей и привлечь их к участию. Открытые просмотры мероприятий дают родителям возможность наблюдать за своими детьми, за их поведением и умением взаимодействовать с педагогами и детским коллективом.

Главное в работе с родителями – формировать активную позицию в воспитании и оздоровлении ребенка. С этой целью в уголках для родителей в каждой группе размещается информация от медицинского и педагогического персонала: рекомендации по профилактике гриппа в период эпидемии, одежде детей в группе и на воздухе, правильной организации выходных и праздничных дней, закаливанию дошкольников в домашних условиях и др.

Третий и заключительный этап. На данном этапе подводятся итоги проделанной работы и выдвигаются перспективы дальнейшего сотрудничества родителей и сотрудников детского сада, обновляется комплексно-оздоровительная программа дошкольного учреждения.

### 3.1.3. Формы взаимодействия с родителями (законными представителями)

Формы взаимодействия с родителями (законными представителями) представлены в таблице 8).

Таблица 8

#### Формы взаимодействия с родителями

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Опрос, анкетирование родителей с целью выявления запросов и уровня удовлетворенности физкультурно-оздоровительной работой в ДОУ.	1 р. в год сентябрь-октябрь	старший воспитатель
2	Консультация для родителей по проблемам организации режима, двигательной активности и закаливания в домашних условиях.	в течение года	воспитатели медицинская сестра инструктор по физической культуре
3	Дни открытых дверей во время «Недели здоровья», «Дня здоровья» с просмотром и проведением разнообразных занятий, закаливающих и лечебных мероприятий	январь	старший воспитатель воспитатели инструктор по физической культуре
4	Оформление наглядного материала в приемных на оздоровительные темы.	в течение года	старший воспитатель воспитатели инструктор по физической культуре
5	Индивидуальное консультирование родителей по результатам диагностики физического развития детей	в течение года	инструктор по физической культуре
6	Совместные спортивные праздники, акции	1 р. в мес.	инструктор по физической культуре
7	«Служба психологической помощи родителям» индивидуальное консультирование родителей	в течение года	старший воспитатель педагог-психолог
8	Участие родителей в реализации летнего оздоровительного проекта	июнь-август	воспитатели
9	Общие родительские собрания «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», «Здоровые дети в здоровой семье»	ноябрь май	старший воспитатель
10	Проведение Дней здоровья	в течение года	старший воспитатель

11	Практические рекомендации для родителей детей с тяжелыми нарушениями речи	в течение года	учитель-логопед
12	Размещение материалов по вопросам здоровьесбережения на сайте учреждения, в сообществе МДОУ в ВК	в течение года	старший воспитатель

### 3.1.4. Учебно-методическое, дидактическое, материально-техническое оснащение

Перечень учебно-методического, дидактического, материально-технического оснащения программы указан в таблице 9.

Таблица 9

#### Учебно-методическое, дидактическое, материально-техническое оснащение

Направления деятельности	Учебно-методическое и дидактическое оснащение	Источник
Реализация образовательной области «Физическое развитие»	Комплексно-тематический план	<p>Аксёнова З.Ф. «Спортивные праздники в детском саду». М., Творческий Центр Сфера, 2004.</p> <p>Волошина Л.Н. «Игры с элементами спорта». М., Гном и Д, 2004.</p> <p>Голицина Н.С. «Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ». М., Скрипторий, 2005.</p> <p>Голицина Н.С. «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников». М., Скрипторий, 2006.</p> <p>Синкевич Е.А. «Физкультура для малышей». С.Петербург, Детство-Пресс, 2003.</p> <p>Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» С.Петербург, Детство-Пресс, 2009.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3х лет. М.: Мозаика-синтез, 2009</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет. М.: Мозаика-синтез, 2016</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. М.: Мозаика-синтез, 2016</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. Занятия с детьми 6-7 лет. М.: Мозаика-синтез</p>

	<p>Дидактические игры, наглядный материал, пособия</p>	<p>«Валеология»(2 части). Дид. игра. Изд-во Весна-Дизайн, 2004.  «Если малыш поранился» Дид. игра. Изд-во Весна-Дизайн, 2004.  «Части тела» Дид. игра. Изд-во Книголюб, 2005.  «Внимание, опасно!» Дид. карточки. Изд-во Школьная пресса, 2007.  «Распорядок дня» Нагл.-дид. Пособие. Изд-во Москва-синтез, 2003.</p>
	<p>Рабочая программа организации ООД «Физическое развитие» на все возрастные группы</p>	<p>Методическое обеспечение программы: конспекты занятий, досугов, развлечений, праздников, картотека ОРУ, подвижных игр.</p>
<p>Обеспечение психологической безопасности</p>	<p>Комплексы пальчиковой гимнастики, психогимнастики</p>	<p>Алябьева Е.А. «Занятия по психогимнастике дошкольниками». – М.: ТЦ Сфера, 2007.</p>
	<p>Аудиозаписи классической музыки (для каждой возрастной группы)</p>	



Профилактическое направление	<p>Антонов Ю.Е. «Социальная технология научно-практической школы Ю.Ф. Змановского Здоровый дошкольник». «Аркти», Москва, 2001.</p> <p>Боровикова В.Б. и др. «Формирование нравственного здоровья дошкольников». Творческий Центр «Сфера», Москва, 2002.</p> <p>Береснева З.И. «Здоровый малыш». Творческий Центр «Сфера», Москва, 2003.</p> <p>Галанов А.С. «Игры, которые лечат». Творческий Центр «Сфера», Москва, 2001.</p> <p>Галанов А.С. «Игры, которые лечат» для детей с 1 года до 3 лет. Творческий Центр «Сфера», Москва, 2006.</p> <p>Галанов А.С. «Игры, которые лечат» для детей с 3 лет до 5 лет. Творческий Центр «Сфера», Москва, 2005.</p> <p>Галанов А.С. «Игры, которые лечат» для детей с 5 лет до 7 лет. Творческий Центр «Сфера», Москва, 2005.</p> <p>Иванов Ю.И. «Играйте на здоровье». «Московская правда», 1991.</p> <p>Картушина М.Ю. «Праздники здоровья». Творческий Центр «Сфера», Москва, 2008.</p> <p>Кочеткова Л.В. «Оздоровление детей в условиях детского сада». Творческий Центр «Сфера», Москва.</p> <p>Крылова Н.И. «Здоровьесберегающее пространство ДОУ». «Учитель», Волгоград, 2009.</p> <p>Кузнецова М.Н. «Ароматерапия в системе оздоровления дошкольников». «Айрис Пресс», Москва, 2004.</p> <p>Кузнецова М.Н. «Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний у детей» «Аркти», Москва, 2003.</p> <p>Мартынов С.М. «Здоровье ребёнка в ваших руках». «Просвещение», Москва, 1991.</p> <p>Мартынов С.М. «Нетрадиционные методы реабилитации часто болеющих детей». «Владос», Москва, 2002.</p>
------------------------------	--

### 3.1.5. Материально-техническое обеспечение программы

Спортивное оборудование физкультурного зала представлено в таблице 10

Таблица 10

#### Спортивное оборудование физкультурного зала

Перечень необходимого оборудования	Наличие
Батут детский	3
Гантели детские	2
Диск плоский (тарелка – летающий)	33
Доска гладкая с зацепами	8
Доска с ребристой поверхностью	4
Дорожка змейка	2
Дорожка мат	-
Дуга большая	7

Дуга малая	7
Канат гладкий	1
Кегли набор	73
Кольцеброс	17
Кольцо плоское	
Кольцо мягкое	
Контейнер для хранения мячей	-
Куб деревянный малый	7
Лента короткая	
Лента длинная	
Лестница веревочная	
Лестница деревянная с зацепом	2
Массажеры разные	3
Мат большой	1
Мат малый	3
Мат складывающийся	-
Мат с разметками	-
Мешочек с грузом малый	20
Мешочек с грузом большой	-
Мишень навесная	2
Мячи большие	5
Мячи средние	15
Мячи малые	15
Мячи для мини-баскетбола	5
Мячи утяжелённые (надувные)	-
Мяч баскетбольный большой	9
Мяч для аэробики	31
Мяч прыгунок	1
Мяч массажёр	6
Мяч для настольного тенниса	10
Обруч малый (деревянный)	-
Обруч большой	
Обруч пластмассовый	5
Палка гимнастическая короткая	50
Ролик гимнастический	-
Скакалка короткая	10
Скакалка длинная	2
Скамейка	13
Гимнастическая стенка	4
Шары мячи фибропластиковые	30
Щит баскетбольный навесной	2
Ракетка бадминтонные	20
Ракетки теннисные	7
Волан для бадминтона	9
Степ платформы	25

### 3.1.6. Ресурсный потенциал

Реализация программы предусматривает активизацию ресурсов организации (Таблица 11).

Таблица 11

#### Ресурсный потенциал

№	Название	Ресурсы
1.	Кадровый	Сотрудники детского сада (педагогический и обслуживающий персонал)
2.	Материально-технический	Территория Учреждения; Зал для физкультурных и музыкальных занятий; Спортивная площадка; Медицинский кабинет; Процедурный кабинет; Изолятор; Теплица.
3.	Природные	Естественные факторы: вода, солнце, воздух, растения.
4.	Культурные	Сведения о культуре и традициях русского народа, спорт, развлечения, игры, фольклор.

### 3.2. Формы организации образовательной деятельности

С учетом особенностей современного общественного развития возникает необходимость уже в дошкольном возрасте сформировать у детей активную позицию, направленную на укрепление и сохранение своего здоровья, которая впоследствии стала бы потребностью, привычкой, элементарным навыком здорового образа жизни.

Гибкий, динамичный режим предусматривает разнообразную деятельность детей в течение всего дня, в соответствии с интересами и потребностями, с учетом времени года, возраста детей и состояния их здоровья, фронтальную и подгрупповую работу с детьми, дополнительные занятия по интересам дошкольников и запросам родителей.

Учебный план ДОУ составлен с учетом состояния здоровья, возрастных психофизических особенностей детей согласно требованиям СанПиН. Форма организации занятий гибка и разнообразна: фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, игровые, тренировочные, сюжетные, комплексные, тематические.

Педагоги используют в своей работе комплексные и интегрированные занятия. Длительность занятий гибко варьируется в зависимости от уровня умственной работоспособности детей. Знания и умения, полученные детьми на занятиях, закрепляются воспитателями в процессе индивидуальной работы, а также в ходе проведения досугов, праздников, развлечений, что в значительной степени повышает качество усвоения детьми знаний.

Задачи профилактики заболеваний, физического, психического, интеллектуального

развития, коррекции интегрируются в работе всего педагогического коллектива. Особое внимание уделяется рациональной организации двигательного режима, т.к. движения способствуют развитию физиологических систем и определяют темп и характер нормального функционирования растущего детского организма.

От двигательной активности во многом зависят состояние здоровья ребенка, развитие физических качеств, умственная работоспособность, а также настроение. Под влиянием двигательной активности у дошкольников улучшается деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Инструктор по физкультуре и музыкальный руководитель включают в занятия дыхательные и музыкально-ритмические упражнения, направленные на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, заболеваний органов дыхания. Инструктор по физической культуре в работе активно применяет оборудование, которое позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки, повышает интерес к разным видам движений. У детей появляется изобретательность к самостоятельной двигательной активности, повышается эмоциональный тонус.

Все формы физкультурно-оздоровительной работы проводятся с ориентацией на индивидуальные особенности детей: утренняя гимнастика включает дыхательные упражнения и элементы «пальчиковой» гимнастики, упражнения на психофизическое расслабление (релаксация), профилактику плоскостопия, нарушений осанки, кроме этого используются разнообразные виды закаливания: обширное умывание, воздушные ванны; в группе организуется режим проветривания, тщательный контроль за оптимальной температурой воздуха, а также щадящий режим после длительного отсутствия детей в детском саду (праздники, отпуск по болезни, карантин).

С целью создания в дошкольном учреждении максимально эффективных условий для организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду предусмотрены следующие традиции:

- Всемирный день здоровья;
- Каникулы;
- Дни здоровья;
- Презентация нестандартного оборудования;
- Физкультурные досуги «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- День семьи;
- Фестиваль здоровьесберегающих технологий;
- Реализация летних оздоровительных проектов.

Ежегодно реализуются проекты по оздоровительному направлению. При планомерной и систематической работе в ЛОП, у дошкольников укрепляется физическое

и психическое здоровье, наблюдается снижение заболеваемости.

### 3.3. Перспективный план образовательной деятельности

Перспективный план образовательной деятельности представлен в таблице 12.

Таблица 12

**Перспективный план образовательной деятельности**

Месяц	2-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Сентябрь	Знакомство с детьми. Формировать умение называть детей по именам	Общение на темы «Моя семья», «Расскажи о себе», «Нарисуй свой портрет»	Образовательная ситуация «Гигиена залог здоровья». Цель: познакомить с понятием «гигиена»	Образовательная ситуация «В здоровом теле – здоровый дух». Цель: дать понять, как можно заботиться о здоровье
Октябрь	Общение: «Расскажи о себе». Помочь осознать свое физическое «Я»	Образовательная ситуация «Как надо ухаживать за собой». Цель: дать понятие о чистоте	Образовательная ситуация «Режим дня». Цель: дать понятие о ЗОЖ	Образовательная ситуация «Мое тело». Цель: дать представление, как устроено тело человека
Ноябрь	Образовательная ситуация «Кто нас лечит». Цель: знакомство с трудом врача.	Беседа «Когда я вырасту». Цель: понятие, что все люди бывают маленькими.	Образовательная ситуация «Кожа помогает человеку». Цель: дать представление о коже и ее функциях.	Образовательная ситуация «Главный орган человека». Цель: дать понятие о работе сердца.
Декабрь	Рассказ воспитателя «Чтобы не болеть...»	Образовательная ситуация «Если хочешь быть здоров». Цель: дать понятие о ЗОЖ.	Образовательная ситуация «Части тела». Цель: дать представление о строении человеческого тела.	Образовательная ситуация «Внутренние органы». Цель: дать понятие о работе внутренних органов.
Январь	Образовательная ситуация «Витамины». Цель: дать понятие о здоровье.	Работа, направленная на сравнение эмоционального состояния.	Образовательная ситуация «Сказка о микробах». Цель: воспитывать честность, опрятность.	Образовательная ситуация «Органы чувств». Цель: дать представление об органах чувств.
Февраль	Рассматривание иллюстраций о занятиях	Рассказ воспитателя «Что такое	Образовательная ситуация «Витамины в	Образовательная ситуация «Береги органы чувств».

	спортом, гимнастикой.	здоровье». Цель: понятие о здоровье.	нашей жизни». Цель: обобщить понятие о ЗОЖ.	Цель: воспитывать заботливое отношение к своему здоровью.
Март	Пальчиковая гимнастика. На руках есть пальцы. Для чего они нужны.	Беседа «Как мы закаливаемся». «Не хочу болеть».	Образовательная ситуация «Питание». Цель: дать понятие о правильном питании.	Образовательная ситуация «Скорая помощь». Цель: познакомить с правилами первой помощи.
Апрель	Образовательная ситуация «Чистота для здоровья». Цель: воспитание опрятности.	Образовательная ситуация «Части тела». Цель: познакомить с функциями частей тела.	Спортивный досуг «День здоровья»	Спортивный досуг «День здоровья»
Май	Игровые ситуации: «Купание куклы. Научим Катю умываться»	Беседа «Правила ухода за своим телом» Цель: познакомить с правилами.	Образовательная ситуация «Скорая помощь». Цель: познакомить с правилами первой помощи.	Образовательная ситуация «Что такое ЗОЖ» Цель: уточнить и обобщить знания о ЗОЖ.

### 3.4. План мероприятий

План мероприятий по реализации программы предусматривает работу по нескольким направлениям: мониторинг, оздоровительные и закаливающие мероприятия, организация питания, формирование основ ЗОЖ (Таблица 13).

Таблица 13

#### План мероприятий

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>1.</b>	<b>Мониторинг</b>		
1.1.	Определение уровня здоровья детей (по группам здоровья).	Ежегодно	Старшие медицинские сёстры
1.2.	Составление карты здоровья детей.	Сентябрь	Старшие медицинские сёстры
1.3.	Оценка индивидуального развития детей по физическому развитию.	Сентябрь Май	Инструктор по физкультуре воспитатели
1.4.	Диагностика речевого развития.	Сентябрь, май, в течение года	Учитель-логопед
1.5.	Оценка уровня психического развития ребёнка.	Сентябрь, май, в течение года	Педагог-психолог
1.6.	Социологический анализ.	сентябрь, май	Воспитатели
<b>2</b>	<b>Методическая работа по организации физического развития детей</b>		
2.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Инструктор по

			физкультуре воспитатели
2.2.	Проведение ООД по физическому развитию различной формы: традиционные, игровые, сюжетные, оздоровительные, тренирующие, итоговые и др.	В соответствии с расписанием организованной образовательной деятельности 3 раза в неделю, одно занятие на свежем воздухе	Инструктор по физкультуре воспитатели
2.3.	Организация прогулок: в зимний период в летний период	2 раза в день в течение дня 4 раза в день ежедневно	Воспитатели
2.4.	Бодрящая гимнастика после сна с дорожкой здоровья	Ежедневно	Воспитатели
2.5.	Подвижные игры разной подвижности (во время физкультурных занятий, в течение всего дня).	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.6.	Физкультминутки.	постоянно в ходе занятий	Воспитатели Учитель-логопед Педагог-психолог
2.7.	Индивидуальная работа (во время занятий, в режиме дня).	Систематически	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.8.	Спортивные игры: включение элементов в физкультурное занятие; закрепление в подвижных играх, в свободной двигательной активности; организация спортивных игр во время самостоятельного двигательного режима в летний период на спортивном участке.	в течение года постоянно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.9.	Организация и проведение Дня здоровья.	7 апреля	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.10.	Организация недели здоровья	Летний оздоровительный период	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.11.	Спортивные досуги	1 раз в месяц	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.12.	Самостоятельная детская двигательная активность детей	В течении дня	Воспитатели

2.13.	Музыкальное сопровождение режимных моментов, фона занятий	В течении дня	Воспитатели
2.14.	Обеспечение светового режима, обеспечение цветового и светового сопровождения среды и образовательного процесса	В течении дня	Воспитатели Специалисты
2.15.	Игры на развитие эмоциональной сферы	В течении дня	Воспитатели Специалисты
2.16.	Пальчиковая гимнастика	В течении дня	Воспитатели Специалисты
2.17.	Артикуляционная гимнастика	В течении дня	Воспитатели Учителя-логопеды
2.18.	Дополнительные занятия «Степ-аэробика»	В соответствии с расписанием	Инструктор по физической культуре
2.19.	Дополнительные занятия «Умняша» (нейропсихологический подход)	В соответствии с расписанием	Специалисты
2.20.	Дополнительные занятия «Музыкальная ритмика»	В соответствии с расписанием	Специалисты
<b>3.</b>	<b>Оздоровительные и закаливающие мероприятия</b>		
3.1.	Комплекс гимнастик после сна	Ежедневно	Воспитатели
3.2.	Элементы самомассажа, точечный массаж	Ежедневно	Воспитатели
3.3.	Босохождение по дорожкам здоровья	Ежедневно	Воспитатели
3.4.	Дыхательные упражнения	Ежедневно	Воспитатели
3.5.	Обширное умывание	Ежедневно	Воспитатели
3.6.	Аэрофитотерапия (чеснок, лук)	в период вспышек заболеваемости	Воспитатели
3.7.	Соблюдение длительности прогулки	Постоянно	Воспитатели
3.8.	Полоскание горла (после тихого часа)	Ежедневно	Воспитатели
3.9.	Специальные игровые, дыхательные, имитационные упражнения для: формирования правильной осанки; свода стопы, красивой походки	Ежедневно	Воспитатели
3.10.	Рассаживание детей с нарушением зрения за первые столы. Регулярное пересаживание детей.	В течение года	Воспитатели Старшие медицинские сестры
3.11.	Соблюдение режима проветривания групп, залов, кабинетов, спальных комнат, где занимаются, отдыхают и спят дети.		
3.12.	Коррекционно-развивающая работа:	в течение года на	Воспитатели



	по формированию звукопроизношению; развитию фонематического слуха; развитию лексико-грамматического строя речи; развитию связной речи; упражнения на дыхание; развитию просодического компонента речи.	фронтальных и индивидуальных занятиях	Учителя-логопеды
3.13.	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия.	Ежедневно	Инструктор по физической культуре Воспитатели
<b>4.</b>	<b>Питание</b>		
4.1.	Обеспечение рационального питания	Постоянно	Заведующий Старшая медсестра
4.2.	Приготовление диетического питания для детей.	Постоянно	Старшая медсестра Работники пищеблока
4.3.	Соблюдение санитарно-гигиенических требований и технологии приготовления пищи.	Постоянно	Старшая медсестра Работники пищеблока
4.4.	Соблюдение санитарно-гигиенических требований и технологии приготовления пищи.	Постоянно	Старшая медсестра Работники пищеблока
4.5.	Оформление содержания стендов: «Приятного аппетита»; «Хлебу – почтение вечное»; «Здоровое и правильное питание».	в течении года	Старшие медицинские сестры
4.6.	Контроль за закладкой продуктов и выхода готовых блюд.	Постоянно	Заведующий Старшая медсестра
<b>5.</b>	<b>Основы ЗОЖ</b>		
5.1.	Знание детей о себе (соответственно возрасту): о здоровом образе жизни; о пользе питания, сна; различных видах закаливающих и оздоровительных процедур в виде бесед, обучающих игр, решения проблемных ситуаций в режиме дня.	согласно перспективного плана	Воспитатели
5.2.	Обучение детей основам безопасного поведения по темам: «Ребёнок и природа»; «Здоровье и эмоциональное благополучие ребёнка»; «Ребёнок дома»; «Ребёнок и другие люди»; «Ребёнок на улице».	согласно перспективного плана	Воспитатели

5.3.	Викторины, КВНы: «О полезных навыках и привычках», «О пользе витаминов, лекарственных растениях», «О занятиях спортом» и т.д.	согласно перспективного плана	Воспитатели
5.4.	Информация о пользе физкультуры, спорта, оздоровительных и закаливающих мероприятий.	согласно перспективного плана	Воспитатели

## 4. Заключение

Программа направлена на организацию деятельности педагогического коллектива, которая должна способствовать сохранению и укреплению здоровья детей, их всестороннему физическому развитию, воспитанию основ культуры здоровья, формированию представлений ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья.

Каждый участник образовательного процесса в ДООУ должен исходить из того, что в воспитательно-образовательной системе основным субъектом является ребенок, а главная ценность - его здоровье. Образование будет выполнять функции и укрепления здоровья подрастающего поколения в том случае, если здоровью будут не только учить, но и когда оно станет образом жизни. Грамотно управляя процессом здоровьесбережения и сохранения здоровьесберегающей среды, мы сможем достичь этой цели.

Педагогический коллектив стремится превратить наш детский сад в дом для детей с определёнными обычаями, традициями, определённым уровнем культуры. Дом, в котором и детям и взрослым уютно и комфортно, в котором ребёнка ждут и любят. Дом, где основной стиль взаимоотношений – сотрудничество и сотворчество. Родители в этом доме являются равноправными членами общей семьи, активно участвуют в его жизни.

Итогом комплексного подхода к укреплению здоровья детей и их физическому развитию, применению здоровьесберегающих технологий будет являться положительная динамика состояния здоровья детей, частичное или полное устранение недостатков речевого развития детей в группах компенсирующей направленности.

К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки. Выпускник нашего ДООУ – это ребёнок здоровый физически, всесторонне развитый, инициативный, с развитым чувством собственного достоинства.

## 5. Список использованной литературы

1. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасной жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: Детство-пресс, 2005.
2. Антонов Ю.Е., Кузнецов М.М. Социальная технология научно- практической школы им. Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник». – М.: Аркти, 2001.
3. Ахметзянов И.М. Охрана здоровья дошкольников: справочное пособие для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2007.
4. Безруких, М. М. Здоровьесберегающая школа [Текст] / М. М. Безруких. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2004
5. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в ДОУ. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
6. Казин, Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: введение в общую и прикладную валеологию [Текст]: учеб. пособие / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М.: ВЛАДОС, 2000.
7. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] / В. И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2004.
8. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. – М.: Сфера, 2006.
9. Логинова В.И. Детство: программа развития и воспитания детей в детском саду. – СПб.: Детство-пресс, 2003.
10. Нищева Н.В. О здоровье дошкольников. – СПб.: Детство-пресс, 2006.
11. Оздоровительная работа в детском саду /под ред. Орла В.И., Агаджановой С.Н.. – СПб.: Детство-пресс, 2006.
12. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049- 13.
13. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей [Текст] / под общ. ред. Н. В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005.
14. Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых ФГТ /под общей ред. Микляевой М.В. – М.: УЦ «Перспектива», 2011.
15. Хабарова Т.В. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении. – Сыктывкар: КРИО и ПК, 2000г
16. Чупаха, И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно- воспитательном процессе [Текст] / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. – М.: Илекса, Народное образование, 2003.