

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
г. Хабаровска «Детский сад № 24 «Теремок»

Принята
педагогическим советом
протокол № 2
от 29.11.2019г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ №24
«Теремок»
В.В. Луцева
19.11.2019г.

Образовательная программа,
направленная на формирование
культуры здоровья и безопасного образа жизни

«ЗДОРОВЯЧОК»

Авторы программы:
Тимошенко А.Ю. старший воспитатель
Борзых А.Н. воспитатель
Попова О.С. воспитатель

Хабаровск

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<i>Основные показатели</i>	<i>Полная информация</i>
Полное название образовательного учреждения	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Хабаровска «Детский сад № 24 «Теремок»
Сокращенное	МАДОУ «24 «Теремок»
Дата открытия	01.02.2012
Лицензия на осуществление образовательной деятельности	№ 1692 от 03.12.2014г
Перечень видов деятельности (с указанием основных видов, которые учреждение вправе осуществлять в соответствии с Уставом)	основной вид деятельности – дошкольное образование
Контактная информация	680012, г. Хабаровск, ул. Сыроева, 13
Телефон/факс	(4212) 47-51-52
E-mail	teremok24@yandex.ru
Официальный сайт ДОУ	teremok24.info
Руководитель учреждения	Луцева Вероника Викторовна
Старший воспитатель	Тимошенко Анна Юрьевна
Количество групп	5 из них: 1 группа раннего возраста 4 групп дошкольного возраста
Название программы	Здоровячок
Направленность программы	Физкультурно-спортивная (оздоровительная)
Цель программы	Создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения и укрепления здоровья воспитанников ДОУ, формирование у детей необходимых знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни и использованию полученных знаний на практике.
Краткое содержание программы	Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представлений ребенка о себе и о здоровом образе жизни, охране здоровья. Программа нацелена на объединение усилий родителей и педагогов для успешного оздоровления и развития детей в процессе различных видов деятельности (ООД, совместной деятельности взрослого и ребенка, в самостоятельной деятельности детей, в кружковой деятельности).
Авторы программы	Тимошенко А.Ю. старший воспитатель Борzych А.Н. воспитатель Попова О.С. воспитатель
Срок реализации	5 лет

СОДЕРЖАНИЕ

I.	Целевой раздел	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.1.1	Цели и задачи реализации программы	5
1.1.2	Принципы и подходы к формированию программы	6
1.1.3	Критерии эффективности программы	6
1.2.	Планируемые результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни	7
1.3.	Мониторинг эффективности реализации программы	8
II.	Содержательный раздел	9
2.1.	Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка, представленной в образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)	9
2.2.	Содержание образовательной области «Физическое развитие» (часть программы, формируемая участниками образовательных отношений)	18
2.2.1	Здоровьесберегающие технологии «Ритмика» в содержании физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОУ	21
2.3.	Содержание образовательной деятельности по тематическому блоку «Формирование основ безопасности» / <i>формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе</i> / (обязательная часть)	22
2.4.	Содержание деятельности в летний оздоровительный период	23
2.5	Организация партнерства по социальному партнерству с семьей воспитанников	25
2.6.	Взаимодействие с социумом	26
2.7.	Коррекционно-развивающая деятельность с детьми с ОВЗ	27
III.	Организационный раздел	28
3.1.	Условия реализации программы	28
3.1.1	Кадровое обеспечение	28
3.1.2	Материально – технические условия обеспечения программы	29
3.1.3	Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	30
3.2.	Система физкультурно-оздоровительной работы	30
3.2.1	Организация режима дня	31
3.2.2	Модель двигательного режима	33
3.2.3	Физкультурно-оздоровительные мероприятия	34
3.2.4	Модель закаливания	36
3.2.5	Организация прогулок	37
3.3.	Санитарно-просветительская работа в ДОУ	39
3.4.	Система методической работы по повышению компетентности педагогов	39
3.5.	Программно-методическое обеспечение программы	40
	Приложения	

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач семьи и дошкольного образовательного учреждения. Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДОО. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 5 лет. Содержание программы рассчитано на детей 2-8 лет.

Здоровье — это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды.

Роль педагога ДОО состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Для проведения целенаправленной работы по формированию здорового и безопасного образа жизни воспитанников разработана программа «Здоровячок».

Нормативно-правовой базой для разработки программы является:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г., № 30384).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 8 апреля 2014 г. № 293 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 12 мая 2014 г., № 32220, вступил в силу 27 мая 2014 г.).
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
- Приказ Минобрнауки России от 16.07.2002 № 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»;
- Приказ Минздрава России от 04.04.2003 г № 139 «Об утверждении инструкции по введению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».
- Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения г. Хабаровска «Детский сад № 24 «Теремок».
- Лицензия на право ведения образовательной деятельности.

Актуальность работы в данном направлении заключается в проблеме сохранения жизни и здоровья детей. Здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психологическое и социальное благополучие.

Дошкольник любознателен, в своих разнообразных играх повторяет поступки и действия взрослого. Детские шалости с огнем и другие непредсказуемые опасные жизненные ситуации на дороге, на улице, в общественном транспорте, с предметами домашнего быта приводят к травмам и гибели детей.

В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, формирования знаний о здоровье и здоровом образе жизни, воспитания бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, развития мотивационных установок по профилактике болезней, совершенствования практических навыков здорового образа жизни.

В результате работы по формированию здорового и безопасного образа жизни, полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья, приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, полученный опыт позволит избежать несчастных случаев.

Новизна образовательной программы «Здоровячок» заключается в преобразовании стандартного обучения детей здоровому образу жизни и безопасному поведению, в формировании осознанного отношения к своему здоровью.

Практическая значимость состоит в разработке определенной системы по формированию у детей основ здорового образа жизни, которая включает в себя традиционные и нетрадиционные формы деятельности.

1.1.1 Цели и задачи реализации Программы

Цель программы - создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения и укрепления здоровья воспитанников ДОУ, формирование у детей необходимых знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни и использованию полученных знаний на практике.

Задачи:

- создать благоприятные условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей через рациональную организацию режима дня и питания, занятий и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий;
- обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и компетентность родителей (законных представителей) в вопросах формирования у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формировать представления детей о позитивных факторах, влияющих на их здоровье и безопасность, ответственное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;
- воспитывать у детей полезные привычки и пропагандировать физическую культуру, спорт, туризм в семье.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Принцип научности – подкрепление всех необходимых 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.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: от 2 до 7 лет. Срок реализации образовательной программы: 5 лет.

1.1.3. Критерии эффективности программы

1. Повышение активности родителей, проявляющейся в участии:
 - физкультурно-оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимых в ДОУ;
 - в различных формах работы по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;
 - в развитии предметно-пространственной окружающей среды в группах и на участке ДОУ.
2. Положительная мотивация к здоровому образу жизни в семье:
 - устойчивое желание отказаться от вредных привычек;
 - посещение кружков, секций оздоровительной направленности;
 - активный отдых вместе с детьми;
 - проведение закаливающих процедур;
 - использование рекомендаций, полученных в ходе педагогического и медицинского просвещения.
3. Повышение интереса у родителей к ежедневному посещению детьми детского сада. Снижение числа пропусков посещений детьми детского сада по болезни.

Ожидаемые результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

- Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы. Снижение уровня заболеваемости детей.
- Созданы благоприятные условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, для комфортного и безопасного пребывания детей дошкольного возраста в детском саду через:
 - рациональную организацию режима дня и питания, занятий и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий;
 - современную развивающую предметно-пространственную среду (оборудование центров активности в группах, соответствие физкультурного и игрового оборудования требованиям СанПиН, гарантия безопасности жизни детей на протяжении всего периода пребывания в детском саду);
 - повышение профессиональной компетентности педагогов, предполагающую знание и применение здоровьесберегающих технологий; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.
- Внедрение научно-методологических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье. Осознание взрослыми и детьми понятий «здоровье», «безопасность» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
- Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду. Увеличение количества дней, проведенных ребенком 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; гарантия безопасности занятий.
- 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; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.
- Созданы условия для психолого-педагогической поддержки семьи и компетентности родителей (законных представителей) в вопросах формирования у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни.

1.2 Планируемые результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

- У детей сформированы культурно-гигиенические навыки, знания о правильном питании, мотивация к занятиям физической культурой и участию в спортивных мероприятиях.
- Дети имеют представление о позитивных факторах, влияющих на их здоровье и безопасность.
- У детей сформированы культурно-гигиенических навыки, знания о правильном питании, умение в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.).
- У дошкольников сформированы основы валеологического сознания, потребности заботиться о своём здоровье.

1.2.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования в рамках образовательной области «Физическое развитие» «Физическая культура»

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования рассматриваются как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Планируемые результаты развития личностных качеств ребенка на промежуточном этапе освоения основной образовательной программы дошкольного образования представлены в *приложении 1*.

1.2.2. Планируемые результаты освоения знаний по блоку «Безопасность»

Ребенок младшего возраста:

- соблюдает элементарные правила поведения в детском саду;
- соблюдает элементарные правила взаимодействия с растениями и животными;
- имеет элементарные представления о правилах дорожного движения.

Ребенок старшего возраста:

- соблюдает элементарные правила поведения в детском саду;
- соблюдает элементарные правила поведения на улице и в транспорте, элементарные правила дорожного движения; самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры.

- соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.
- знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь»;
- различает и называет специальные виды транспорта («Скорая помощь», «Пожарная», «Полиция»), объясняет их назначение; понимает значения сигналов светофора.
- узнает и называет дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети»; различает проезжую часть, тротуар, подземный пешеходный переход, пешеходный переход «Зебра»; знает и соблюдает элементарные правила поведения в природе (способы безопасного взаимодействия с растениями и животными, бережного отношения к окружающей природе).

1.3 Мониторинг эффективности реализации программы

При реализации программы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников проводится оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики.

Комплексная диагностика:

1. Исследования состояния здоровья детей специалистами:
 - осмотр детей специалистами детской поликлиники (углубленный медосмотр 2 раза в год);
 - осмотр детей специалистами для ранней диагностики нарушений опорнодвигательного аппарата (осанка, плоскостопие) и других функциональных нарушений;
2. Наблюдение успешности обучения воспитанников в период пребывания их пребывания в ДОУ.
3. Определение соответствия образовательной сферы (материально-технического обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация образовательного процесса) возрастным, индивидуальным, половым особенностям воспитанников, состоянию их здоровья и своевременному выявлению факторов риска для их здоровья и развития по следующим разделам:
 - создание условий (наличие адекватного оборудования физкультурного зала, приобретение атрибутов и пособий, наличие физкультурных центров в группах);
 - изучение новейшей литературы и написание перспективных планов с использованием оздоровительных технологий;
 - оформление «Паспорта здоровья» воспитанников (*приложение 2*);
 - составление карт индивидуальных нагрузок для каждого ребенка с учетом всех данных по результатам диагностирования здоровья и физической подготовленности.

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДОУ по посещаемости и причин отсутствия детей;
- общее физическое развитие детей;

	Мониторинг здоровья детей	Сроки проведения	Ответственные
1	• Показатели здоровья:		
	- общая заболеваемость, динамика сезонных заболеваний	поквартально	м/с
	- заболеваемость детей в днях на 1 ребенка	поквартально	м/с
	- количество часто болеющих детей	1 раза в год	врач-педиатр
	- количество детей с хроническими заболеваниями	в 1 раза в год	врач-педиатр
	- результаты диспансерного осмотра детей врачами (в 3 года, 6 лет, 7 лет)	по плану	врачи специалисты
	- соотношение групп физического развития по состоянию здоровья детей для организации занятий физической	1 раз в год	м/с

	культурой (основная, подготовительная, специальная)		
	- количество детей с выявленным ранним плоскостопием 5-7 лет (плантограмма)	1 раз в год	врач-педиатр
	- количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях, в %	2 раза в год	м/с
	- индекс здоровья	2 раза в год	м/с
	- динамика детского травматизма	ежемесячно	м/с
2	• Показатели физического развития:		
	- уровень физического развития (антропометрические данные)	2 раза в год	м/с, воспитатели
	- уровень физической подготовленности	2 раза в год	Инструктор по ФК
3	Педагогическое обследование:		
	- уровень усвоения детьми образовательной области «Физическое развитие»;	2 раза в год	педагоги
	- тематический блок «ОБЖ» (Приложения 3, 4)	2 раза в год	

Форма организации диагностики (педагогического обследования) проводится в виде:
- дидактических игр и упражнений, проводимых индивидуально с каждым ребёнком;
- использование следующих методов: беседа, игра, игровые ситуации, анализ продуктов деятельности. (Приложения 3, 4)

Большое значение при проведении диагностики имеет наблюдение за ребенком в ходе обучения: проявление интереса к образовательной деятельности, желания заниматься физкультурой.

Важной оценкой образовательной программы является положительные отзывы родителей, которые в дальнейшем помогают корректировать содержание программы. Результаты мониторинга фиксируются в таблицах, соответствующих целям и задачам конкретных исследований. По результатам анкетирования дается оценка деятельности ДОУ.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности по блоку «Физкультурно-оздоровительная работа» (обязательная часть)

Содержание программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Целостность педагогического процесса в ДОУ обеспечивается реализацией основной образовательной программой МАДОУ «Детский сад № 24 «Теремок», разработанной на основе Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой в соответствии с ФГОС ДО.

Содержание образовательной области «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 наносящим 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.). *выделены следующие тематические блоки:*

1. «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».
2. «Физическая культура».

Основные цели и задачи:

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Содержание образовательной деятельности по образовательной области

«Физическое развитие» (обязательная часть)

2-3 года:

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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

- Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.
- Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.
- Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

- Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание). Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- В течение года под руководством медицинского персонала, учитывая здоровье детей и местные условия, осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды.
- Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать длительность их пребывания на воздухе в соответствии с режимом дня.
- При проведении закаливающих мероприятий осуществлять дифференцированный подход к детям с учетом состояния их здоровья.
- Специальные закаливающие процедуры проводить по решению администрации и медицинского персонала дошкольного учреждения, принимая во внимание пожелания родителей.
- Продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.
- Формировать умение с помощью взрослого приводить себя в порядок.
- Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
- Во время еды учить детей правильно держать ложку.
- Обучать детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.
- Формировать представления о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека: глазки — смотреть, ушки — слышать, носик - нюхать, язычок — пробовать (определять) на вкус, ручки — хватать, держать, трогать; ножки — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать; туловище — наклоняться и поворачиваться в разные стороны.
- Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.
- Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

3-4 года:

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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

- Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.

- Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
- Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
- Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
- Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения.
- Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
- Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
- Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
- Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.
- Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
- Закреплять умение ползать.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере:

- Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
- Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
- Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
- Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах;
- Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
- Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
- Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.
- Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.
- Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.
- Осуществлять под руководством медицинского персонала комплекс закаливающих процедур с использованием различных природных факторов (воздух, солнце, вода).
- Обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярное проветривание.

- Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня.
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 5-6 минут.
- Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.
- Приучать детей следить за своим внешним видом. Продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком.
- Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом,
- Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Дать представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
- Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

4-5 лет:

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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

- Формировать правильную осанку.
- Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног.
- Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
- Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.
- Развивать умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
- В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
- Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу

- Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере:

- Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
- Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
- Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.
- Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
- Приучать к выполнению действий по сигналу.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.
- Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода). Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.
- Организовывать и проводить различные подвижные игры (зимой — катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах; в теплый период года — катание на велосипеде).
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.
- Продолжать воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом.
- Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.
- Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком. Приучать при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.
- Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.
- Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
- Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
- Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Развивать умение заботиться о своем здоровье.
- Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым.

5-6 лет:

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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

- Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
- Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.
- Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере:

- Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
- Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

- Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год—физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
- Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут.
- Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1-3 минуты.
- Приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование: зимой кататься на санках, скользить по ледяным дорожкам, ходить на лыжах; в теплый период кататься на двухколесном велосипеде, самокате, роликовых коньках.
- Формировать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей: при кашле и чихании закрывать рот и нос платком.
- Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно заправлять постель.
- Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.
- Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
- Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода— наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
- Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания. Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Учить характеризовать свое самочувствие. Раскрыть возможности здорового человека.
- Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.
- Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.
- Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале

6-7 лет:

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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психо-физических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере:

- Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год—физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.
- Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут.

- Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и в промежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.
- Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные игры и физические упражнения.
- Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться. Пользуясь индивидуальным полотенцем, чистить зубы, полоскать рот после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком и расческой, следить за своим внешним видом, быстро раздеваться и одеваться, вешать одежду в определенном порядке, следить за чистотой одежды и обуви.
- Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами, обращаться с просьбой, благодарить.
- Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека.
- Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека. Учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Учить активному отдыху.
- Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» (часть программы, формируемая участниками образовательных отношений).

Создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса, формирование у воспитанников понимания значимости сохранения, укрепления физического и психологического здоровья и навыков здорового образа жизни реализуется через **программу «Расту здоровым» В.Н. Зимонина.**

Задача укрепления здоровья детей предполагает, с одной стороны, сформировать у детей понимание ценности здорового образа жизни, а с другой – воспитать навыки физической культуры.

В соответствии с этим содержание программы для каждой возрастной группы делится на два больших блока – «Здоровье» и «Азбука движений».

В блок «Здоровье» входят разделы «Я узнаю себя», «Я люблю солнце, воздух и воду», «Школа моего питания».

Раздел «Я узнаю себя» имеет несколько направлений: «Знакомство с собой и другими детьми», «Учимся беречь свое тело и здоровье», «Учимся понимать свое состояние», «Учимся быть осторожными». Задача педагогов состоит не только в том, чтобы дать знания по конкретным темам, но и в том, чтобы воспитать у детей желание быть здоровыми, а у старших – потребность в здоровом образе жизни. В помощь педагогам предлагаются конспекты практических занятий, психологические этюды, описания примерных педагогических ситуаций и другой необходимый материал.

Раздел «Я люблю солнце, воздух и воду» ставит задачи, направленные на активизацию защитных сил организма и повышение его устойчивости к воздействию факторов внешней среды. Предлагаются разные варианты использования природных явлений (солнца, воздуха и воды) для укрепления здоровья. Кроме того, в разделе приведена комплексная система закаливания для детей разного возраста. Особое внимание уделяется работе с детьми, пришедшими после болезни. Даны примерные схемы проведения закаливающих процедур.

Раздел «Школа моего питания» рассматривает вопросы правильного питания детей. Раздел содержит полезную информацию о причинах плохого аппетита у детей, о мерах по улучшению аппетита, о воспитании культурно-гигиенических навыков.

Блок «Азбука движений» содержит методику освоения детьми разных возрастов основных движений (прыжки, бег, лазанье, метание и др.). Программный материал блока ставит следующие задачи:

- формирование у детей двигательных навыков и умений;
- развитие физических качеств (ловкости, силы, выносливости);
- формирование нравственных качеств личности (смелости, дисциплинированности, силы воли);
- проведение работы по профилактике нарушений и коррекции организма.

Для каждого возраста подобраны подвижные игры, направленные на формирование и закрепление различных движений. В старшей и подготовительной группах предусмотрены занятия по элементарной спортивной подготовке детей.

Цель этих занятий – расширить кругозор детей, вызвать у них интерес к спорту, предоставить возможность испытать себя в любых спортивных играх. В качестве дополнительной услуги с детьми старшего дошкольного возраста проводятся занятия по ритмической гимнастике.

Основной формой обучения детей движениям являются физкультурные занятия. Как правило, дети, впервые пришедшие в детский сад, не подготовлены к работе в коллективе, физически слабы и эмоционально заторможены. Снять их напряжение, включить в активную деятельность помогают образные ситуации, сюжеты сказок, игровые приемы, которые активно используются на занятиях с малышами.

Для каждой возрастной группы с учетом нормативных показателей разработан двигательно-оздоровительный режим, который представляет собой систему развития движений детей в течение одного дня и недели. Предлагаются такие новые формы работы по развитию движений и оздоровлению детей, как «Оздоровительный час», «День здоровья», «Каникулы». В разделе приведен практический методический материал по проведению данных форм работы.

В данный раздел включен кружок дополнительного образования:

- Кружок ритмики «Пружинка».

Ожидаемые результаты:

В результате реализации программы ожидается:

- снижение заболеваемости и стабилизация здоровья воспитанников,
- увеличение числа детей, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;
- разработаны рекомендации для родителей, воспитателей позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения и физического развития;
- включение в план работы детского сада регулярное проведение недель здоровья (2 раз в год).

Связь с другими образовательными областями:

Познавательное развитие	в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения составом различных видов детской деятельности, формирования элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т. д.); формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека
Социально-коммуникативное развитие	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; накопление опыта двигательной активности, освоение способами ухода за спортивным инвентарем;

	<p>развитие свободного общения со взрослыми и детьми в процессе освоения способов безопасного поведения, способов оказания самопомощи, помощи другому, правил поведения в стандартных опасных ситуациях;</p> <p>формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека;</p> <p>накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда.</p>
Речевое развитие	<p>развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение;</p> <p>развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека</p>
Художественно-эстетическое развитие	<p>развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения области;</p> <p>развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств, развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения области;</p> <p>развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения области;</p> <p>использование художественных произведений и продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления знаний о здоровье и ЗОЖ</p>

Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Образовательная область	Деятельность по реализации образовательных областей в совместной деятельности педагога с детьми и самостоятельной деятельности детей	Для детей от 2 до 3 лет	Для детей от 3 до 7 лет
<i>Физическое развитие</i>	Двигательная деятельность		
	- утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)	ежедневно	ежедневно
	- физкультминутки на ООД	ежедневно	ежедневно
	- динамические паузы	ежедневно	ежедневно
	- физкультурные ООД	2 раза в неделю	3 раза в недел
	- прогулка в двигательной активности	ежедневно	ежедневно
	- физкультурные досуги, игры и развлечения	1 раз месяц	1 раз месяц
	- катание на велосипеде в теплое время	ежедневно	ежедневно
	-гимнастика после сна	ежедневно	ежедневно
	-спортивные праздники	1 раз в квартал	1раз в квартал
	-прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)	ежедневно	ежедневно
	ЗОЖ		
	- прием детей на воздухе в теплое время года	ежедневно	ежедневно

- гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта)	ежедневно	ежедневно
- закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне, массаж стоп)	ежедневно	ежедневно
- День здоровья	1 раз в месяц	1 раз в месяц

2.2.1. Здоровьесберегающая технология «ритмика» в содержании физкультурно-оздоровительной деятельности ДОУ

Одной из важнейших теоретических и практических особенностей физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ является внедрение и использование в процессе физического развития детей инновационных технологий. Так, чтобы разнообразить формы работы с дошкольниками в детском саду, применяем новые формы, методы и приёмы физического развития детей.

Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмическая гимнастика «Пружинка» имеет физкультурно-оздоровительную направленность и является важным направлением в развитии и воспитании детей дошкольного возраста.

Актуальность программы «Пружинка» в том, что занятия уникальны по своему воздействию на организм занимающихся, ориентированы на физическое развитие детей, где дети учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваться духовно, эмоционально, физически, интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, учатся аккуратности, целеустремлённости.

Цель программы: повышение уровня физической подготовленности и приобщение к здоровому образу жизни детей старшего дошкольного возраста средствами ритмической гимнастики.

Задачи:

1. Развивать двигательные способности детей и физические качества (быстроту, силу, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).
2. Формировать навыки правильной осанки, развивать мышечную систему через упражнения.
3. Формировать умения детей ритмически согласованно выполнять простые движения под музыку.
4. Воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

Ожидаемый результат:

1. У детей сформирована правильная осанка.
2. У ребенка развито чувство ритма, темпа, ориентировка в пространстве, устойчивое равновесие, общая выносливость, согласованность движений с музыкой.
3. Сформирован стойкий интерес к двигательной активности, к занятиям физической культурой.
4. Наблюдается снижение заболеваемости детей, посещающих кружок.
5. Сформирована мотивация здорового образа жизни.

Подведение итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Ритмическая гимнастика «Пружинка» предполагает такие формы как педагогический контроль, открытые занятия, контрольное тестирование.

Итоги освоения программы выражаются в следующих критериях:

- расширение знаний, приобретение новых умений и навыков;
- удовлетворение потребности детей к саморазвитию в процессе познания, происходит открытие своих сильных и слабых сторон;
- формирование понятия о необходимости выбора жизненных ценностей.

2.3. Содержание образовательной деятельности по тематическому блоку «Формирование основ безопасности» /формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе/ (обязательная часть)

Основные цели и задачи деятельности:

- Формирование основ безопасности. Формирование первичных представлений о безопасном поведении в быту, социуме, природе. Воспитание осознанного отношения к выполнению правил безопасности.
- Формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.
- Формирование представлений о некоторых типичных опасных ситуациях и способах поведения в них.
- Формирование элементарных представлений о правилах безопасности дорожного движения; воспитание осознанного отношения к необходимости выполнения этих правил.

Образовательная деятельность по тематическому блоку «Формирование основ безопасности» (в части программы, формируемой участниками образовательных отношений):

Проблема безопасности жизнедеятельности человека в современных условиях – одна из самых актуальных. События, происходящие в мире, свидетельствуют об увеличении техно, природо- и социогенных опасностей для человеческой жизни, показывают прямую зависимость стабильности и выживаемости от подготовленности подрастающих поколений к распознаванию и предотвращению опасностей.

Подготовить человека к чрезвычайным ситуациям и умению находить выход из них возможно на основе формирования у него системы знаний об основах безопасности жизнедеятельности, обучения практическим навыкам охраны жизни и здоровья, формирования опыта безопасной жизнедеятельности. Такие знания прививаются уже в дошкольном возрасте.

«Основы безопасности детей дошкольного возраста» Стеркина Р.Б., Авдеева Н.Н., Князева Н.Л. Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста.

Деятельность направлена на усвоение детьми таких правил поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Для этого очень важно найти адекватный способ объяснения детям этих правил, а затем следить за их выполнением. Программа предполагает решение важнейшей социально-педагогической задачи - воспитания у ребенка навыков адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях.

Приоритетной деятельностью работы ДОУ в области охраны и укрепления здоровья воспитанников является формирование у детей способов обеспечения безопасности жизнедеятельности (ОБЖ), которая включает в себя:

- создание здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- овладение способами безопасного поведения в социуме;
- овладение способами безопасного поведения в быту (дома и в детском саду);
- формирование способов ОБЖ на занятиях физкультурой и спортом, оздоровительных мероприятиях.

Через создание предметно-развивающей среды:

- уголки безопасности в группах;
- дидактические игры, иллюстрированный материал;
- познавательную литературу по ОБЖ в книжном уголке,
- ИКТ (видеофильмы, презентации, обучающие мультфильмы);
- наглядную информацию для родителей;

Формирование способов ОБЖ у воспитанников происходит в процессе познавательной деятельности, коммуникативной деятельности, совместной продуктивной деятельности, а также в процессе взаимодействия с социумом:

- на совместных спортивных и культурно-массовых мероприятиях с воспитанниками других ДОО;
- на совместных мероприятиях по обеспечению преемственности со школами района;
- при отработке плана действий в случае возникновения пожара совместно с сотрудниками пожарной части;
- при проведении мероприятий по антитеррору и гражданской обороне.

2.4. Содержание деятельности в летний оздоровительный период

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, на сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций.

Главным направлением работы ДОО в летний оздоровительный период является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей. Разработана система профилактических и оздоровительных мероприятий, составлен комплексный план оздоровительно-профилактических мероприятий на каждую возрастную группу. Система мероприятий направлена на рациональное осуществление совместными усилиями педагогов, и родителей комплекса воспитательных и профилактических мер, направленных на укрепление здоровья растущего организма.

Цель:

Объединить усилия взрослых (сотрудников ДОО и родителей воспитанников) по созданию максимально эффективных условий, способствующих оздоровлению воспитанников в летний период, а также эмоциональному, личностному, познавательному развитию.

Задачи:

1. Создать условия, для укрепления здоровья и физического развития детей, повышение эффективности закаливающих мероприятий, совершенствование индивидуального дифференцированного подхода в работе по физическому воспитанию.
2. Обеспечить условия охраны жизни и здоровья детей, предупреждения травматизма.
3. Способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни и навыкам безопасного поведения.
4. Развивать любознательность, познавательную и творческую активность посредством включения дошкольников в элементарную поисковую, изобразительную, двигательную и музыкальную деятельность.
5. Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка.

Формы организации оздоровительной работы:

Закаливающие мероприятия.

Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей:

- элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, полоскание полости рта, мытье ног, хождение по влажной – сухой дорожке после сна);
- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями).

Утренняя гимнастика.

Цель проведения – повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия.

Традиционная гимнастика включает в себя простые гимнастические упражнения с обязательным включением дыхательных упражнений;

- упражнения с предметами и без предметов;

- упражнения на формирование правильной осанки;
- игровая гимнастика, оздоровительный бег.

Подвижные игры.

Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности, индивидуальных особенностей детей.

Виды игр:

- сюжетные (использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа);
- несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания;
- дворовые;
- народные;
- с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол).

Подвижные игры проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции.

Продолжительность игр для всех возрастных групп 10—20 минут.

Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы).

Их выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности.

Варианты:

- упражнения на развитие мелкой моторики;
- ритмические движения; упражнения на внимание и координацию движений;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных яблок;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных мышц;
- гимнастика расслабления;
- корректирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей);
- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на формирование свода стопы.

Элементы видов спорта, спортивные упражнения.

Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей.

Виды спортивных упражнений:

- катание на самокатах;
- езда на велосипеде;
- катание на роликовых коньках;
- футбол;
- баскетбол;
- бадминтон.

Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю. Проводятся на воздухе, на игровой или спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции.

Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна.

Гимнастика сюжетно-игрового характера.

Разминка после сна проводится с использованием различных упражнений:

- с предметами и без предметов;
- на формирование правильной осанки;
- на формирование свода стопы;
- имитационного характера;
- сюжетные или игровые;
- на координацию движений;
- на развитие мелкой моторики;
- в равновесии.

Индивидуальная работа в режиме дня.

Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки. Проводится в спортивном зале. Время устанавливается индивидуально.

Витаминизация: соки, фрукты.

Ожидаемые результаты:

- Повышение функциональных возможностей организма.
- Снижение заболеваемости и приобщение детей к ЗОЖ.
- Обогащение знаний детей, повышение их интереса к окружающему миру, творчеству, познанию.
- Развитие интереса к природе, положительных эмоциональных отношений, желание беречь её и заботиться о ней.
- Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни и развитие навыков безопасного поведения.

2.5. Организация партнерства по социальному партнерству с семьей воспитанников

Проблему воспитания, развития и формирования здорового ребенка невозможно решить в полной мере без активного участия в этом родителей. Сотрудничество с семьей является одним из важнейших условий реализации программы. Задача педагогического коллектива – установить конструктивные партнерские отношения, объединить усилия в области организации здорового образа жизни, создать атмосферу общности интересов, активизировать и обогащать воспитательные знания и умения родителей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
- Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим *направлениям*:

Культурно – досуговое	Дни открытых дверей. Совместные праздники и развлечения. Организация вечеров вопросов и ответов.
Просветительское	Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы); Собеседование (сбор информации); Анкетирование, тесты, опросы; Беседы; Встречи со специалистами; Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях); Индивидуальные консультации по возникшим вопросам Круглый стол;

	<p>Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее);</p> <p>Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.</p>
<p>Психофизическое направление.</p> <p>Участие родителей в педагогическом процессе</p>	<p>Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей.</p> <p>Спортивные соревнования.</p> <p>Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с детьми.</p> <p>Тренинги, семинары – практикумы.</p> <p>Совместная работа по изготовлению нетрадиционного физкультурного оборудования.</p> <p>Оформлении выставок рисунков «Растем здоровыми», «Спорт и я»; группового альбома «Наши спортивные традиции»</p>
<p>Персонализация передачи информации о здоровье каждого ребенка, реализуемой разнообразными средствами</p>	<p>«Паспорт здоровья ребенка»</p> <p>«Портфолио достижений»</p>

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени удовлетворенности родителей оказанными образовательными услугами.

Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

2.6. Взаимодействие с социумом

Дошкольное образование на современном этапе – это не только формирование определенных знаний, но и развитие базовых способностей личности ребенка, его социальных и культурных навыков, основ экологически целесообразного поведения, здорового образа жизни.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Вопросы здоровья детей, формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни, мотивации здорового образа жизни стоят в центре деятельности и нашего ДОУ.

Одним из направлений работы нашего дошкольного учреждения по формированию навыков здорового образа жизни является воспитание здорового ребенка.

Это достигается совместными усилиями детского сада, семьи, школы, поликлиники, спортивных учреждений. Такое партнерство требует четких и открытых связей, обмена информацией и совместных планов на будущее.

Цель: создание системы взаимосотрудничества с микросоциумом в воспитании здорового поколения, устойчивой мотивации потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих, содействие развитию и формированию социальных навыков у детей, укреплению их здоровья и безопасного образа жизни.

Педагогический коллектив детского сада строит свою работу на основе следующих принципов: ценностного отношения к детству, комплексно-тематического, интегративного, дифференцированного подхода к взаимодействию с социальными институтами и с семьями воспитанников.

Партнерство дошкольного образовательного учреждения:

- взаимодействие узких специалистов детского сада (медицинская сестра, инструктор по физической культуре, педагог-психолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель);
- взаимодействие с дошкольными образовательными организациями г. Хабаровска (участие воспитанников детского сада в совместных конкурсах, участие педагогов детского сада в методических объединениях ДОО города (креативное партнерство педагогов));

Партнерство работников дошкольного учреждения с представителями иных сфер:

- Сотрудничество с районной детской поликлиникой № 17 (Вакцинация воспитанников ДОО, поликлиника № 11 вакцинация работников ДОО, диспансеризация. Приглашение специалистов на родительские собрания, заседания семейного клуба. Просветительская работа с родителями детей, не посещающих дошкольные учреждения (размещение информации на стенде по работе с неорганизованными детьми);
- Сотрудничество с ГИБДД – экскурсии, проведение бесед с воспитанниками, просмотр мультимедийных фильмов о правилах ПДД;
- Сотрудничество с МЧС России (организация экскурсий, учебных тренировок по эвакуации воспитанников из здания детского сада);
- Сотрудничество с детскими центрами дополнительного образования: «Центр развития творчества детей и юношества» (посещение концертов, конкурсов, выставок. Организация совместных выступлений на праздниках, фестивалях).

Таким образом, современное дошкольное образовательное учреждение не может сегодня успешно реализовывать свою деятельность и развиваться без широкого сотрудничества с социумом на уровне социального партнерства.

2.7. Коррекционно-развивающая деятельность с детьми с ограниченными возможностями здоровья

В связи с тем, что учреждение посещают дети с различными нарушениями речи, в основной общеобразовательной программе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Хабаровска «Детский сад № 24 «Теремок» разработан раздел «Содержание коррекционно-развивающей работы».

Цель коррекционной работы: коррекция нарушений развития детей с ОВЗ, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы.

Задачи коррекционной работы:

- обеспечение адекватных возможностям и индивидуальным особенностям развития детей с ОВЗ организационно-педагогических условий, необходимых для качественного освоения ими содержания основной образовательной программы;
- разностороннее развитие детей с ОВЗ с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации;
- координация усилий всех субъектов образовательного процесса, принимающих участие в реализации Программы.

Данный раздел содержит специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья, в том числе механизмы адаптации Программы для указанных детей с использованием специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов, проведение подгрупповых и индивидуальных коррекционных занятий, и осуществления квалифицированной коррекции нарушений речевого и психологического развития.

Подходы к построению коррекционной работы:

- комплексный, предусматривающий учет психолого-медико-педагогических знаний о ребенке с ОВЗ;
- интегрированный, позволяющий осуществлять совместную деятельность различных специалистов, которые сопровождают развитие ребенка.

Структура системы коррекционной работы включает взаимосвязанные диагностические, коррекционно-развивающий, оздоровительно-профилактический и социально-

педагогический модули. Модульный принцип позволяет вносить своевременные изменения в процесс реализации индивидуального образовательного маршрута ребенка.

Коррекционно-развивающая работа с детьми с ОВЗ строится с учетом особых образовательных потребностей детей и заключений психолого-медико-педагогической комиссии.

Организация образовательного процесса в группе детей с ОВЗ предполагает соблюдение следующих направлений:

- регламент проведения и содержание занятий с ребенком с ОВЗ специалистами дошкольной образовательной организации (учителем-логопедом, педагогом-психологом, воспитателями, музыкальным руководителем, инструктором по физической культуре, педагогами дополнительного образования, медицинским персоналом);
- регламент и содержание работы психолого-педагогического консилиума (ППк) дошкольной образовательной организации.
- наличие *АОП* (образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья) с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей детей, обеспечивающих коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Условия реализации программы

Условия реализации программы «Здоровячок» подразумевают:

- наличие развивающей предметно-пространственной среды;
- материально-техническое обеспечение программы;
- программно-методическое обеспечение;
- кадровые условия;
- учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

3.1.1. Кадровое обеспечение:

Заведующий:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровячок»;
- контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- анализ реализации программы «Здоровячок»;
- проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом);
- контроль за реализацией программы «Здоровячок».

Инструктор по физической культуре:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- оценка физической подготовленности детей; определение показателей двигательной подготовленности детей;
- составление и реализация перспективного планирования укрепления здоровья, физического и двигательного развития детей;
- разработка и реализация плана – системы физкультурно-оздоровительных мероприятий в группе;
- включение в физкультурные занятия упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия, упражнений на релаксацию, закаливающих мероприятий;
- проведение физ.занятий, спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья;
- участие в проведении корригирующей гимнастики после дневного сна, утренней гимнастики, закаливания;
- контроль за состоянием здоровья детей, их работоспособностью, утомляемостью, физической и психической нагрузкой;
- проведение тематических родительских собраний, бесед, индивидуальных и групповых консультаций, семинаров – практикумов, с использованием наглядной информации;
- пропаганда здорового образа жизни.

Воспитатели, музыкальный руководитель:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- включение в физкультурные занятия, в утреннюю гимнастику:
 - упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия;
 - упражнений на релаксацию;
 - дыхательных упражнений;
- закаливающие мероприятия:
 - сниженная температура воздуха;
 - облегченная одежда детей;
 - умывание прохладной водой, полоскание полости рта, мытье ног, хождение по влажной – сухой дорожке после сна);
 - закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями);
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья;
- проведение занятий по образовательной области «Физическое развитие», ООД по ОБЖ;
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - дыхательной гимнастики,
 - релаксационных,
 - самомассажа,
 - упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки,
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей.

Медсестра:

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

Заведующий хозяйством:

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

Повар:

- организация рационального питания детей;
- контроль за соблюдением технологий приготовления блюд;
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке.

Младший обслуживающий персонал:

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

3.1.2 Материально-техническое обеспечение программы в ДОУ

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

- Медицинский кабинет, процедурный кабинет, которые оснащены медицинским оборудованием.
- Физкультурный зал (совмещен с музыкальным). Имеется необходимое оборудование, спортивный инвентарь (гимнастическими скамьями, спортивными матами; ребристыми досками, мячами, обручами, канатами и другим необходимым оборудованием (*Приложение 5*)).
- Спортивная площадка (спортивный комплекс для лазания, оборудование для разных видов ходьбы, равновесия, полоса препятствий, яма для прыжков в длину);

- Учебно-игровая площадка для изучения ПДД.

Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность физкультурных занятий.

- Методическая литература для организации эффективной двигательной активности детей, развития основных видов движений.
- В каждой возрастной группе имеются спортивные центры, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов.

Все оборудование соответствует возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Материалы, из которых изготовлено оборудование, отвечает гигиеническим требованиям, экологически чистые и прочные. *(Приложение 5)*

3.1.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Для успешного формирования у дошкольников культуры здоровья и безопасного образа жизни в ДОО созданы условия, в первую очередь, предметно-развивающая и игровая среда.

В ДОО предметно-развивающая среда организована по принципу обеспечения здорового образа жизни, безопасности, вариативности и гигиенического соответствия.

Чем полнее и разнообразнее представляемый ребенку материал для двигательной активности, занятий физической культурой, занятий ОБЖ, тем более вероятным будет своевременное прохождение этапов вовлечения ребенка в здоровое берегающее пространство.

С целью стимулирования двигательной активности детей, обогащения двигательного опыта, приобщения к культуре здоровья в каждой группе ДОО оборудованы физкультурные уголки, где расположены дидактические игры и другой занимательный материал. Для того чтобы предметно-развивающая среда побуждала ребёнка к новой двигательной активности, способствовала укреплению его здоровья, она обладает мобильностью. Все имеющиеся в группах пособия и материалы всегда находятся в распоряжении детей.

3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОО

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование культуры здоровья и безопасного образа жизни.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей;
- принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего воспитательно – образовательного процесса и всех видов деятельности;
- принцип результативности 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 положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1) Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОО;
- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима.

2) Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов;
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;

- систематическое повышение квалификации педагогических кадров;
- составление планов оздоровления;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3) Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье.

4) Профилактическое направление

- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний;
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики;
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

3.2.1. Организация режима дня

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Режим дня в группах устанавливается с учетом Сан ПиН 2.4.1.3147-13. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Распорядок дня включает:

Прием пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы групп (завтрак или обед, или завтрак и обед, или полдник, возможны другие варианты).

Ежедневная прогулка детей, её продолжительность составляет не менее 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с (*таблица прогулок, стр. 86*). Во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО.

Дневной сон. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часа, из которых 2,0-2,5 отводится дневному сну. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе (веранды). Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Самостоятельная деятельность детей 2-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

Образовательная деятельность. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин., в средней группе (дети пятого года жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности (организованной образовательной деятельности) для детей 4-го года жизни - 15 минут, для детей 5-го года жизни - 20 минут, для детей 6-го года жизни - 25 минут, а для детей 7-го, 8-го года жизни - 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного

на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкульт-минутку. Перерывы между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут.

По действующему СанПиН 1.2.3685-21 для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью 10 минут; для детей 4-5 лет планируют 10 занятий в неделю продолжительностью 20 минут; для детей 5-6 лет планируют 13 занятий в неделю продолжительностью 25 минут; для детей 6-8 лет планируют 14 занятий в неделю продолжительностью 30 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2-3 раз в неделю. Ее продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день. В середине образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

Образовательную деятельность по *физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет* организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-8 лет следует круглогодично организовывать образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должна занимать не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

Домашние задания воспитанникам дошкольных образовательных организаций не задают.

Каникулы. В середине года (январь) для воспитанников дошкольных групп рекомендуется организовывать недельные каникулы, во время которых проводят образовательную деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В дни каникул и в летний период учебные образовательные деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие, а также увеличивать продолжительность прогулок.

Общественно полезный труд детей старшей и подготовительной групп. Он проводится в форме самообслуживания, элементарного хозяйственно-бытового труда и труда на природе (сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям). Его продолжительность не должна превышать 20 минут в день.

Разные формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающим мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Предусмотрен объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

Для реализации двигательной активности детей следует использовать оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы ДО, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

В соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 примерный режим дня скорректирован с учётом климата (теплого и холодного периода).

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между ее различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

В режимах дня выделено специальное время для чтения, это не является обязательным элементом режима, это время можно заменить работой кружка или самостоятельной деятельностью детей.

Для каждой возрастной группы разработан режим дня для холодного и теплого времени года.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья, возраста детей и времени года.

3.2.2. Модель двигательного режима

Деятельность	1 Младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультминутки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкально – ритмические движения	ООД по музыкальному развитию 6-8 мин.	ООД по музыкальному развитию 6-8 мин.	ООД по музыкальному развитию 8-10 мин.	ООД по музыкальному развитию 10-12 мин.	ООД по музыкальному развитию 12-15 мин.
Организованная образовательная деятельность по физическому развитию (2- в зале, 1 на улице в ст. и подг. группах)	2 раз в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 25-30 мин.
Подвижные игры:	Ежедневно не менее	Ежедневно не менее	Ежедневно не менее	Ежедневно не менее	Ежедневно не менее

- сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты; - аттракционы	двух игр по 4-5 мин.	менее двух игр по 5-7 мин.	двух игр по 7-8 мин.	менее двух игр по 8-10 мин.	менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения - дыхательная гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - зрительная гимнастика	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц по 30-35 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15-20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 м.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.				

3.2.3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	1 младшая группа Все группы	Ежедневно в адаптационный период ежедневно	Воспитатели, медсестра, педагоги все педагоги, медсестра
2.	Двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор ФК

2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор ФК
2.2.	Организованная образовательная деятельность по физическому развитию - в физкультурном зале; - на спортивной площадке.	Все дошкольные группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	инструктор ФК, воспитатели
2.3.	Спортивные упражнения (санки, велосипеды и др.)	группы дошк.в.	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4.	Элементы спортивных игр	старшая, подготовит	2 р. в неделю	Воспитатели, Инструктор ФК
2.5	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг	Все группы Все группы	1 р. в неделю 1 р. в месяц	Воспитатели инструктор ФК
2.6.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	все группы старшая, подг.гр.	2 р. в год 2 р. в год	Воспитатели, муз. руководитель инструктор ФК
2.7.	Каникулы (организация двигательной активности детей)	Все группы	в соответствии с годовым календарным учебным графиком	Все педагоги
3.	Лечебно – профилактические мероприятия			
3.1.	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	воспитатели
3.2.	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели
4	Закаливание			
4.1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2.	Ходьба босиком	Все группы	Лето	Воспитатели
4.3.	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели
4.4.	Мытьё рук, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели

3.2.4. Модель закаливания детей дошкольного возраста

фактор	мероприятие	место в режиме дня	периодичность	дозировка	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
вода	обливание ног	после дневной прогулки	июнь-август ежедневно	нач. t воды +18+20 20-30 сек.		+	+	+	+
	умывание	после каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно	t воды +28+20	+	+	+	+	+
воздух	облегченная одежда	в течении дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	от 1,5 до 3 часов, в зависимости от сезона и погодных условий	+	+	+	+	+
	утренняя гимнастика на воздухе	-	июнь-август	в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
	физкультурные занятия на воздухе	-	в течение года	10-30 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
	воздушные ванны	после сна	ежедневно, в течение года	5-10 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
		на прогулке	июнь-август	-					
	выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+	+

	дневной сон с открытой фрамугой	-	в теплый период	t возд.+15 +16		+	+	+	+
	бодрящая гимнастика	после сна	ежедневно, в течение года			+	+	+	+
	дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физкультурном занятии, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений			+	+	+
	дозированные солнечные ванны	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	с 9.00 до 10.00 ч. по графику до 25 мин. до 30 мин.		+	+	+	+
рецепторы	босохождение в обычных условиях	в течение дня	ежедневно, в течение года	3-5 мин	+				
	пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин		+			
	контрастное босохождение (песок-трава)	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	от 10 до 15 мин		+	+	+	+
	массаж стоп	перед сном	в течение года	1 раз в неделю			+	+	

3.2.5. Организация прогулок

Суммарная продолжительность ежедневных прогулок в течение дня составляет 3-4 часа. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Продолжительность прогулки определяется воспитателем в зависимости от климатических условий.

Таблица выхода на прогулку в зимний период (региональный компонент)

Климатический пояс				ВЕЛИЧИНА ОХЛАЖДЕНИЯ												Возраст детей	А	Б	В			
I	II	III	IV													1-3 г.	40 мин	20 мин	-			
29	30	31	32	3															3-4 г.	45 мин	20 мин	-
28	29	30	31	3															4-5 лет	50 м	40 м	15 м
27	28	29	30	3	3														5-7 лет	60 мин	50 мин	30 мин
26	27	28	29	2	3														<p>Руководство к использованию таблицы</p> <p>Хабаровский край относится ко второму климатическому поясу (вертикальный столбик зеленого цвета). Как определить длительность прогулки для каждой возрастной группы? Например, по сообщению Гидрометеоцентра на улице -18С и скорость ветра – 8 м/с. Необходимо соединить скорость ветра – 8 м/с (по вертикале) и температуру -18 С (по горизонтали), то на точке пересечения будет реальная температура воздуха -28С, которая находится в зоне Б (голубого цвета). В таблице №1 «Режим прогулок» легко определить длительность</p>			
25	26	27	28	2	3	3																
24	25	26	27	2	3	3	3															
23	24	25	26	2	3	3	3	3														
22	23	24	25	2	3	3	3	3	3													
21	22	23	24	2	3	3	3	3	3	3												
20	21	22	23	2	3	3	3	3	3	3	3											
19	20	21	22	2	3	3	3	3	3	3	3	3										
18	19	20	21	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3									
17	18	19	20	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3								
16	17	18	19	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3							
15	16	17	18	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3						
14	15	16	17	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
13	14	15	16	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
12	13	14	15	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
11	12	13	14	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
10	11	12	13	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
9	10	11	12	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
8	9	10	11	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
7	8	9	10	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
6	7	8	9	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
5	6	7	8	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
4	5	6	7	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
3	4	5	6	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
2	3	4	5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
1	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
0	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					

	1 0	1 1		1 1	1 3	1 5	1 7	1 9	2 1	2 3	2 5	2 7	2 9	3 1		прогулки для каждой возрастной группы.
		1 0		1 0	1 2	1 4	1 6	1 8	2 0	2 2	2 4	2 6	2 8	3 0	3 2	
Температура				0	5	6	7	8	9	0	1	1	2	3	4	
				Относительная скорость ветра												

3.3. Санитарно-просветительская работа в ДОУ

Организация санитарного просвещения в ДОУ - это совокупность образовательных, воспитательных, агитационных и пропагандистских мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, профилактику заболеваний, сохранение и укрепление здоровья и трудоспособности людей, продление их активной жизни. Цель санитарно-просветительской работы — формирование убеждения в необходимости соблюдения правил здорового образа жизни на основе знаний о причинах заболевания, методах их предупреждения и поддержания организма в здоровом состоянии.

- **У воспитанников** - формирование представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья.
- **У родителей** - повышение педагогической культуры. Изучение и обобщение лучшего опыта семейного воспитания. Приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы.

Формы просветительской работы в ДОУ:

- Беседы, лекции, семинары с демонстрацией эффективных методов и приемов работы с детьми и родителями.
- Родительские собрания, деловые игры.
- Стендовая информация (брошюры, памятки, буклеты, листовки, санитарно-гигиенические газеты, «Уголок здоровья», «Уголок безопасности»).
- Презентации.
- Информация на сайте ДОУ.

3.4. Система методической работы по повышению компетентности педагогов

Методическая работа по совершенствованию мастерства воспитателей направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

Работа с педагогами - одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- Просветительская работа по направлениям программы «Здоровячок»;
- Консультации для воспитателей по сохранению собственного здоровья;
- Обучение педагогов методике проведения мониторинга по физической подготовленности дошкольников.

Организационно - методические мероприятия:

- Повышение профессиональной компетентности педагогов по совершенствованию образовательной деятельности в ДОУ по физической культуре:
 - курсы повышения квалификации, мастер – классы, деловые игры, семинары- практикумы, круглые столы, КВН, викторины, педагогические ринги и тд;
 - обмен опытом в виде презентаций на педсоветах;

- изучение новинок и нетрадиционных подходов в физическом воспитании; участие в конкурсах.

- Реализация комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий.
- Пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, праздников, выставок, мультимедийных презентаций, буклетов).
- Информирование родителей о содержании работы ДОУ, вовлечение родителей в жизнь детей, пропаганду здорового образа жизни, ведение поиска путей сотрудничества.
- Повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирование здорового образа жизни.
- Оказание помощи педагогам в проведении современных методов мониторинга здоровья.

3.5. Программно-методическое обеспечение программы

1. Основная образовательная программа МАДОУ «Детский сад № 24 «Теремок», разработанная в соответствии с Примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой).
2. Учебно-методические пособия, модели, используемые взрослым в процессе обучения детей.
3. Наглядно-дидактический материал.
4. Дидактические пособия (игры, предметы и игровые материалы, с которыми ребенок действует преимущественно самостоятельно или в совместной со взрослым и сверстниками деятельности) (*Приложение 6*)
5. Литература
6. Электронные образовательные ресурсы (презентации, видеофильмы и пр.)