Дошкольное отделение МБОУ СОШ с. Месели « Детский сад с. Месели»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с.Месели
_____ Н.А.Иванов
«29» 08 2020 г.

«Медвежонок»

Физкультурно –оздоровительная программа
На 2020-2024 годы

Принят на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «24» 08 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ:

Общие положения 3
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ
..... 4-10

I РАЗДЕЛ. 10
Цели программы. 10
Задачи программы. 11
Ожидаемые результаты. 11
Объекты программы. 12
Законодательно-нормативное обеспечение программы. 12
II раздел. 12
Реализация основных направлений 12
Профилактические: 12
Формы и методы оздоровления детей. 12
План спортивно-массовых мероприятий с детьми и родителями. 13
Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми 13
Организационные: 16
Техническое обеспечение 16
Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение 16
работа администрации и педагогов 17
Методическая работа с кадрами. 18
Содержание оздоровительного процесса ДО 18
Работа с родителями 19
План оздоровления ЧБД 20
Модель выпускника «Здоровый дошкольник» 22-23
Диагностика в ДО 24
Средние показатели физической подготовленности детей четырех лет. 25
Средние показатели физической подготовленности детей пяти-семи лет
(основные) 26

МЕДВЕЖОНОК
Программа оздоровления детей в условиях ДО

Программа разработана в силу актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДО. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 5 лет. Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и создать новые условия для воспитания здоровой личности.

1.1. Общие положения

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических недугов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам здоровья.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Здоровый образ жизни сегодня – это требование времени. Быть здоровым стало модно и престижно. Газеты пестрят заголовками статей о новых методах лечения самых разных болезней. На каждом канале есть своя передача, посвященная только вопросам здоровья и здорового образа жизни. Казалось бы, детям, молодежи рано думать о здоровье. Между тем, во-первых, врачи с тревогой отмечают, как молодеют с каждым годом болезни. А во-вторых, юность, увы, дается нам не навсегда. Несерьезное отношение к своему здоровью у сегодняшнего школьника может в будущем помешать ему занять то место в жизни, о котором он мечтает. Современный человек, строя свой день, свою жизнь, свое здоровье, обязан идти в ногу со временем. Ему необходимо знать о новых разработках медиков и ученых, которые помогут ему сохранить здоровье.

Поэтому в ДО необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его

организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Анализ и состояние здоровья детей по ДО МБОУ СОШ с. Месели «Детский сад с. Месели»

Итоги медицинского осмотра воспитанников на 2020г-2024годы

	Всего				
1. Количество воспитанников всего:	2020	2021	2022	2023	2024
2. Количество детей, имеющих отклонения: зрение слух хронические заболевания: нервной системы психические заболевания болезни крови болезни эндокринной системы болезни органов дыхания: болезни органов пищеварения: болезни костной и мышечной системы: наруш. осанки плоскостопие болезни кожи болезни мочевыделительной системы: инвалидов					
3. Число воспитанников по группам здоровья: I группа II группа III группа IV группа V группа					
4. Индекс здоровья детей.					
5. Число часто болеющих.					

Анализ заболеваемости воспитанников ДО МБОУ СОШ с. Месели за 2020г.

№	Наименование заболеваний	Средняя подгруппа		Подг-ая подгруппа	
		абс.число	%	абс.число	%
1.	**Кишечные инфекции**: всего дизентерия сальмонеллез прочие				
2.	**Детские капельные**: всего дифтерия коклюш скарлатина ветряная оспа краснуха				
5.	**Паразитарные:** всего энтеробиоз аскоридоз прочие чесотка микроспория				
6.	**Болезни органов зрения и слуха:** всего о. конъюктивит о. отит				
7.	**Болезни органов дыхания:** всего ОРЗ + бронхит грипп пневмония ангина прочие				
8.	**Болезни органов пищеварения:** всего стоматит о. аппендицит прочие				
9.	**Болезни кожи**: всего стрептодермия фурункулез прочие(аллерг.,лишай)				
11.	**Травмы, отравления**				
12.	**Всего заболеваний**				
13.	**Количество детей**				

Анализ заболеваемости воспитанников ДО МБОУ СОШ с. Месели за 2021г.

№	Наименование заболеваний	Средняя подгруппа		Подг-ая подгруппа	
		абс.число	%	абс.число	%
1.	**Кишечные инфекции**: всего дизентерия сальмонеллез прочие				
2.	**Детские капельные**: всего дифтерия коклюш скарлатина ветряная оспа краснуха				
5.	**Паразитарные:** всего энтеробиоз аскоридоз прочие чесотка микроспория				
6.	**Болезни органов зрения и слуха:** всего о. конъюктивит о. отит				
7.	**Болезни органов дыхания:** всего ОРЗ + бронхит грипп пневмония ангина прочие				
8.	**Болезни органов пищеварения:** всего стоматит о. аппендицит прочие				
9.	**Болезни кожи**: всего стрептодермия фурункулез прочие(аллерг.,лишай)				
11.	**Травмы, отравления**				
12.	**Всего заболеваний**				
13.	**Количество детей**				

Анализ заболеваемости воспитанников ДО МБОУ СОШ с. Месели за 2022г.

№	Наименование заболеваний	Средняя подгруппа		Подг-ая подгруппа	
		абс.число	%	абс.число	%
1.	**Кишечные инфекции**: всего дизентерия сальмонеллез прочие				
2.	**Детские капельные**: всего дифтерия коклюш скарлатина ветряная оспа краснуха				
5.	**Паразитарные:** всего энтеробиоз аскоридоз прочие чесотка микроспория				
6.	**Болезни органов зрения и слуха:** всего о. конъюктивит о. отит				
7.	**Болезни органов дыхания:** всего ОРЗ + бронхит грипп пневмония ангина прочие				
8.	**Болезни органов пищеварения:** всего стоматит о. аппендицит прочие				
9.	**Болезни кожи**: всего стрептодермия фурункулез прочие(аллерг.,лишай)				
11.	**Травмы, отравления**				
12.	**Всего заболеваний**				
13.	**Количество детей**				

Анализ заболеваемости воспитанников ДО МБОУ СОШ с. Месели за 2023г.

№	Наименование заболеваний	Средняя подгруппа		Подг-ая подгруппа	
		абс.число	%	абс.число	%
1.	**Кишечные инфекции**: всего дизентерия сальмонеллез прочие				
2.	**Детские капельные**: всего дифтерия коклюш скарлатина ветряная оспа краснуха				
5.	**Паразитарные:** всего энтеробиоз аскоридоз прочие чесотка микроспория				
6.	**Болезни органов зрения и слуха:** всего о. конъюктивит о. отит				
7.	**Болезни органов дыхания:** всего ОРЗ + бронхит грипп пневмония ангина прочие				
8.	**Болезни органов пищеварения:** всего стоматит о. аппендицит прочие				
9.	**Болезни кожи**: всего стрептодермия фурункулез прочие(аллерг.,лишай)				
11.	**Травмы, отравления**				
12.	**Всего заболеваний**				
13.	**Количество детей**				

Анализ заболеваемости воспитанников ДО МБОУ СОШ с. Месели за 2024г.

№	Наименование заболеваний	Средняя подгруппа		Подг-ая подгруппа	
		абс.число	%	абс.число	%
1.	**Кишечные инфекции**: всего дизентерия сальмонеллез прочие				
2.	**Детские капельные**: всего дифтерия коклюш скарлатина ветряная оспа краснуха				
5.	**Паразитарные:** всего энтеробиоз аскоридоз прочие чесотка микроспория				
6.	**Болезни органов зрения и слуха:** всего о. конъюктивит о. отит				
7.	**Болезни органов дыхания:** всего ОРЗ + бронхит грипп пневмония ангина прочие				
8.	**Болезни органов пищеварения:** всего стоматит о. аппендицит прочие				
9.	**Болезни кожи**: всего стрептодермия фурункулез прочие(аллерг.,лишай)				
11.	**Травмы, отравления**				
12.	**Всего заболеваний**				
13.	**Количество детей**				

Группы здоровья

Группы здоровья	2020г	2021г	2022г	2023г	2024г
I гр.					
II гр.					
III гр.					
IV гр.					

Индекс здоровья

	2020г	2021г	2022г	2023г	2024г
по детскому саду					

Часто болеющих детей

	2020г	2021г	2022г	2023г	2024г
по детскому саду					

Программа основана на принципах:

Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

I РАЗДЕЛ.

Цели программы.

Цель: Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи программы.

Задачи:

1. Создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей.
2. Усилить воспитательные функции образования по приобщению детей к нравственным ценностям, формированию здорового образа жизни и профилактике асоциальных явлений.
3. Внедрять в учебно-воспитательный процесс совершенные оздоровительные здоровьесберегающие программы, технологии, методики, приобщающие детей к нравственно - экологическим ценностям и формированию здорового образа жизни.
4. Совершенствовать формы и методы рациональной организации двигательной активности детей в организованной и самостоятельной деятельности.
5. Обеспечить тесное взаимодействие родителей, педагогического и медицинского персонала для решения лечебных, профилактических, коррекционных и физкультурно-оздоровительных задач укрепления и сохранения здоровья детей, приобщения их к нравственным ценностям.
6. Разнообразить формы работы ДО.
7. Способствовать качественной подготовке, повышению уровня профессиональной компетентности педагогических работников, в использовании здоровьесберегающих технологий.

Ожидаемые результаты.

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости детей на 1-3%.
5. Повышение профессиональных знаний педагогов.
6. Ежегодное расширение и углубление межведомственных связей по вопросам здорового развития детей, их физического и нравственного совершенствования.
7. Формирование позитивного отношения и повышение активности родителей в работе по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, приобщения их к здоровому образу жизни, нравственным ценностям.
8. Регулярное повышение уровня квалификации и профессиональной компетентности педагогических кадров через качественно новые формы методической работы в ДО, обучение на различных проблемных курсах и семинарах.
9. Модель выпускника «Здоровый дошкольник» (Приложение 1).
10. Диагностика в ДО (Приложение 2, 3, 4).

Объекты программы.

1. Дети дошкольного образовательного учреждения.
2. Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
3. Педагогический коллектив образовательного учреждения.

Законодательно-нормативное обеспечение программы.

1. Закон РФ «Об образовании» и Закон РК.
2. «От рождения до школы» под общей редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой
3. СанПиН 2.4.1.3049-13
4. Конвенция о правах ребенка.
5. Устав образовательного учреждения

II РАЗДЕЛ.

Реализация основных направлений

Профилактические:

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации.
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
4. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Формы и методы оздоровления детей.

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адапт. период) - гибкий режим	вся группа -//- -//-
2	Физические упражнения	- утренняя гимнастика - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамичные игры - профилактическая гимнастика (улучшение осанки, плоскостопие, зрение) - спортивные игры - оздоровительный бег - пешие прогулки (турпоход)	вся группа -//- -//- ср.- подг. подгруппы подг. подгруппа -//- -//-

3	Гигиенические и водные процедуры	- умывание - мытье рук - игры с водой - обеспечение чистоты среды	вся группа -//- -//- -//-
4	Активный отдых	- развлечения, праздники - игры-забавы - дни здоровья - экскурсии	вся группа -//- -//- -//-
5	Музотерапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов - музыкальная театральная деятельность - хоровое пение	вся группа -//- -//- -//-

План спортивно-массовых мероприятий с детьми и родителями

Месяц	Вид мероприятия	Название мероприятия
Сентябрь	Музыкально-спортивный праздник	День знаний
Октябрь	Туристический поход День здоровья	«Осенние сказки в лесу» «Поиски клада»
Ноябрь	Спортивно-конкурсная программа	«Веселый мяч»
Декабрь	Новогодние весёлые старты	«Здравствуй зимушка-зима!».
Январь	Физкультурное развлечение. совместно с родителями.	«Страна - Спортландия»
Февраль	Спортивный праздник Развлечение совместно с родителями.	«Славный праздник наших пап»
Март	Физкультурное развлечение.	«Проводы зимы»
Апрель	Спортивный шуточный праздник Спортивный праздник	Ко Дню смеха «День здоровья»
Май	Развлечение с играми, эстафетами	«Лету спортивному – УРА!»
Июнь, Июль, Август	Туристические походы Физкультурные развлечения по плану летней оздоровительной работы.	«По лесным тропинкам» «Летний физкультурный день»

Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№ п/п	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Продолжитель-ность, мин
1	**2**	**3**	**4**	**5**

1. Организация двигательного режима в ДОУ				
1.1	Утренняя гимнастика	Все	9:00-9:10	7-10
1.2	Занятия по физической культуре	Все	три раза в неделю	15-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	Все	По необходимости	3 - 5
1.4	Физкультминутка	Все	Во время НОД	3-5
1.5	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей	Все	Во время прогулок	Не менее 3 ч
1.6	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все	В свободное от НОД время	30-40
1.7	Физкультурный досуг	Все	Один раз в месяц	40-60
1.8	Соревнования, эстафеты	Подг-ая подгруппа	По плану	40-60
1.9	Спортивные праздники	Все	Три раза в год	60
1.10	Походы, экскурсии в лес, парк и т. д.	Подг-ая подгруппы	1раз в месяц	60-120
1.11	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: - Неделя здоровья - "Папа, мама, я — спортивная семья" - "Веселые старты" - Участие родителей в массовых мероприятиях вне ДОУ (семейные эстафеты)	Все	По желанию родителей и педагогов Ежемесячно Ежеквартально На прогулке	45-60
1.12	Посещение спортивного зала: подвижные игры, занятия на тренажерах	Все		10-15
2. Оздоровительная работа с детьми				

2.1	Закаливающие мероприятия: - прием детей на улице - проветривание помещений - воздушные ванны - гимнастика после сна - обширное умывание - сон без маек - ходьба по дорожкам здоровья	Все Все Все Подг-ая Все	В завис. от погоды По графику После сна После сна После сна Летом	35 В соотв. с СанПиН 5,10,15 7-15 5 — 10 1,5ч 7-10
2.2	Профилактические мероприятия: - самомассаж ушных раковин - самомассаж стоп - полоскание рта и горла (простое и контрастное)	 То же То же Подг. гр.	 На физ. зан. То же После приема пищи	 По плану По плану По плану
2.3	Просветительская работа: - Островок безопасности, ПДД - Уголки здоровья - Выставки детских рисунков и семейных работ, посвященных формированию здорового образа жизни	 Все Все Все	Материал используется на месте или берется в группу для изучения в повседневной жизни. По желанию детей, родителей, педагогов	По желанию детей
3. Коррекционная работа				
3.3	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия	Все	На физ. занятиях	3 — 5
3.4	упражнения на формирование правильной осанки	Все	На физ-х занятиях	3 — 5
4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни				
4.1	Формирование навыков личной гигиены: - наличие индивидуальных и общих туалетных принадлежностей; - обучение (объяснение, напоминание, поощрение и т. д.); - демонстрация различных схем, моделей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий; - беседы о полезности, целесообразности и необходимости выполнения правил личной гигиены; - демонстрация информативного и дидактического материала на	Все	В соответствии с реж. питания, с учетом необходимости	

	тему "Я и мое здоровье"			
4.2	Формирование навыков культуры питания: - сервировка стола; - эстетика подачи блюд; - этикет приема пищи и т. д.	Все	В соотв. с режимом питания, с уч. необходимости	-

Организационные:

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДО.
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.
3. Составление индивидуальных планов оздоровления.
4. Изучение передового педагогического и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.
5. Систематическое повышение квалификации педагогических кадров.
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение

Техническое и кадровое обеспечение.

1	Открытие клуба здоровья для педагогов	*Воспитатель*
2	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДО (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДО)	*Заведующий*

Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение.

1	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления	*Воспитатель*
2	Проведение валеологизации всего учебного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, длительность занятий, санитарно-гигиенические условия)	*Заведующий*
3	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, журналов, проведение цикла лекций, консультативного пункта)	*Воспитатель*
4	Участие на конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	*Заведующий*

Работа администрации и педагогов ДО.

Цель: координировать усилия коллегиальных органов в достижении результатов по реализации утвержденной оздоровительной программы.

Ответственные: администрация и педагоги ДО.

Вид коллегиального органа	**Мероприятия**	**Сроки**
1. Педагогический совет	**1.** Организация оптимальной модели двигательного режима ДО. **2.** Безопасность и здоровье наших детей	ноябрь
2.Административные совещания	**1.** Утверждение локальных актов по организации оздоровительной работы. **2.** Анализ заболеваемости детей. **3.** Анализ организации питания детей. 4. Анализ организации летней оздоровительной работы.	Ежегодно 1 раз в кв. Ежегодно Ежегодно
3.Производственные совещания	**1.** Утверждение документов нормативно-правовой базы, локальных актов по оздоровительной работе в ДО. **2.** Анализ заболеваемости детей в ДО. **3.** Анализ организации питания в ДО. **4.** Анализ физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДО.	Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно
4.Родительский комитет.	**1.** Ознакомление с локальными актами по оздоровительной работе. **2.** Анализ результативности оздоровительной работы.	Ежегодно Ежегодно

Методическая работа с кадрами.

***Цель*:** координация деятельности всех участников педагогического процесса в соответствии с поставленными задачами, совершенствование профессионального мастерства всех участников педагогического процесса по приобщению детей к здоровому образу жизни, профилактике асоциальных явлений.

№	Мероприятия	Срок	Ответственные
1	Консультации: 1. «Использование игр, заданий, упражнений для профилактики асоциальных явлений» 2. Формирование у детей привычки к ЗОЖ 3. «Развивающая педагогика оздоровления». 4. «Формирование навыков эффективной социальной адаптации у дошкольников». 5. «Экология и здоровье» 6. «Моделирование проведения Дня здоровья в ДОУ». 7. «Новые подходы и направления в оздоровительной работе ДОУ» 8. «Ортопедия и стресс» 9. «Лечебная педагогика. Новые подходы к оздоровлению». 10. «Модель выпускника ДОУ»	март, 2020г. Сентябрь 2020г. Апрель 2021г. Октябрь 2021 г. Март 2022г. Сентябрь 2022г. Апрель 2023г. Октябрь 2023г. Март 2024г. Сентябрь 2024г.	Заведующий
2	Открытые просмотры: 1. Уроки здоровья. 2. Фестиваль развивающих занятий по ОБЖ, профилактике асоциальных явлений, физкультурно-оздоровительные мероприятия. 3. Дни открытых дверей для родителей по вопросам оздоровительной работы. 4. Творческие отчеты по обобщению опыта работы педагога. 5. Открытые просмотры фрагментов оздоровительной работы в режиме дня.		Заведующий

Содержание оздоровительного процесса ДО

Программы, технологии	Использующиеся в ДО элементы данных программных технологий
«Здоровый дошкольник» Ю.Ф. Змановского	Система эффективного закаливания, ежедневные физкультурные занятия, преобладание циклических упражнений, организация ДА, доведение плотности занятий до 80%, психогигиена и психопрофилактика

«Здравствуй» М.Л. Лазарева	«Уроки здоровья», дыхательная гимнастика, логоритмика
Технология обучения в условиях активной сенсорно-развивающей среды	Отдельные технологии, оборудование, гимнастика для глаз, логоритмика

Работа с родителями.

Сроки	Мероприятия	Ответственные
Сентябрь	1. Анкетирование родителей. 2. Консультация для родителей «Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка». 3. Тематическая неделя «Я вырасту здоровым», «Осенняя олимпиада»	Воспитатель
Октябрь	1. Общее родительское собрание «Основные направления воспитательно-образовательной и оздоровительной работы с детьми ». 4. Оформление «Уголка здоровья»	Заведующий Воспитатель
Ноябрь	1. Консультация для родителей «Изготовление чесночных бус, кулончиков для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей». 2. День открытых дверей «Роль оздоровительных упражнений для развития равновесия, гибкости суставов (сюжетно-игровые занятия с элементами акробатики)	Воспитатель Воспитатель
Декабрь	1. Родительское собрание «Роль семьи в оздоровлении детей». 2. Показ фрагментов физкультурных занятий с использованием нетрадиционного оборудования	Заведующий Воспитатель
Январь	1. Консультации в «Уголке здоровья». - «Зимние игры и развлечения детей»; - «Как уберечь детей от простуды». 2. Зимний спортивный праздник «Здравствуй Зимушка-зима» спортивная»	Воспитатель

Февраль	1. Музыкально-физкультурное развлечение с родителями, посвященное Дню защитника Отечества «Богатырские игрища» 2. Консультация в «Уголке здоровья» «Основы правильного питания». 3. Выходы с родителями и детьми подготовительных групп на лыжню в выходные дни	воспитатель
Март	1. Музыкально-спортивное развлечение «Проводы зимы». 2. Консультация в «Уголке здоровья» «Роль витаминов в детском питании»	Воспитатель.
Апрель	1. «День здоровья» Музыкально-спортивный праздник с родителями 2. Консультация в «Уголке здоровья «Как уберечь ребенка от травм»	Воспитатель.
Май	1. Общее родительское собрание «Здоровый ребенок умный ребенок» 2. Диагностика состояния здоровья выпускников детского сада 3. «Организация летнего отдыха детей в ДО». 4. Консультация в «Уголке здоровья» «Контрастное воздушное и водное закаливание»	Заведующий Воспитатель
Июнь-август	1. Мини-походы детей вместе с родителями в лес. 2. Консультации в «Уголке здоровья «Собирайте лекарственные травы»; «Изготовление ароматических подушек». 3. Физкультурный праздник «Здравствуй, лето!» 4. Спортивная игра «Джунгли зовут!». 5. Игра-путешествие «В гостях у доктора Айболита»	Воспитатель. Воспитатель.

План оздоровления часто болеющих детей

№ п/п	Мероприятия	Сроки
1	Осмотр врачом: - педиатр - отоларинголог - стоматолог - хирург - дерматолог	По плану СВА с. Месели
2	Лабораторные исследования:	По плану СВА с. Месели

	- общий анализ крови - общий анализ мочи - анализ кала на выявление гельмитинов	
3	Сезонная профилактика простудных заболеваний: - поливитамины - аскорбиновая кислота - экстракт элеутерококка	По рекомендации педиатра
4	Профилактика гриппа. Орошение зева носа: - оксолиновой мазью	7 дней
5	Специальные закаливающие процедуры: - влажное протирание лица, рук, шеи.	В холодное время года
6	Физкультурно-оздоровительная работа: - утренняя гимнастика; - физкультурные занятия в спортзале (хождение по ребристой дорожке и др.) - ежедневные прогулки в летнее время. воздушные, солнечные ванны, водные процедуры, босохождение	В холодное время года В теплое время года
7	Лечебное питание: — соки, овощи	
8	Сквозные проветривания	
9	Витаминотерапия третьих блюд витамином С	

Приложение 1.

Модель выпускника «Здоровый дошкольник»

1. Здоровье и физическое развитие

1.1. Физическое развитие соответствует возрастной норме.

1.2. Физически подготовлен к обучению в школе:

- Хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения;
- Обладает свободными непринужденными движениями;
- Подвижен, ловок;
- Развита мелкая моторика рук (уверенно владеет карандашом, ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности);
- Проявляет эмоциональные состояния в движении;
- Имеет выразительную живу мимику.

1.3. Сформирована потребность к здоровому образу жизни:

- Имеет элементарные представления о пользе занятий физической культурой и спортом;
- Сформированы основные гигиенические навыки;
- Имеет представление о простейших способах закаливания;
- Знает основы безопасного поведения на улице, в общественных местах, в критических жизненных ситуациях.

2. Социально-личностное развитие.

2.1. Владеет приемами и навыками эффективного межличностного общения:

- Легко вступает в контакт со взрослыми;
- Избирательно и устойчиво взаимодействует с детьми;
- Умеет попросить о помощи и оказать ее.

2.2. Принимает и соблюдает социальные и этические нормы:

- Регулирует свое поведение усвоенными нормами и правилами;
- Сдерживает агрессивные реакции;
- Чувствует настроение окружающих, может оказать поддержку;
- Умеет пользоваться формами речевого этикета;
- Способен управлять своим поведением и способами общения;
- Способен давать адекватную оценку своему поведению, деятельности.

3. Развитие речи и коммуникативных умений.

3.1. Активен в общении, умеет слушать и понимать речи, строит общение с учетом ситуации.

3.2. Правильно произносит все звуки родного языка, умеет выделять звуки в слове.

3.3. Ясно и последовательно выражает свои мысли, умеет понимать смысл текста и передавать его содержание.

3.4. Устная речь содержательна, эмоциональна, выразительна.

Познавательное развитие.

3.5. Кругозор выпускника:

- Сформированы развернутые и конкретные представления об окружающей действительности;
- Имеет представления о живой и неживой природе;
- Имеет элементарные представления о своем городе, стране, мире.

3.6. Познавательные способности:

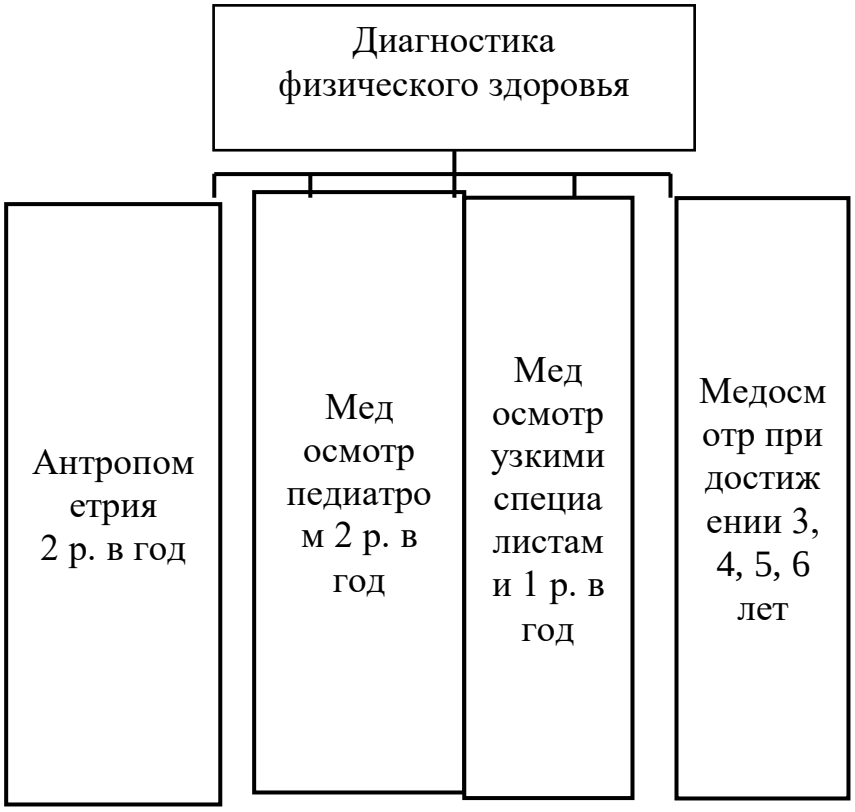
- Способен к длительному наблюдению;
- Находит максимальное число признаков у любого объекта; классифицирует предметы по одному (или нескольким признакам);
- Устанавливает доступные причинно-следственные связи и зависимости в объектах и явлениях окружающего мира;
- Все мыслительные операции сопровождаются полным словесным отчетом.

3.7. Сформированы элементы учебной деятельности.

Приложение 2.

Диагностика в ДО.

Диагностика в ДО проводится с целью фиксации достижений ребенка, отслеживания результатов его развития и предназначена для индивидуализации работы с детьми.



Приложение 3.

Средние показатели физической подготовленности детей четырех лет.

Двигательные качества и способности	Контрольные задания	Уровень показателя	
		Мальчики	Девочки
Ловкость (координационные способности)	Челночный бег 3х10м (с)	13,0-12,8	14,0-12,9
	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во раз)	10-12	7-10
	Сохранение равновесия при стойке – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги при открытых глазах.	4-16	11-20
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке	1-3	2-3
Скорость	Бег на 10 м с ходу (с)	3,2-2,9	3,4-3,0
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (см)	82-90	79-87
	Бросок набивного мяча весом 1 кг. из-за головы стоя (см)	120-160	110-150

Приложение 4.

Средние показатели физической подготовленности детей пяти-семи лет (основные)

Двигательные качества и способности	Контрольные задания	Уровень показателя					
		5 лет		6 лет		7 лет	
		М	Д	М	Д	М	Д
Ловкость (координационные способности)	Челночный бег 3х10 м (с)	12,8-11,1	12,9-11,1	11,2-9,9	11,3-10,0	9,8-9,5	10,0-9,9
	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во раз)	15-25	15-25	26-40	26-40	45-60	40-55
	Сохранение равновесия при стойке – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги при открытых глазах (с)	12-20	15-28	25-35	30-40	35-42	45-60
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя (см)	3-6	6-9	4-7	7-10	5-8	8-12
Скорость	Бег на 10 м. с ходу (с)	2,8-2,7	3,0-2,8	2,5-2,1	2,6-2,2	2,3-2,0	2,5-2,1
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (см)	85-130	85-125	100-150	90-140	130-155	125-150
	Бросок набивного мяча весом 1 кг. из-за головы двумя руками стоя (см)	160-230	150-225	175-300	170-280	220-350	190-330

Состояние физического развития дошкольников определяется по положительным изменениям в физическом и функциональном развитии ребенка; устойчивости к изменениям внешней среды (хорошая сопротивляемость заболеваниям, сравнительно легкое, непродолжительное их течение, без осложнений).

Литература:

1. «Программа воспитания и обучения в детском саду» под ред. М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой ; М: Мозаика-Синтез 2009

2. «Здравствуй!» Лазарев М.Л.

3. «Двигательная активность ребенка в детском саду», М.А. Рунова, М.: Мозаика-Синтез, 2004г.
4. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста», Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин, М.: ВЛАДОС, 2003г.

5. «Педагогика здоровья» В.Н. Касаткина, М.: Линка-Пресс, 2000г.

6. «Реализация Конвенции о правах ребенка в дошкольных образовательных учреждениях», С.А. Соловей, М.: Педагогическое общество России, 2004г.

7. «Игры, которые лечат. Для детей от 2 до 7 лет», А.С. Таланов, М.: Педагогическое общество России, 2005г.

8. «Сценарии оздоровительных досугов. Для детей 4-7 лет» М.Ю. Картушина, М.: Сфера, 2004г.

9. Программа «Здоровый дошкольник (социально-оздоровительная технология 21 века)», Ю.Ф. Змановский, М.: АРКТИ, 2003г.

10. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», А.П. Щербак, М.: ВЛАДОС, 2002г.

11. «Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми», Н.Н. Королева. Справочник руководителя дошкольного учреждения №11, 2006г.

12. «Планирование оздоровительной работы», О.А. Кижаткина. Управление ДОУ, №1 2006г.

13. «Настольная книга медицинской сестры детского сада», В.П. Обижесвет, В.Н. Касаткин, М.: Линка-Пресс, 2003г.

14. «Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Г.В. Каштанова, М.: АРКТИ, 2006г.

15. «Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников» Г.В. Каштанова, М.: АРКТИ, 2006г.