

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №54 «Искорка»
города Набережные Челны Республики Татарстан

Согласовано
Старший воспитатель
 Р.Т.Харисова

Рассмотрено и утверждено
на заседании педагогического совета ДОУ
№ 1 от «27» 08 2021 г

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
№ 54 «Искорка»
 Е.И.Маполеткова
Введено в действие
приказом заведующего
№ 421 от «27» 08 2021 г



Программа

Здоровый ребенок

1. Пояснительная записка

Современная социально - экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно - правовых документов: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально - нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно - образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОУ;
- организация деятельности ДОУ, основанная на эффективных результатах научно - методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОУ.

Наиболее существенными для нашей проблемы являются противоречия между:

- общественной потребностью в сохранении, укреплении и развитии здоровья дошкольников и реальной социально-экономической ситуацией;
- стихийно сложившимся и целенаправленно управляемым положительным опытом коллективов по оздоровлению воспитанников ДОУ;
- между необходимостью повышения уровня здоровья воспитанников и отсутствием медико-педагогических условий;
- между необходимостью осуществления эффективного управления оздоровительным процессом и отсутствием оздоровления.

Разрешение данных противоречий позволяет обосновать проблему:

Полноценное здоровье ребенка невозможно без создания программы оздоровления.

Цель: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью, коллективом были определены следующие задачи:

- Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- Определить медико-педагогические условия, повышающие качество воспитательно-образовательного процесса.
- Разработать концептуальную модель программы.
- Внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу.
- Отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОУ.

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 медицинских работников ДОУ.

• *принцип* концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.

• *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* доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

• *принцип* успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.

• *принцип* активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

• *принцип* целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

• *принцип* индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.

• *принцип* коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

• *принцип* креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.

• *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.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

Предполагаемые результаты программы «Здоровый ребенок»

1. Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
2. Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;
3. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду. Создание современной предметно - развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантии безопасности занятий;
4. Осознание взрослыми и детьми понятия "здоровье" и влияние образа жизни на состояние здоровья;
5. Снижение уровня заболеваемости детей;
6. Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду;
7. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний с правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
8. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы

Система и содержание физкультурно-оздоровительной деятельности.

Содержание Программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в физкультурно-оздоровительном направлении работы детского сада.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)" (ФГОС ДО п.2.6)

"Конкретное содержание ... зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка):

в раннем возрасте (1 год - 3 года) - предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками; экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и пр.), общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, совок, лопатка и пр.), ...двигательная активность;

для детей дошкольного возраста (3 года - 8 лет) - ряд видов деятельности, таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), ...самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация), ...музыкально-ритмические движения, ...двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка." (ФГОС ДО п.2.7)

В соответствии с возрастом воспитанников Программой МДОУ "Детский сад №110" "Здоровый ребенок» решаются следующие задачи:

Группа раннего возраста:

- обеспечивать медико-педагогические условия, способствующие своевременному развитию всех физиологических структур и функций организма ребенка;
- осуществлять целенаправленные мероприятия по охране и укреплению здоровья детей;
- обеспечивать условия для приобщения детей к выполнению гигиенических и закаляющих процедур, формировать культурно-гигиенические навыки;
- создавать атмосферу психологического комфорта и предупреждать утомление;
- обеспечить выполнение физиологически целесообразного единого для всей группы режима дня.

Младшая группа :

- Формировать навыки здорового образа жизни, закреплять потребность в чистоте и аккуратности.
- Формировать навыки культурного поведения; добиваться понимания детьми предъявляемых им требований.
- Знакомить детей с факторами, влияющими на их здоровье.

- Воспитывать потребность в оздоровительной активности.

Средняя группа:

- Закреплять потребность в чистоте и аккуратности, продолжать формировать навыки культурного поведения.
- Продолжать знакомить с факторами, влияющими на здоровье.
- Развивать умение осознать и сформулировать свои ощущения, переживания, потребности, желания.
- Формировать элементарные представления о видах оздоровительной активности.

Старшая группа

- Способствовать накоплению знаний о факторах, влияющих на здоровье человека.
- Формировать позитивное отношение к гигиеническим навыкам, соотносить знания детей о культуре тела и психогигиене с реальными действиями в повседневной жизни.
- Способствовать формированию представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека.
- Стимулировать ребёнка активно включаться в процесс физического развития.

Подготовительная группа

- продолжать формировать культурно-гигиенические навыки: внимательно слушать и действовать по предложенному правилу либо плану;
- развивать у детей способность к анализу и синтезу, самоконтролю, самооценке при выполнении заданий по основам здорового образа жизни;
- формировать модели гигиенического поведения в типичных ситуациях (гигиенические навыки в режиме дня, во время приема пищи, водных процедур дома, в ДОУ, на улице или в общественном месте);
- вырабатывать у детей основы медицинских знаний и начальные навыки активного медицинского поведения в соответствующих жизненных ситуациях;
- совместно с родителями стимулировать развитие у детей самостоятельности и ответственности по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих.

Программа "Здоровый ребенок" предполагает работу по следующим направлениям:

- Работа с детьми.
- Работа с педагогами.
- Работа с родителями и социальными партнерами.
- Укрепление материально-технической базы учреждения.

Основные направления работы Комплексная диагностика

Любая деятельность в ДОУ по оздоровлению воспитанников основывается на результатах диагностики, которая направлена на определение состояния здоровья ребенка и своевременное выявление факторов риска для его здоровья и развития.

1. Исследование состояния здоровья детей специалистами:

- осмотр детей специалистами детской поликлиники: патронаж, диспансеризация;
- регулярное наблюдение детей медицинским персоналом детского сада: выделение "группы риска", выявление других функциональных нарушений, определение группы здоровья детей;
- антропометрия.

2. Отслеживание индивидуального развития детей, успешности их обучения в период пребывания в ДОУ :

- диагностика инструктором по физической культуре общей физической подготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
- диагностика учителем-логопедом речевого развития детей с целью профессиональной коррекции особенностей их развития;

-диагностика педагогом-психологом воспитанников ДОУ с целью выстраивания индивидуальных образовательных маршрутов (программ).

3. Определение соответствия образовательной среды задачам оздоровления:

- Контроль за РППС (оборудование физкультурного зала, наличие спортивных уголков в группах);

- Изучение литературы, составление перспективных планов с использованием оздоравливающих технологий, анкетирование сотрудников детского сада;

Организация образовательного процесса и режим

Режим работы МБДОУ «Детский сад № 54 «Искорка» пятидневная рабочая неделя, длительность пребывания детей — 12 часов, с 07.00 до 19.00.

Организация жизни детей в ДОУ опирается на определенный суточный режим, который представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями. Режим дня является важнейшим условием успешного воспитания и образования детей. Режим дня в ДОУ — это распорядок дня, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов детской деятельности и отдыха. В режиме дня соблюден учет возрастных особенностей воспитанников, постоянство. Правильно составленный режим дня имеет большое гигиеническое и педагогическое значение. Ежедневно повторяясь, он приучает детей к определенному ритму, обеспечивает смену деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, речевой, познавательно-исследовательской, изобразительной, конструирования, трудовой, музыкально-восприятию художественной литературы), тем самым предохраняет детей от переутомления.

Режим пребывания детей в детском саду разработан для каждой возрастной группы с учетом требований СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014).

Работа с детьми осуществляется в совместной с педагогом ООД, в режимных моментах, в самостоятельной деятельности детей и в совместной деятельности с семьей.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей заключается в лично-ориентированном подходе педагогов к детям, в обеспечении смены видов детской деятельности, в использовании динамических пауз, в соблюдении гигиенических требований к организации образовательной деятельности.

Утренний приём (утро)

Основная задача педагогической работы в утренний отрезок времени состоит в том, чтобы включить детей в общий режим жизни детского сада. Утренний приём - наиболее благоприятное время для общения воспитателя с каждым ребёнком. В эти часы успешно ведётся индивидуальная работа с детьми по различным видам деятельности с учётом циклограммы (игры разной направленности и содержания, беседы, труд, индивидуальная работа и пр.): исправлению и воспитанию у детей правильного звукопроизношения; развитию устной речи и выработке правильной интонации; обучению рассказыванию; физическому воспитанию (стимулирование двигательной активности); и др. По содержанию утренний отрезок времени включает: утреннюю гимнастику, игровую деятельность, познавательную деятельность, трудовую деятельность.

ООД

Реализуется через организацию различных видов детской деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно (согласно сетке занятий), в зависимости от контингента детей, уровня освоения общеобразовательной программы дошкольного образования и решения конкретных образовательных задач - это игры-занятия по различным областям знаний.

Прогулка (дневная/вечерняя)

В режиме дня каждой возрастной группы предусматривается проведение двух прогулок: утренней и вечерней. Основная задача воспитателя состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной и интересной деятельности: сюжетно-ролевой игры, подвижной игры, труда, наблюдений. На прогулке воспитатель планирует не только условия для возникновения и развития сюжетно-ролевых игр детей, но и сам играет с детьми. В подвижной игре может принимать участие вся группа. Она планируется с учётом сезона, состояния погоды, воспитателем в плане определяется цель игры. Планируя объём и содержание трудовой деятельности, воспитатель предусматривает обучение детей некоторым практическим навыкам работы в природе. При планировании содержания воспитательной работы на прогулке воспитатель предусматривает равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки, придерживаясь следующей примерной структуры: спокойная, самостоятельная деятельность детей (игры, наблюдения), затем подвижные игры с элементами спорта. Однако необходимо иметь в виду, что вечером не следует проводить игры большой подвижности, возбуждающие нервную систему детей.

Вечер (вторая половина дня)

Основное место в этом отрезке времени занимает разнообразная игровая деятельность детей. По мере овладения детьми элементарными игровыми действиями воспитатель планирует условия и приёмы, способствующие переводу детей от игр, организованных воспитателем, к играм по собственному замыслу, от игр рядом к играм вместе. В младших группах воспитатель планирует своё личное участие в играх детей. В старшем дошкольном возрасте изменяются методы и приёмы руководства игрой. Воспитатель планирует сюжетно-ролевые игры, игры со строительным материалом, игры-драматизации, а так же различные игры с правилами: подвижные, дидактические (новые настольно-печатные с объяснением правил игры). После дневного сна хорошо планировать и трудовую деятельность детей: уборку групповой комнаты; ремонт книг, пособий, настольно-печатных игр и т.д. Так же в данный период времени воспитателем планирует индивидуальная работа по всем видам деятельности.

Во время режимных моментов большое внимание уделяется воздушным, водным и солнечным ваннам, закаливанию, проведению игровых упражнений и гимнастики после сна.

Питание

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

В рацион питания ДОО включены все основные группы продуктов – мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, сахар, кондитерские изделия, хлеб, крупа и др. Рацион питания детей по качественному и количественному составу в зависимости от возраста детей и формируется отдельно для групп детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет и от 3 до 7 лет.

Порядок организации питания воспитанников регламентирован СанПин 2.4.1.3049-13.

Условия организации питания:

- наличие перспективного меню на 10 дней;
- наличие картотеки блюд;
- организация контроля за питанием (состояние, анализ качества, выполнение натуральных норм, безопасность питания).

Функционал кадров, ответственных за питание:

- контроль правильности хранения и соблюдения сроков реализации продуктов;
- контроль санитарного состояния пищеблока;
- контроль правильной кулинарной обработки продуктов;
- контроль закладки продуктов в котлы, выхода блюд;
- контроль вкусовых качеств блюд

Основные принципы организации рационального питания в детском саду:

- адекватная энергетическая ценность рациона, соответствующая энерготратам детей;

- сбалансированность рациона по всем пищевым факторам;
- максимальное разнообразие рациона;
- правильная технологичная и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые качества и сохранность пищевой ценности;
- учет индивидуальных особенностей детей (в т.ч. непереносимость ими отдельных продуктов и блюд);

- обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставкам продуктов питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

- эстетико-психологический принцип (сервировка стола в соответствии с возрастом ребенка, использование технологии семейного стола – за каждым столом образуется маленькое сообщество сотрапезников, традиции вежливости)

Выдача пищи на группы осуществляется строго по графику утвержденному заведующим учреждения на основании СанПиНов по каждой возрастной группе.

Работа по организации питания детей в группах осуществляется под руководством воспитателя и заключается:

- в создании безопасных условий при подготовке и во время приема пищи;
- в формировании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми.

Коррекционная работа

Реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательных путей;

Индивидуальная коррекционная работа с детьми, имеющими отклонения в здоровье.

Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;

Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой.

Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;

Коррекция психических процессов, задержки психического развития;

Коррекция психоэмоциональной сферы;

Коррекция зрительного восприятия.

Адаптация детей в ДОУ

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад, ведь вся их жизнь меняется кардинальным образом. В привычную, сложившуюся жизнь ребенка приходят следующие изменения:

- четкий режим дня;
- отсутствие родных рядом;
- постоянный контакт со сверстниками;
- необходимость слушаться и подчиняться незнакомому до этого человеку;
- резкое уменьшение персонального внимания.

В период адаптации к условиям детского сада, ребенок на протяжении первой недели посещает группу в течение 2 часов ежедневно. Увеличение времени пребывания

ребенка в детском саду происходит на основе наблюдений за состоянием ребенка и характером его привыкания. Допускается пребывание ребенка в детском саду в адаптационный период совместно с родителями.

При поступлении в детский сад у детей очень часто наблюдается снижение аппетита. Напряженное эмоциональное состояние, новые блюда, неумение есть самостоятельно могут спровоцировать отказ ребенка от еды и в детском саду, и дома. Учитывая это, родителям совместно с педагогами необходимо помочь ребенку адаптироваться к новому режиму питания.

Мероприятия в период адаптации детей

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

Организация двигательного режима

Понятие «двигательный режим» включает в себя продолжительность, повторяемость и распределение всех видов физической деятельности детей в течение дня и подразумевает все виды организованной и самостоятельной деятельности, в которых четко выступают локомоторные (связанные с перемещением в пространстве) действия детей.

Основные требования:

- Общая продолжительность двигательной активности занимает не менее 50% периода бодрствования, при этом 90% - средней и малой интенсивности, 10-15% - большой. Выполнение этих требований обеспечит предупреждение утомления ребенка на протяжении всего дня, создаст условия для правильного физического развития.

- Согласно нормативно-правовым документам, регламентирующим санитарно-эпидемиологические правила и нормам для дошкольных образовательных учреждений, максимальная продолжительность

непрерывного бодрствования детей 5-7 лет составляет 6-8 часов в неделю.

- За время пребывания ребенка в ДОО использование разных форм физического воспитания должно обеспечивать двигательную активность в пределах от 9000 до 15 000 движений, что соответствует физиологическим потребностям организма детей.

- Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала, групповых помещений и спортивных площадок в соответствии с возрастом

- Содержанием двигательного режима является двигательная деятельность, разнообразная по составу движений, физическим упражнениям, периоды активности чередуются со «спокойными» видами деятельности;

- Каждому ребенку необходимо дать возможность двигаться самостоятельно.

- Самые высокие двигательно-физические нагрузки приходятся на время первой прогулки (с 10 до 12 часов). Однако в те дни, когда проводятся физкультурные занятия, для прогулки подбираются подвижные игры средней интенсивности.

- Следует осторожно подходить к физическим нагрузкам после дневного сна. Лучше всего предоставить детям возможность двигаться самостоятельно, создав для этого условия.

- Обязательна умеренная и целесообразная двигательная деятельность до завтрака и перед непосредственно-образовательной деятельностью, требующее от детей умственной нагрузки.

Федеральными государственными образовательными стандартами определены целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования: у ребенка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Задача педагогов ДОО - создание всех необходимых условий для того, чтобы дошкольники росли физически здоровыми и крепкими.

Организация детской двигательной деятельности требует от педагога особого внимания, так как не все дети одинаково активны, подвижны и самостоятельны.

Ежедневно в детском саду необходимо организовывать разные формы деятельности, направленные на повышение двигательной активности детей дошкольного возраста.

«1 половина дня»

Это самый короткий по времени этап, но самый насыщенный воспитательно-оздоровительными мероприятиями. Планировать лучше игры малой или средней подвижности «Найди, что спрятано», «Пронеси мяч» и т.д. В этот период обязательно проводятся индивидуальная работа, игры, упражнения оздоровительного характера.

Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика - является важнейшим компонентом двигательного режима, ее организация направлена должна быть на решение оздоровительных задач, поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Используются разные формы проведения гимнастики: традиционная (ОРУ с предметами и без предметов), игровая, сюжетная, оздоровительный бег, с использованием полосы препятствий, ритмическая гимнастика. Утренняя гимнастика включается в режим с 1 младшей группы и проводится ежедневно, до завтрака. В весенне-летнее время гимнастикой полезнее заниматься на открытом воздухе, на площадке.

В начале года детей 1 мл. группы перед выполнением упражнений не строят: они ходят и бегают в рассыпную, стайкой. В дальнейшем детей начинают строить в шеренгу. В младших группах общеразвивающие упражнения носят имитационный характер и проводятся в игровой форме. В средней группе

имитация используется только при выполнении некоторых упражнений, а в старшей группе - для выполнения отдельных элементов упражнения.

Необходимо так же позаботиться о музыкальном сопровождении. Развитию ритmicности и координированности детей способствуют удары в бубен, барабан и др.

Занятия по физической культуре

Назначение занятий по физкультуре состоит в том, чтобы:

- обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма;
- формировать двигательные умения и навыки, физические качества;
- создать условия для разностороннего развития детей.

Формы проведения занятий по физической культуре разнообразны. В работе ДОУ используются следующие формы проведения занятий (учебно-тренирующего характера, сюжетные, игровые, тематические, интегрированные, ритмическая гимнастика, занятия с использованием тренажеров и тренировочных устройств, контрольно-учетные, занятия на воздухе). Правильное чередование нагрузки и активного отдыха на занятии обеспечивает сохранение оптимальной возбудимости внимания и эмоций ребенка, предупреждает естественно развивающееся утомление.

Интерес к занятиям в любой возрастной группе обеспечивается новизной упражнений и игр и постепенным усложнением задач, которые вызывают работу мысли, активизацию действий, положительные эмоции, желание достичь результата

Для того чтобы занятия физкультурой приносили еще большую пользу для здоровья, ежедневно используются упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия, проводится работа по укреплению дыхательной системы.

В ДОУ есть дети, страдающие общим нарушением речи.

Известно, чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. Ритм речи, особенно ритм стихов, поговорок, способствует развитию координации, общей и тонкой произвольной моторики.

Инструктор по ФК на занятиях по физкультуре активно использует логоритмику, что позволяет скоординировать познавательную, речевую и двигательную активность детей, направить на решение задач, указанных в пункте 1.6 ФГОС: «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия».

Основная суть логоритмики с музыкальным сопровождением заключается в триединстве воздействия движения, музыки и слова на общее развитие ребенка.

Физкультминутки

Физкультминутка (кратковременные физические упражнения) проводятся в средней, старшей и подготовительной группах, в процессе образовательной деятельности.

Значение физкультминутки заключается в смене характера деятельности и позы ребенка путем двигательной активности, снимающей утомление, восстанавливающей эмоционально-положительное состояние психики.

Она может быть проведена сидя или стоя у стола, за которым дети занимаются. Она состоит из 2-3 упражнений на разгибание туловища, движение рук, активизирующих работу мышц и расширяющих грудную клетку, шага на месте. Все это выполняется в течение 1-3 минут. Обязательным условием при проведении физкультминутки является свежий воздух (открытые фрамуги, окна). Она должна быть радостной, увлекательной.

Двигательная разминка проводится в перерывах между образовательной деятельностью в средней, старшей, подготовительной группе. Состоит из 3-4 игровых упражнений: «Кольцеброс», «Бой петухов» или подвижной игры.

Игровые упражнения должны быть хорошо знакомы детям, просты по содержанию, с небольшим количеством правил. По длительности не более 10 минут.

Прогулка

Проводятся прогулки 2 раза в день: утром и вечером. Благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми и организация их самостоятельной деятельности.

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке являются формой оптимального двигательного режима. На прогулке длительность игр и упражнений: 10-12 минут низкой интенсивности в конце прогулки, если в этот день планируется непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию, 30-40 минут в остальные дни. После утренней прогулки можно проводить дозированную ходьбу 3 раза в неделю в конце прогулки в обычной сезонной одежде. Задается определенный маршрут: 2

мл.гр.-600м., средняя-800м., старшая –1000м., подготовительная –1.200м.Рекомендуется проводить 1-2 игры, 1-2 физических упражнения, которые были изучены на физкультурном занятии. Не следует забывать об играх –эстафетах, хороводных играх.

Необходимо планировать к прогулке подвижные и спортивные игры: зимой-хоккей; весной, летом, осенью - футбол, баскетбол, бадминтон, городки и спортивные упражнения: зимой - катание на санках, скольжение по ледовым дорожкам, ходьба на лыжах; весной, летом, осенью - катание на велосипедах, самокатах. Эта форма работы открывает широкие возможности для физического совершенствования детей, укрепления их здоровья и закаливания.

Важно, чтобы в распоряжении детей был игровой материал, физкультурные пособия и инвентарь, стимулирующий двигательную активность.

« 2 половина дня»

Гимнастика после сна–это комплекс гимнастических упражнений (как традиционных и нетрадиционных), закаливающих и лечебно профилактических мероприятий проводимых с целью подготовки детей к активной деятельности, оздоровления и физического развития.

Закаливающие процедуры сочетаются с другими оздоровительными процедурами: дыхательной и звуковой гимнастикой, профилактикой и коррекцией нарушений осанки, плоскостопия, пальчиковой гимнастикой, самомассажем и другими упражнениями.

Проведение оздоровительной гимнастики после дневного сна имеет примерно следующую схему:

1. Общеразвивающие и оздоровительные упражнения в постели (лежа и сидя), или стоя у кровати, или сидя на стульчиках;
2. Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки;
3. Закаливающие процедуры.

Главное предназначение гимнастики после дневного сна –повысить жизнедеятельность всего организма: мышечной, сердечнососудистой, дыхательной систем, активизировать деятельность нервной системы, создать условия для хорошей умственной работоспособности, для перехода к деятельному состоянию всего организма.

В основе подбора комплекса упражнений гимнастики после сна лежит имеющийся у детей двигательный опыт и характер предыдущей физкультурной деятельности. Например, если в этот день поводилось физкультурное занятие тренирующего характера, то гимнастика после сна проводится с небольшой нагрузкой.

В соответствии с требованиями возрастной адекватности гимнастика должна проводиться в виде игр и игровых упражнений во всех возрастных группах. Это может быть сюжетного или образного типа гимнастика, или гимнастика с элементами логоритмики.

Самостоятельная двигательная активность

Не менее важное значение имеет самостоятельная двигательная деятельность в течение дня. Занимаясь самостоятельно, ребенок сосредотачивает внимание на действиях, ведущих к достижению увлекающей его цели. Добиваясь успешного ее осуществления, он изменяет способы действий, сопоставляя их и выбирая наиболее целесообразные.

К режиму двигательной активности предъявляются следующие требования:

- рациональное сочетание разных видов занятий;
- введение дополнительных мероприятий;
- смена видов деятельности в процессе организованных форм обучения (физкультминутки в середине занятия, динамические паузы между занятиями);
- сочетание движений разной интенсивности;
- учет индивидуальных особенностей двигательной активности в самостоятельной деятельности;
- организация активного отдыха (Дни здоровья, физкультурные праздники, развлечения).

Овладение основными видами движений проходит:

1. В I младшей группе – во время ООД по развитию движений, в группах детей дошкольного возраста – ООД по физическому развитию. НОД может иметь сюжетно-игровой, тематический, игровой, тренирующий характер. В подготовительной к школе группе появляется ООД по развитию элементов двигательной креативности (творчества), творческих способностей.

2. В режимных моментах (утренняя гимнастика, игры и игровые упражнения, решение проблемных ситуаций, индивидуальная работа по развитию движений, гимнастика после дневного сна, подражательные движения. Со средней группы вводится оздоровительный бег.

3. В самостоятельной деятельности детей (игры, игровые упражнения, подражательные движения).

4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, со старшей группы – участие в физкультурных праздниках).

Овладение общеразвивающими упражнениями:

1. В 1 младшей группе – во время ООД по развитию движений. В дошкольном возрасте – ООД по физическому развитию с детьми практикуют проведение сюжетных, подражательных, игровых комплексов, комплексов ОРУ с предметами. Со средней группы в образовательную деятельность вводится танцевальная разминка, со старшей – силовая гимнастика. В течение любой ООД организуются динамические паузы, в содержание которых включается выполнение детьми общеразвивающих упражнений.

2. В режимных моментах (игра и игровые упражнения, подражательные движения, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, индивидуальная работа по физическому развитию).

3. В самостоятельной деятельности детей (игры, игровые упражнения, подражательные движения).

4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместная с родителями образовательная деятельность).

Овладение подвижными играми проходит:

1. В совместной с педагогом деятельности игра может являться структурной единицей НОД.

И, в свою очередь, ООД по физическому развитию может быть полностью построена на играх.

2. В режимных моментах (игровые упражнения, игры малой и большой подвижности, индивидуальная работа по развитию игровой деятельности).

3. В самостоятельной деятельности детей (игровые упражнения и игры, подражательные движения).

4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместные игры, мастер-классы, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения. Со II младшей группы – Дни Здоровья, развлечения, а со старшей группы – физкультурные праздники.

Овладение элементами спортивных упражнений:

Этот вид работ появляется во 2 младшей группе

1. Во время ООД по физическому развитию (на свежем воздухе). В старшем дошкольном возрасте детей обучают элементам спорт, упражнений в подвижных играх, эстафетах.

2. Во время режимных моментов детям предлагаются игровые подводящие упражнения, подражательные движения, подвижные игры. Педагогом осуществляется и индивидуальная работа по освоению элементов спортивных упражнений.

3. В самостоятельной деятельности детей элементы спортивных упражнений включаются в подвижные игры, соревнования, игровые упражнения.

4. В совместной деятельности с семьей используются беседы, консультирование, мастер-классы, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные

развлечения. Со II младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – физкультурные праздники.

Овладение спортивными играми осуществляется:

1. Во время ООД по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста.

Организация двигательного режима в ДОУ

<i>№ п/п</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Группа раннего возраста</i>	<i>Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительн ая к школе группа</i>
1	Физкультурн ые занятия	3 раза в неделю	10 мин. x 3 = 20 мин.	15 мин. x 3 = 30 мин.	20 мин. x 3 = 40 мин.	25 мин x 3 = 50 мин.	30 мин. x 3 = 60 мин.
3	Музыкально- ритмические занятия	2 раза в неделю	15 мин. x 2 = 30 мин.	20 мин. x 2 = 40 мин.	25 мин. x 2 = 50 мин.	30 мин. x 2 = 60 мин.	35 мин. x 2 = 70 мин.
4	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	5 мин. x 5 = 25 мин.	6 мин. x 5 = 30 мин.	8 мин. x 5 = 40 мин.	10 мин. x 5 = 50	12 мин. x 5 = 60 мин.
5	Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна	5 мин. x 5 = 25 мин.	6 мин. x 5 = 30 мин.	8 мин. x 5 = 40 мин.	10 мин. x 5 = 50 мин.	12 мин. x 5 = 60 мин.
6	Дыхательная гимнастика	Ежедневно 2 раза	5 мин. x 2 x 5 = 50 ми.	5 мин. x 2 x 5 = 50 мин.	7 мин. x 2 x 5 = 70 мин.	10 мин. x 2 x 5 = 100 мин.	10 мин. x 2 x 5 = 100 мин.
	Артикуляцио нная гимнастика	Ежедневно 2- 3 раза	3-5 мин x 5	3-5 мин			
	Пальчиковая	Ежедневно 3-	2-3 мин				

**Современные оздоравливающие и здоровьесберегающие технологии,
используемые в своей работе педагогами
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 54 «Искорка»**

Закаливание - это систематическое использование естественных факторов природы для повышения устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. Оздоровительные и закаливающие мероприятия проводятся на основе комплексной оценки здоровья ребенка.

Принципы оздоровительной работы:

- системность;
- постоянство;
- опора на индивидуальные возможности и способности ребенка

Закаливание предполагает систему мероприятий, укрепляющих детский организм, повышающий его сопротивляемость к простудным и вирусным заболеваниям.

При организации закаливания учитываются индивидуальные особенности ребенка.

Правильно организованная система закаливания:

- поддерживает температурный баланс тела;
- нормализует поведенческие реакции ребенка;
- снижает инфекционно-воспалительные заболевания;
- улучшает показатели физического развития;
- повышает уровень физической подготовленности.

При закаливании следует соблюдать ряд правил:

- систематическое использование закаливающих процедур во все времена года и без перерывов;
- постоянное увеличение дозы раздражающего действия;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей организма ребенка;
- все закаливающие процедуры должны проводиться на фоне положительных эмоций.

После перенесенного заболевания закаливание можно возобновить через 7-30 дней (в зависимости от тяжести заболевания) по дозировкам первого, начального режима.

В качестве общеукрепляющих мероприятий применяются такие системы закаливания, как воздушные и солнечные ванны, водные процедуры (обтирание, обливание, купание), летом - хождение босиком (в теплые солнечные дни при температуре воздуха +20-+22 по песку, асфальту, траве).

Закаливание следует начинать с воздействия на подошвенную область ног с постепенным переходом на кожные покровы конечностей и туловища. При этом важно помнить следующие правила: нельзя обливать холодные ноги холодной водой (ноги предварительно нужно согреть): у здоровых детей заканчивать процедуру следует холодной водой, а у ослабленных - горячей. Процедуры проводятся регулярно, продолжительность не должна превышать 20 мин.

Оздоровительные и закаливающие мероприятия в ДОУ:

- гигиенические, водные и закаливающие процедуры (обширное умывание);
- световоздушные ванны;
- рациональное питание;
- сон с доступом свежего воздуха;
- солнечные ванны (в летний период);
- игры с водой (в летний период);
- рациональная одежда детей в соответствии со временем года и погодой;
- обеспечение светового и цветового сопровождение среды и учебного процесса.
- Хождение по «дорожкам здоровья»
- Хождение босиком
- Полоскание горла и рта;
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе

Особое внимание в работе ДОУ необходимо уделять проведению процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

Профилактика

Специфическая профилактика заболеваний

На сегодняшний день единственным надежным методом профилактики является вакцинация, которая не столько спасает от самого заболевания, сколько от его осложнений. Целью вакцинации является не полное устранение вирусов, а снижение заболеваемости и смертности, особенно в группах повышенного риска (дети младшего дошкольного возраста и дети с хроническими заболеваниями).

Неспецифическая профилактика заболеваний

- добавление в пищу фитонцидов (лук, чеснок – осень, зима, весна);
- витаминотерапия («Ревит», - курсами);
- «С» – витаминизация пищи (третьего блюда - постоянно).
- Постоянный контроль осанки;
- Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой;
- Подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- Фито- и ароматерапия
- Кварцевание;
- Сбалансированное питание;

В комплексе процедур, оберегающих нервную систему детей от перегрузок, особую роль играет правильно организованный дневной сон. В связи с этим воспитатели учитывают следующие моменты:

- обеспечивают в момент подготовки ко сну спокойную обстановку, исключают шумные игры за 30 минут до сна;
- первыми за обеденный стол сажают детей с ослабленным здоровьем. Чтобы затем их первыми уложить в постель;
- проветривают спальное помещение перед сном со снижением температуры воздуха на 3-5 градусов;
- для быстрого засыпания детей используют элементы рефлексотерапии и аутогенной тренировки.

Консультативно-информационная работа с родителями

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

Формирование навыков безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни

Обучение детей основам культуры здоровья идет параллельно с физическим развитием. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни осуществляется как во время ООД (во всех возрастных группах: сюжетно – дидактические и дидактические игры, интеграция различных видов деятельности), так и в самостоятельной деятельности детей (сюжетно – ролевые, дидактические, подвижные игры, чтение художественной литературы, в старшем возрасте - проектная деятельность). В режимных моментах с детьми 2 - 4 лет используется объяснение, показ, личный пример, чтение небольших произведений. По мере взросления детей, повышается роль

художественной литературы; в работе с детьми применяются различные виды игр, просмотр мультфильмов и их обсуждение, обсуждение проблемных ситуаций. В старшем дошкольном возрасте – проектная деятельность.

В дошкольном возрасте уже необходимо выделять правила поведения, которые дети должны неукоснительно выполнять. Их следует подробно разъяснять воспитанникам и следить за выполнением.

Безопасность жизнедеятельности – не просто сумма знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Детский сад решает в этом направлении следующие задачи:

- Знакомить детей с различными чрезвычайными ситуациями;
- Давать знания по защите своего организма;
- Развивать психологическую устойчивость в стрессовых ситуациях;
- Развивать защитные рефлекс, навыки само- и взаимопомощи;
- Формировать осознанное отношение к своей безопасности.

Валеологический материал органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности. С детьми разучиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, работы дыхательной системы, формируются навыки самомассажа.

Организованные виды деятельности с детьми направлены в младшем дошкольном возрасте:

- на развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;
- на развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;
- на развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- на развитие представлений о групповом помещении ДОО, принадлежности к нему; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим людям;
- на развитие положительного отношения к себе и к своему имени;
- на развитие представлений детей о принадлежности к женскому или мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек.

в среднем дошкольном возрасте:

- на развитие представлений о своем теле:
 - а) знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - б) органы чувств;
 - в) дыхательная и пищеварительная системы;
- на развитие представлений о себе и своей семье.

в старшем дошкольном возрасте:

- на приобщение к нормам здорового образа жизни;
- обогащение представлений о здоровье, об организме, его потребностях, о способах предупреждения травматизма, закаливании.

во всех возрастных группах:

на занятиях по физической культуре и ритмике беседы и пояснения о пользе и влиянии на организм физических упражнений

Модель работы ДОУ по программе "Здоровый ребенок"

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели, педагог-психолог, медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Во всех группах		педагог-психолог, логопед, медсестра	В течение года
2	ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
	Образовательная деятельность «Физическая культура»	Во всех группах	3 раза в неделю	инструктор по физической культуре	В течение года
	Утренняя гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель, инструктор по физической культуре	В течение года
	Гимнастика после сна	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Гимнастика для глаз	Во всех группах	На физкультминутках	Воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре.	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр, индивидуальной работы	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкально-ритмические занятия	Во всех группах	2 раза в неделю	Музыкальные руководители	В течение года
	Спортивный досуг	Во всех группах	По плану, 1 раз в месяц	Воспитатели, Инструктор по физической культуре	В течение года
3	ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
	Использование приемов	Во всех группах	Ежедневно, несколько раз в	Воспитатели, педагог-	В течение года

	релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы		день	психолог	
4	ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ				
	Самомассаж	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатели	В течение года
	Профилактика гриппа - прививки	Во всех группах с согласия родителей	По плану	Старшая медсестра	Ноябрь-февраль
	Оздоровление фитоцидами (чеснок, лук)	Во всех группах	В карантинный период	Воспитатель	Ноябрь-февраль
5	ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ				
	Воздушные ванны	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки на воздухе	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Хожение босиком	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	Июнь-август
	Хожение босиком по «дорожке здоровья»	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	Июнь-август
	Контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатели	Июнь-август
	Игры с водой	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели	Июнь-август
	Полоскание зева	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
6	ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА				
	Витаминотерапия				
	«Ревит»	Во всех группах	Курсом 1 раз в течении 10 дней	Старшая медсестра	Ноябрь – февраль
	Витаминоизация третьего блюда	Во всех группах	Ежедневно	Старшая медсестра	В течение года
7	КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА				
	Коррекционные занятия	Специализированные группы	Ежедневно	Педагог-психолог, Учитель-логопед	В течение года

План реализации Программы "Здоровый ребенок"

1. Подготовительный этап

Цель: подготовить ресурсы для реализации Программы "Здоровый ребенок".

Задачи этапа:

- дать проблемно-целевой анализ ситуации в ДОУ;
- систематизировать и обобщить внутренний опыт деятельности ДОУ;
- работа по созданию условий (кадровых, материально-технических и т. д.) для успешной реализации мероприятий в соответствии с Программой "Здоровый ребенок";
- Установление сотрудничества с внешними социальными институтами;
- создание интегрированной модели взаимодействия всех специалистов воспитательно-образовательного пространства по решению задач здоровьесбережения;
- разработать документацию ДОУ для успешной реализации мероприятий в соответствии с Программой "Здоровый ребенок".

2. Этап реализации

Цель: практическая реализация Программы "Здоровый ребенок".

Задачи этапа:

- реализовать мероприятия по основным направлениям, определённым Программой "Здоровый ребенок";
- проводить корректировку мероприятий по реализации Программы развития в соответствии с результатами мониторинга.

3. Обобщающий этап

Цель: выявление соответствия полученных результатов основным направлениям Программы "Здоровый ребенок".

Задачи этапа:

- провести анализ результатов реализации Программы развития, оценить её эффективность;
- систематизация опыта работы ДОУ;
- представить аналитические материалы на педсовете ДОУ, общем родительском собрании, разместить на сайт ДОУ;
- определить дальнейшие перспективы для работы ДОУ в области здоровьесбережения.

Мероприятия

ФОРМЫ РАБОТЫ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ		
Разработать перспективный план образовательной деятельности во всех возрастных группах.	2018г 2020	Старший воспитатель
КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА		
Исследование состояния здоровья специалистами городской детской поликлиники и детского сада.	ежегодно	Медперсонал детского сада, члены психолого-педагогического консилиума
Регулярный осмотр детей медицинским персоналом.	По графику	Медперсонал детского сада
Определение группы здоровья.	ежегодно	Инструктор по физической культуре, старшая медсестра
Диагностика речевого развития детей	ежегодно	Учитель-логопед

Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием.	ежегодно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Диагностика общей физподготовленности детей по нормативам	в начале и конце учебного года	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.	При поступлении ребенка в детский сад	Медперсонал, члены психолого-педагогического консилиума, воспитатели, инструктор по физической культуре
Разработка индивидуальных и групповых планов оздоровительной работы	ежегодно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА		
Разработать конспекты физкультурных занятий различных видов, внедрить комплексный подход к проведению оздоровительной работы	2020-2023гг	Воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальные руководители
Организация работы спортивных секций	ежегодно	Старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физической культуре
Внедрение оздоравливающих методик и технологий в режим детского сада	Постоянно	Педагогический коллектив
Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду	Постоянно	Коллектив ДОУ
Проведение закаливающих процедур	Постоянно	Воспитатели
Активизация двигательной активности детей	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение профилактической работы среди детей и педагогов	По плану	Медперсонал ДОУ
Организация сбалансированного питания детей	Постоянно	Старшая медсестра, заведующая ДОУ
КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА		
Проведение специальных коррекционных занятий, упражнений	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение индивидуальной работы с детьми	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение медицинских процедур	Постоянно по плану врача	Медперсонал ДОУ
КОНСУЛЬТАТИВНО-ИНФОРМАЦИОННАЯ РАБОТА		
Работа психолого-педагогического консилиума ДОУ	Постоянно	Председатель ПМПк
Консультации, семинары, практические занятия для педагогов	По годовому плану	Старший воспитатель
Работа консультативной психолого-педагогической службы для родителей	Постоянно	Педагог - психолог
МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ		
Оснащение площадки для спортивных игр	2020 г	Заместитель заведующей по ХР
Создать аудиотеку релаксационной музыки	2020-2021 г	Инструктор по физической культуре
Организация работы медико-психолого-педагогической службы (ПМПк, консультативный центр)	2020-2021 г	Заведующий, старший воспитатель, педагог - психолог, учитель-логопед

Пополнить физкультурные уголки в группах новым оборудованием.	2020-2021 г	Воспитатели
Приобрести и изготовить таблицы, макеты, плакаты по валеологическому воспитанию детей.	2020-2022 г	Старший воспитатель, воспитатели
Создать библиотеку валеологической литературы	2020-2023 г	Старший воспитатель

Взаимодействие с семьями воспитанников

Проводимая в ДОУ физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Принципы совместной работы с семьей по воспитанию здорового ребенка

1. Основным принципом совместной работы с семьей по воспитанию здорового ребенка для педагогического коллектива является принцип здоровьесбережения - основополагающий принцип деятельности ДОУ, который предполагает использование особых здоровьесберегающих педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья детей, построение целостной системы работы по формированию навыков здорового образа жизни с педагогами, специалистами детьми и родителями.

2. Принцип единства целей и задач. Цели и задачи воспитания здорового ребенка должны быть понятны и едины для воспитателей, специалистов, медиков и родителей.

Принцип системности и последовательности работы. В течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду в работе с родителями необходима системная и четкая последовательность (этапность) в ее организации.

Принцип индивидуального подхода. К каждому ребенку и к каждой семье на основе учета интересов и способностей должен осуществляться индивидуальный подход как высшая степень дифференциации.

5. Принцип взаимного доверия и взаимопомощи педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики.

Основные задачи ДОУ в системе работы с родителями

Педагогический коллектив определяет задачи взаимодействия с родителями:

1. Повышение общей педагогической культуры родителей и культуры здоровья.
2. Пропаганда здорового образа жизни.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания по формированию навыков здорового образа жизни
4. Организация совместной работы с родителями с целью решения психолого-педагогических проблем развития каждого ребенка.
5. Вооружение родителей психолого-педагогическими знаниями через тренинги, консультации, семинары, практикумы и другие интерактивные формы работы.
6. Просвещение родителей с целью создания здоровьесберегающей, психологически комфортной среды в семье.
7. Включение родителей в образовательный процесс.

Направления работы по реализации обозначенных задач

Информационно- просветительская

С целью реализации данного направления работы педагогический коллектив дошкольного учреждения регулярно информирует родителей об актуальных проблемах связанных со здоровьем детей. Проводится просветительская работа по вопросам формирования навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста. В холлах и приемных детского сада оформлены информационные стенды, тематические папки, информационные бюллетени

Консультативная

Большую помощь оказывают родителям специалисты и медицинские работники в системе консультативной работы, особенно при наличии у некоторых детей каких-либо проблем с физическим, психическим, интеллектуальным или социальным здоровьем.

Особое внимание в дошкольном учреждении уделяется поддержке каждой семьи в период адаптации ребенка к условиям детского сада. В период оформления в дошкольное учреждение родители с ребенком могут прийти в группу, познакомиться с педагогами, с помещениями детского сада. В адаптационный период педагогом – психологом проводятся совместные игровые занятия с детьми и родителями «С мамой в детский сад», индивидуальные игровые сеансы.

В помощь родителям, специалистами разработаны печатные консультации и памятки по адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

В детском саду работает консультативный пункт для родителей детей, не посещающих дошкольные учреждения, логопункт, кабинет психологической разгрузки. В них можно получить квалифицированную консультацию опытных специалистов.

Организационная

Включению родителей в образовательный процесс способствуют дни открытых дверей, привлечение родителей к проведению отдельных занятий, соревнований, праздников, развлечений, демонстрации личностных достижений воспитанников, опыта семейного воспитания и др.

Диагностическая

Изучение личности родителей – необходимая предпосылка повышения эффективности взаимодействия с родителями. Современные родители более уверены в себе, четче определяют свои запросы в отношении уровня и качества образованности своего ребенка. Поэтому построить систему взаимодействия с современными родителями непросто. Педагогический коллектив дошкольного учреждения начинает эту работу с глубокого изучения семьи, ее запросов, требований, претензий, взглядов на воспитание и развитие ребенка. В ходе изучения потребностей семей им предлагается ряд анкет: по выявлению запросов родителей в отношении уровня образованности ребенка, потребностей родителей в дополнительных образовательных услугах; по выявлению удовлетворенности со стороны родителей условиями воспитания и обучения в ДОО; по выявлению потребностей родителей в повышении объема и уровня педагогических знаний.

Формы работы с родителями.

Педагоги ДОО должны использовать оптимальное сочетание форм сложившейся традиционной системы работы с родителями с нетрадиционными формами взаимодействия с семьей, которые основываются на совместной деятельности и обмене опытом, мыслями, чувствами, переживаниями.

1. Психолого-педагогическое просвещение родителей на основе их дифференцирования в соответствии с образовательными запросами, уровнем психолого-педагогической культуры через информационные стенды, газеты для родителей и сайт ДОО. Информирование родителей о состоянии и перспективах работы отдельных групп и ДОО в целом осуществляется на общих и групповых родительских собраниях и групповых консультациях.

2. На всех мероприятиях проводятся: анкетирование, интервьюирование, тестирование, собеседование, обмен мнениями с целью обеспечения обратной связи, диагностики и мониторинга.

3. Для реализации поставленных задач педагоги используют интерактивные формы работы с родителями:

родительские собрания в нетрадиционных формах: мультимедийные индивидуальные игровые сеансы, семинары-практикумы, совместные тренинги для детей и родителей,

дни здоровья, праздники здоровья

спортивные соревнования, конкурсы

выставки детских работ;
«круглые столы»;
выпуск газеты «Наши ладошки»,
семейные фотовыставки «Мама, папа, я - спортивная семья»; «Наш домашний стадион» ведение «Паспортов здоровья» и др.

Обеспечение реализации основных направлений программы

1. Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

2. Конвенция «О правах ребенка»

3. Трудовой кодекс РФ

4. Семейный кодекс РФ

5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций. СанПиН 2.4.1.3049-13», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 (далее – СанПиН 2.4.1.3049-13).

6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы «Продовольственное сырье и пищевые продукты. Организация детского питания СанПиН 2.3.2.1940-05», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 19.01.2005 № 3 (далее – СанПиН 2.3.2.1940-05).

7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"

8. Программа развития ДОУ

9. Основная образовательная программа дошкольного образования МДОУ детский сад № 110.

10. Годовые планы работы ДОУ

11. Устав ДОУ

12. Документы об охране труда, противопожарной безопасности

13. Должностные инструкции работников ДОУ

14. Локальные акты ДОУ

2. Программно-методическое обеспечение

Образовательная деятельность ДОУ строится на основе основной образовательной программы дошкольного образования МДОУ «Детский сад №110», разработанной на основе ФГОС ДО и с учетом примерной основной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы.

Педагоги ДОУ используют в своей работе методические пособия: Т.А. Шорыгиной С.А. Козловой, М.Д. Маханевой, С.Я. Лайзане, Е.А. Тимофеевой, Е.Н. Вавиловой, Е.С. Фроловой, М.А. Руновой, Т.Ф. Саулиной, Р.Б. Стеркиной, О.А. Скоролуповой, С.Н. Вохринцевой, Е.А. Алябьевой, Г.И. Анисимовой, Г.А. Волковой, М.Ю. Картушиной, А.Е. Вороновой, К.Н. Слюсарь, В.Л. Страковской и других авторов.

В детском саду по физкультурно-оздоровительной работе с детьми в достаточном количестве имеется художественная и методическая литература, наглядные пособия.

3. Кадровое обеспечение

Заведующая ДОУ:

- общее руководство по внедрению план - программы «Здоровый ребёнок»;

- ежемесячный анализ реализации программы;

- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровый ребёнок»;

- проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом);

- контроль за реализацией план - программы «Здоровый ребёнок».

Старшая медицинская сестра:

- обследование детей и выявление патологии; утверждение списков часто и длительно болеющих детей;

- определение оценки показателей физического развития, критериев здоровья;

- составление индивидуального плана;

- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей.

Инструктор по физкультуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;

- коррекция отклонений в физическом развитии;

- дыхательная гимнастика, физкультурные занятия;

- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;

- пропаганда ЗОЖ;

- закаливающие мероприятия;

- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;

- дыхательная гимнастика.

Учитель - логопед:

- устранение речевого дефекта у детей;

- предупреждение возможных трудностей в процессе школьного обучения (подготовка к обучению грамоте, профилактике дисграфии, совершенствование познавательных процессов и обеспечение личностной готовности к обучению в школе).

Заместитель заведующей по ХР:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;

- создание материально – технических условий;

- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно – гигиенических условий при реализации план - программы «Здоровый ребёнок».

Помощник воспитателя:

- соблюдение санитарно – оздоровительного режима;

- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

4. Помещения и оборудование для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы

- Спортивный зал, оборудованный необходимым спортивным оборудованием и инвентарем:

- Медицинский кабинет (переносная кварцевая лампа, стол для оказания первой медицинской помощи, дистиллятор воды, весы, и др.).

- Спортивная площадка (разметка на асфальте для проведения физкультурных занятий на воздухе и обучения детей правилам дорожного движения, яма для прыжков, спортивно-игровое оборудование для метания в цель и лазания, санки, лыжи, самокаты, беговая дорожка, турники, гимнастическая стенка, дуги).

- Прогулочные площадки (игровое и спортивное оборудование)

- Групповые комнаты (магнитофон, медиатека; кварцевые лампы; мягкие модули; уголки ОБЖ; спортивные уголки: нестандартное спортивное оборудование, спортивный инвентарь; различные дидактические игры и игрушки; детская художественная литература, уголки настроения, картотеки

физкультминуток, различных гимнастик игр (подвижных, спортивных и т.д.) , банк конспектов развлечений, игр , занятий).

- Кабинет учителя-логопеда (дидактические пособия, необходимые для занятий с детьми, методическая литература для воспитателей и родителей).

Анализ и оценки эффективности программы

Мониторинг успешности применения физкультурно – оздоровительных технологий осуществляется с помощью следующих методик: обследование физического развития и физической подготовленности детей 4-6 лет (автор О.М. Литвинова), комплексной диагностики культуры здоровья детей младшего и среднего дошкольного возраста, комплексной диагностики культуры здоровья детей старшего дошкольного возраста (по программе «Детство»).

План контроля физкультурно-оздоровительной работы

Объект контроля	Срок	Ответственные	Подтверждение
Создание условий для сохранения здоровья и психофизического развития детей, соблюдение СанПиНов		Заведующий, ст.воспитатель, ст.м/с, врач	Акт готовности учреждения к новому учебному году, акты готовности спортивного зала, акт испытания спортивного оборудования, физкультурные уголки, уголки ОБЖ, оборудование спортивного зала, спортивной площадки
Адаптация вновь поступивших детей	август-октябрь	Врач, ст.м/с воспитатели, педагог-психолог	Листы адаптации, анализ адаптации (сообщение на ПМПк)
Анализ заболеваемости детей в ДОУ	1 раз в квартал 1 раз в месяц	Ст. медицинская сестра Воспитатели	Медицинская документация
Социально-нормативные возраст-октябрь-Воспитатели, учитель-логопед, Диагностическая документация, ные характеристики возможных достижений ребенка	октябрь, май	Воспитатели, учитель-логопед, педагог-психолог, инструктор по физической культуре	Диагностическая документация, индивидуальные образовательные маршруты
Антропометрия	сентябрь, май	Ст. медицинская сестра	Данные антропометрии
Сформированность культурно-гигиенических навыков	в течение года	Ст.воспитатель, ст. медицинская сестра	Материалы контроля
Оздоровительные мероприятия с детьми	в течение года	Ст. медицинская сестра, ст.воспитатель	Материалы контроля

Нагрузка на физкультурном занятии	в течение года	Ст. медицинская сестра, ст.воспитатель	Материалы контроля
Психологический микроклимат в коллективе детей и взрослых	сентябрь-май	Педагог-психолог, воспитатели	Анкеты Рисуночные тесты
Контроль организации питания	Постоянно	Заведующий, ст. медицинская сестра	10-дневное меню, накопительная ведомость
Соблюдение режима двигательной активности, учет индивидуальных особенностей детей	Постоянно	ст.воспитатель, ст. медицинская сестра, инструктор по физической культуре	Сообщения на Педагогических советах, медико-педагогических совещаниях
Эффективность работы с родителями	По плану	ст.воспитатель, воспитатели	Анкеты, участие в физкультурных и оздоровительных мероприятиях

Паспорт здоровья

Ф.И. ребенка _____

Возраст _____

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

Список литературы

1. Авдеева Н.Н., О.Л.Князева. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003. а) ткова
2. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Рабочая тетрадь 1–4. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.
3. Агеева С.И. Обучение с увлечением. Ч.1. М., 1991. 2020 г.
4. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М.: Линка-пресс, 1993. 2020г.
5. Артемова Л.В. Окружающий мир в дидактических играх дошкольников. М., 1992.
6. Белая К.Ю. Как обеспечить безопасность дошкольников. – М., 1998.
7. Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду. М., 1991.
8. Бондаренко А.К. Словесные игры в детском саду. М., 1974.
9. Васильева-Гангус Л.В. Азбука вежливости. М., 1984.
10. Васильева Н.Н., Новоторцева Н.В. Развивающие игры для дошкольников. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль, 1996.
11. Возная В.И., Коновалова И.Т. Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2006.
12. Волкова К.С. Как воспитать здорового ребенка. – Киев, 1981.
13. Глушкова Г.В., Голубева Л.Г. Здоровье и физическое развитие детей старшего дошкольного возраста: Вариативные формы дошкольного образования. - 2002.
14. Давыдова О.И. Работа с родителями в ДОУ. – 2006.
15. Дьяченко О.М., Агаева Е.М. Чего на свете не бывает. М., 1991.
16. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. СПб, 1995.
17. Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века/Под редакцией Ю.Е. Антонова. Пособие для исследователей и практических работников. – М.: АРКТИ, 2003.
18. Интересно. Весело. Полезно. – Смоленск: Изд-во Смол. обл. ИУУ, 1999.
19. Калинина Р.Р. В гостях у Золушки. Псков, 1997.
20. Караманенко Т.Н., Караманенко Ю.Г. Кукольный театр – дошкольникам. М., 1982.
21. Козлова С.А. Мой мир: Приобщение ребенка к социальному миру. Коррекционно-развивающие занятия с дошкольниками. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС”, 2000
22. Козлова С.А. Я – человек. Программа социального развития ребенка. – М.: Школьная Пресса, 2005.
23. Логинова В.И., Бабаева Т.И., Михайлова З.А. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду. – СПб.: Детство-Пресс, 2002.
24. Максаков А.М., Тумакова Г.А. Учите играя. М., 1979.
25. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. – М.: АРКТИ, 2000.
26. Насонкина С.А. Уроки этикета. СПб, 1996.
27. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. М., 1983.
28. Петерина С.В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста. М., 1986.
29. План-программа педагогического процесса в детском саду: Методическое пособие для воспитателей детского сада/Сост. Н.В.Гончарова и др.; под ред. З.А.Михайловой.-2-е изд. – СПб: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2004.

30. Полищук Л.П. Программа "Здоровье" // Управление ДОУ. – 2004. - №1.
31. Смоленцева П.А. Сюжетно-дидактические игры с математическим содержанием. М., 1987.
32. Сорокина А.И. Дидактические игры в детском саду. М., 1982, 1990.
33. Спирина В.П. Закаливание детей. – М.: Просвещение, 1967.
34. Столяр А.А. Давайте поиграем. М., 1991.
35. Фомина Н.А. Формирование основ здорового образа жизни// Управление ДОУ. – 2004. - №1.

а»
гкова

020 г.
020г.

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью 11 листов
Заведующий МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида № 4 «Искорка»
_____ И. И. Малолеткова



