

5
ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБДОУ детского сада
№ 26 «Аленький цветочек»
Протокол № 7 от 31.08.2021 г.

«Согласовано»
Общим собранием МБДОУ
детского сада № 26
«Аленький цветочек»
Протокол № 5 от 30.08.2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ детского сада
№ 26 «Аленький цветочек»
Приказ № 192 от 31.08.2021 г.
С.В. Шаталова



ПРОГРАММА ОЗДОРОВЛЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ
«БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ»
МБДОУ детского сада № 26 «Аленький цветочек»
на 2021-2023 годы

г. Пятигорск
2021 г.

Содержание

№		Страница
1. Целевой раздел		
1.1.	Паспорт программы «Будьте здоровы»	3
1.2.	Пояснительная записка	4
1.3.	Цели и задачи реализации программы	6
1.4.	Концептуальные положения программы	6
1.5.	Планируемые результаты	9
2. Содержательный раздел		
2.1.	Основные направления здоровьесберегающей деятельности в ДОУ	10
2.2.	Система методической работы по повышению компетентности педагогов	11
2.3.	Направления взаимодействия ДОУ и семьи в воспитании у детей потребности здорового образа жизни	13
2.4.	Организация рациональной двигательной активности детей	16
2.5.	Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия	17
3. Организационный раздел		
3.1.	Система физкультурно – оздоровительной работы	19
3.2.	Система профилактическо-оздоровительной работы	21
3.3.	Мониторинг реализации программы «Будьте здоровы»	25
3.4.	Показатели эффективности программы	26
	Литература	43

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Паспорт программы «Будьте здоровы»

Наименование программы	Программа оздоровления детей в ДОУ «Будьте здоровы».
Основания для разработки Программы	Конвенция ООН «О правах ребёнка». «Семейный кодекс РФ». Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г.; СанПиН 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
Участники программы	Педагоги, воспитанники, родители
Цель Программы	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
Задачи программы	1. Создать оптимальные условия для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей дошкольного возраста и формирования привычки здорового образа жизни; 2. Внедрить в работу ДОУ современные здоровьесберегающие педагогические технологии оздоровления дошкольников; 3. Повысить профессиональную культуру педагогов в вопросах здоровьесбережения посредством повышения качества методической работы; 4. Повысить компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения дошкольников; 5. Формировать у всех участников программы умения и желание заботиться о своем здоровье, потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности;
Ожидаемые результаты	1. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников; 2. Повышение мотивации педагогов к самооздоровлению и профессиональному совершенствованию;

	3. Осознание детьми в соответствии с возрастом смысла здорового образа жизни, овладение разнообразными видами двигательной активности и закаливания; 4. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
Срок реализации Программы	2021 – 2023г.

1.2. Пояснительная записка

Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно - правовых документов: Законом РФ "Об образовании в РФ" от 29.12.2012 г. №273, "СанПиНом 2.4.13049 – 13», Указом президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ" от 07.11. 1997г. № 1175, «Конвенцией о правах ребенка».

Современная социально - экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Наметившаяся во всем мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательно-оздоровительных программ, начиная с дошкольного возраста, поскольку именно в этот период у ребенка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни.

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

Данная программа нацелена на организацию деятельности педагогического коллектива, которая должна способствовать сохранению и укреплению здоровья детей, всестороннему физическому развитию детей.

Программа «Будьте здоровы» представляет собой систему физкультурно-оздоровительных, закаливающих, образовательных мероприятий.

Актуальность программы

Здоровье человека – тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребёнка стало редкостью, растёт число недоношенных детей, число врождённых аномалий, число детей с речевыми расстройствами. Причин роста патологии множество. Это плохая экология и несбалансированное питание, снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки.

Сегодня еще так же к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Формирование отношения ребенка к здоровому образу жизни немислимо без активного участия в этом процессе педагогов, всего персонала детского сада и непосредственного участия родителей.

В центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребенка. В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передает семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов»

Но первостепенной задачей любого дошкольного учреждения является не только укрепление здоровья и физическое развитие воспитанников, их функциональное совершенствование, но и здоровье педагогов, повышение работоспособности их организма. Оценить значимость здоровья педагога при таком подходе нетрудно — больной воспитатель не может воспитать здоровых детей.

Ухудшение психологического здоровья педагога снижает эффективность обучения и воспитания, повышает конфликтность во взаимоотношениях с детьми и с коллегами, способствует возникновению и закреплению в структуре характера и профессиональных качествах негативных черт. Поэтому знание закономерностей сохранения и укрепления профессионального здоровья в педагогической деятельности, умение управлять собственными негативными эмоциями и состояниями, а также валеологическая компетентность являются важными компонентами успеха деятельности педагога.

Одним из направлений работы нашего детского сада, является здоровьесбережение в ДОУ. Педагогический коллектив дошкольного учреждения четко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДОУ прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

В результате этого в детском саду разработана программа «Будьте здоровы» Программа «Будьте здоровы» комплексно подходит к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья детей.

Для реализации программы не требуется дополнительных часов, они входят во все образовательные области программы, воспитательные мероприятия при совместной деятельности педагогов, родителей и детей.

Открытость нашей Программы предусматривает то, что каждый воспитатель может самостоятельно дополнять, менять конкретное содержание непосредственно образовательной деятельности с детьми, так как результаты анкетирования, наблюдения, взаимодействия будут анализироваться только ими.

В настоящее время Программа успешно внедряется в нашем детском саду. Программа содержит базовый компонент, который конкретизируется с учетом социального статуса семьи, контингента воспитанников и заинтересованности педагогического состава ДОО. Она состоит из ряда направлений, каждый из которых включает комплекс тем.

1.3. Цели и задачи программы

Цель программы: Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи программы:

- ✓ Создать оптимальные условия для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей дошкольного возраста и формирования привычки здорового образа жизни;
- ✓ Внедрить в работу ДОО современные здоровьесберегающие педагогические технологии оздоровления дошкольников;
- ✓ Повысить профессиональную культуру педагогов в вопросах здоровьесбережения посредством повышения качества методической работы;
- ✓ Повысить компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения дошкольников;
- ✓ Формировать у всех участников программы умения и желание заботиться о своем здоровье, потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности;

1.4. Концептуальные положения программы

Условия реализации программы

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

- Медицинский и процедурный кабинеты, которые оснащены медицинским оборудованием;
- Физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарём. 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 уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов.

Оборудование соответствует возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Материалы, из которых изготовлено оборудование, отвечает гигиеническим требованиям, экологически чистые и прочные.

Концепция программы

Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

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

Основные принципы программы

- ***Научности*** (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками);
- ***Доступности*** (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- ***Активности*** (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- ***Сознательности*** (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- ***Систематичности*** (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- ***Целенаправленности*** (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий четко определенной цели);
- ***Оптимальности*** (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки);
- ***Комплексности и интегративности*** – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

- **Преемственности** – поддержка связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
- **Результативности и гарантированности** - реализация прав детей на получение помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей

Принципы формирования профессионального здоровья педагогов

- **Аксиологический принцип** предопределяет рассмотрение здоровья личности в качестве высшей человеческой ценности;
- **Гуманистический принцип** предопределяет переоценку всех компонентов воспитательно-образовательного процесса, признавая ценностью не только воспитанника как личности и его права на здоровье, но и педагога, состояния его телесного, душевного и духовного здоровья;
- **Культурологический принцип** реализует признание педагога как носителя культурных норм, лучших традиций человечества, в том числе в вопросах культуры здоровья как основы оптимального психофизического состояния воспитанников;
- **Принцип социальной значимости** позволяет считать, что получаемый педагогом индивидуальный опыт созидания собственного здоровья приобретает общественную значимость, поскольку педагог как носитель культуры здоровья способен распространять идеи, образцы и нормы здоровьесбережения, формировать здоровьесориентированное поведение в социуме.

Принципы взаимодействия с семьей

- **Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия** — принцип без которого все попытка наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу значит направить совместные действия на воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.
- **Принцип согласованности действий.** Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы педагогами и родителями между собой, в противном случае ребенку невозможно усвоить правила здорового образа жизни.
- **Принцип самовоспитания и самообучения.** Ребенок чувствует как никто другой обман со стороны взрослого. Потерять доверие со стороны ребенка очень легко, завоевать трудно и почти невозможно, если его постоянно обманывают.
- **Принцип ненавязчивости.** Благодаря этому принципу педагоги и родители должны себя чувствовать партнерами в воспитании у дошкольников здорового образа жизни.
- **Принцип жизненного опыта.** Не бойтесь поделиться своим опытом и выслушать опыт родителей, возможно в совместных действиях он пригодится, и вы не набьете лишних «шишек» в общении с детьми.

- **Принцип безусловного принятия.** Вместе с родителями обсудите эту тему. Безусловно, принимать ребенка — значит любить его не за то что, что он красивый, умный, способный и т.д., а просто так, за то, что он есть!

1.5. Ожидаемые результаты

Мы считаем, что система оздоровительной работы по программе «Будьте здоровы» позволит нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей и педагогов, в формировании у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

- Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников;

- Повышение мотивации педагогов к самооздоровлению и профессиональному совершенствованию;

- Осознание детьми в соответствии с возрастом смысла здорового образа жизни, овладение разнообразными видами двигательной активности и закаливания;

- Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.

Решение задач укрепления и сохранения здоровья детей в детском саду должно достигаться системой лечебно-профилактической работы, разумной организацией жизни детей в группе, правильном чередовании различных видов деятельности, обеспечением рационального двигательного режима, бережным отношением к потребностям и желаниям каждого ребенка, эффективным использованием естественных природных факторов. При разработке программы «Будьте здоровы», в ДОО проводилась большая совместная работа по возможности и целесообразности использования комплекса физкультурно-оздоровительных мероприятий, где учитывалось мнение всех сторон (родителей, педагогов ДОО, медицинских работников ДОО, а также материально-технические условия, кадровое и методическое обеспечение).

Задачи реализуются через следующие направления:

- Психолого-педагогическая.
- Профилактико-оздоровительная работа.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Основные направления здоровосберегающей деятельности в ДОУ.

Психолого-педагогическая работа направлена на формирование физической культуры и культуры здоровья воспитанников. Забота о здоровье детей в нашем ДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма:

Основные задачи психолого-педагогической работы:

– Создать условия для накопления и обогащения двигательного опыта (развитие основных движений) дошкольников, двигательных качеств и их активной двигательной деятельности.

– Формировать у детей культуру здоровья, привычку к здоровому образу жизни.

– Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия.

Оздоровительно - профилактическое направление включает работу профилактическую и оздоровительную.

Профилактическая работа включает в себя систему мероприятий и мер (гигиенических, социальных, медицинских, психолого-педагогических), направленных на охрану здоровья и предупреждение возникновения его нарушений, обеспечение нормального роста и развития, сохранение умственной и физической работоспособности детей.

Оздоровительная работа предполагает проведение системы мероприятий и мер (медицинских, психолого-педагогических, гигиенических и др.), направленных на сохранение и (или) укрепление здоровья детей.

Повышение квалификации — это учебный процесс, предполагающий сохранение приобретенной квалификации, а также приведение ее в связи с изменяющейся обстановкой, доведение до уровня, который соответствует деятельности учреждения.

Повышение квалификации педагогических кадров в физкультурно-оздоровительной деятельности ставит перед собой следующие задачи:

1) внедрение в практику инновационных медицинских и педагогических технологий;

2) обобщение и распространение передового педагогического опыта педагогов;

3) совершенствование информационного обеспечения.

Педагогические технологии в образовательном процессе

Личностно ориентированные технологии воспитания и обучения	Игровые, проблемные ситуации Индивидуальные беседы Коммуникативные игры
Здоровьесберегающие технологии	Закаливание Дыхательная гимнастика Гимнастика для глаз

	Пальчиковая гимнастика Ортопедическая гимнастика (профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки) Корректирующая гимнастика Музыкальная терапия Динамические паузы Подвижные и спортивные игры Хождение по дорожкам «здоровья»
Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка	Психолого-педагогическое сопровождение развития ребенка Релаксация Психогимнастика Элементы сказкотерапии Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ

Методы физического развития в ДОУ

1. Наглядные:	<ul style="list-style-type: none"> • наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); • наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); • тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)
2. Словесные:	<ul style="list-style-type: none"> • объяснения, пояснения, указания; • подача команд, распоряжений, сигналов; • вопросы к детям; • образный сюжетный рассказ, беседа; • словесная инструкция
3. Практические:	<ul style="list-style-type: none"> • повторение упражнений без изменения и с изменениями; • про ведение упражнений в игровой форме; • проведение упражнений в соревновательной форме

2.2. Система методической работы по повышению компетентности педагогов.

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 «Будьте здоровы»;
- Консультации для воспитателей по сохранению собственного здоровья;
- Обучение педагогов методике проведения мониторинга по физической подготовленности дошкольников.

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.

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДООУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
3. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
4. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
5. Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
6. Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
7. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
8. Пропаганда здорового образа жизни.
9. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

1. Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
2. Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
3. Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
4. Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
5. Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
6. Беседы, валеологические занятия.

Работа по укреплению здоровья сотрудников

Обеспечивая условия здоровьесбережения детей, не нужно забывать о здоровье педагогов, так как только здоровый педагог может воспитать здорового ребенка.

- ✓ Ежегодные периодические медицинские осмотры;

- ✓ Работа с психологом;
- ✓ Проведение педагогических советов нетрадиционной формы;
- ✓ Информационные бюллетени по укреплению физического и психического здоровья.

2.3. Направления взаимодействия ДОО и семьи в воспитании у детей потребности здорового образа жизни.

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада.

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.

– Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.

– Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаляющих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность.

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого–педагогических проблем развития ребёнка.
- Вооружение родителей основами психолого–педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

- Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
 - Дни открытых дверей.
 - Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
 - Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
 - Совместные занятия для детей и родителей.
 - Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
 - Организация совместных дел.

Формы и виды работы с детьми в семье и ДОУ

№ п/п	Формы работы в детском саду	Формы работы в семье
1.	Беседы педагога с детьми при: формировании культурно-гигиенических навыков; организации питания.	Беседы отца и матери: «Вкусные посиделки»; «Чистота тела»; «Организация сна»; «Мои чистые игрушки»; «Я люблю комнатные растения».
2.	Занятия: физическая культура; уроки здоровья; плавание спортивные праздники, развлечения с участием родителей.	Оздоровительные традиции в семье: ходим в баню; на лыжах, в походы. Оздоровительные игры в семье: профилактика осанки, зрения, плоскостопия; игры для предупреждения гиподинамии.
3.	Чтение художественной литературы.	Чтение художественной литературы.
4.	Просмотр дисков, презентаций на тему «Здоровье» (требования САНПиНа)	Просмотр телепередач в выходные дни (программы «Здоровье»).
6.	Познавательное развитие: беседы о ЗОЖ; рассказы из личного опыта; беседы старшей м/сестры, врача.	Беседы отца: я веду здоровый образ жизни. Беседы матери: я веду активный и подвижный образ жизни; физические качества отца.
7.	Информационное поле для детей:	Информационное поле для родителей:

выпуск брошюр, плакатов; анкетирование; интервьюирование.	непосредственное участие в выпуске плакатов; газет (подкрепление фотографиями из семейного архива); анкетирование; освещение в СМИ.
---	--

Для успешной работы с родителями используем план изучения семьи:

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- стиль и фон семейной жизни, какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

- Анкета для родителей.
- Беседы с родителями.
- Беседы с ребёнком.
- Наблюдение за ребёнком.
- Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

- Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
- Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
- Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
- Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
- Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
- Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
- О питании дошкольников.
- Особенности физического и нервно-психического развития у часто болеющих детей.
- Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.

- Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
- Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.
- Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
- Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка

План работы с родителями на ближайшие 5 лет

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников.

2. Для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.

3. Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей».

4. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.

5. Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы, выполнение с детьми заданий в домашних тетрадах.

2.4. Организация рациональной двигательной активности детей.

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

Активная двигательная деятельность способствует:

1. Повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды;

2. Совершенствованию реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям;

3. Повышению физической работоспособности;

4. Нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможной коррекции врождённых или приобретённых дефектов физического развития;

5. Повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья

Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:

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

- Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
- Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
- Контроль за физическим воспитанием.
- Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов.
- Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации двигательной активности в ДОУ:

- физические занятия в зале и на спортивной площадке;
- занятия по плаванию в бассейне;
- утренняя гимнастика;
- физкультминутки;
- оздоровительный бег;
- физкультурные досуги, праздники, “Дни здоровья”;
- индивидуальная работа с детьми по овладению ОВД

Пути реализации рациональной двигательной активности детей:

- Выполнение режима двигательной активности всеми педагогами ДОУ;
- Преобладание циклических упражнений на физкультурных занятиях для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества;
 - Использование игр, упражнений соревновательного характера на физкультурных занятиях и занятиях по плаванию

2.5. Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия

Психическое здоровье детей обуславливается их полноценным психическим развитием, которое, в свою очередь, предполагает развитие базовых психических процессов дошкольников – восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления (анализа, синтеза, обобщения, классификации), речи.

Профилактика эмоционального благополучия детей в нашем ДОУ осуществляется в двух основных направлениях:

1. обеспечение более благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей,
2. создание благоприятной эмоциональной обстановки в детском коллективе.

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

- анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;

- гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- использование специальных педагогических приемов (знакомство ребенка с жизнью в детском саду при помощи адаптационного альбома, организация фотовыставки «Моя семья», введение в групповую предметную среду любимых домашних игрушек детей и др.);
- создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон;
- просвещение родителей (групповые, индивидуальные и стендовые консультации);

Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- диагностика эмоционального благополучия детей через наблюдение, анализ продуктивных видов деятельности детей, использование проективных методик;
- индивидуальные консультации воспитателей с родителями;
- индивидуальные беседы с воспитанниками;
- обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;
- обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- организация «уголков психологической разгрузки» (зон уединения детей) в группах;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка на занятиях и в свободной деятельности;
- формирование культуры общения детей;
- проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;
- рациональное применение «музыкотерапии» (используется при необходимости на занятиях, при выполнении релаксационных упражнений, при укладывании детей на дневной сон и их пробуждении и др.).

Новые подходы в профилактике эмоционального благополучия:

- обучение детей приемам релаксации;
- разработка и введение в воспитательно-образовательный процесс цикла занятий психолога с детьми 5-7 лет, направленных на формирование умений дошкольников по оказанию психологической помощи и самопомощи в различных жизненных ситуациях.

Необходимость обучения детей приемам релаксации обусловлена тем, что большинству детей свойственно нарушение равновесия между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность, двигательное беспокойство. Любые, даже незначительные стрессовые ситуации перегружают их слабую нервную систему. Мышечная и эмоциональная раскованность — важное условие для становления естественной речи и правильных телодвижений. Детям нужно дать почувствовать, что мышечное напряжение по их воле может смениться приятным расслаблением и спокойствием. Установлено, что эмоциональное возбуждение ослабевает, если мышцы в достаточной степени расслаблены. При этом также снижается уровень бодрствования головного мозга, и человек становится наиболее внушаемым. Когда дети научатся свободно расслаблять мышцы, тогда можно перейти к вербальному воздействию (суггестии). Важно знать, что метод релаксации, по заключению специалистов, является физиологически безопасным и не дает негативных последствий.

В момент вербального воздействия дети находятся в состоянии расслабленности, их глаза закрыты; происходит определенное отключение от окружающего. Это значительно усиливает воздействие слова на психику ребенка. Цель такого воздействия — помочь детям снять эмоциональное напряжение, обрести спокойствие, уравновешенность, уверенность в себе и в своей речи, а также закрепить в их сознании необходимость использования мышечной релаксацией после каких-либо стрессов.

Некоторым, особенно возбужденным, отвлекаемым детям не удастся сосредоточиться на занятии и успокоиться во время проведения сеанса релаксации, когда требуется расслабление по контрасту с напряжением и когда только еще вырабатывается чувство мышцы. Не следует их заставлять непременно повторять упражнения. Можно разрешить им молча, спокойно посидеть на занятии, посмотреть, как расслабляются остальные. Пребывание в позе покоя уже само по себе окажет на них положительное воздействие.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Система физкультурно-оздоровительной работы

Двигательный режим

Формы работы	Ранний Возраст	Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Подготовительный
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 4-5 мин.	Ежедневно 5-6 мин.	Ежедневно 6-8 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультмину	По	По	По	По	По

тки	необходимо сти на обучающих занятиях 2- 3 мин.	необходимо сти на обучающих занятиях 2- 3 мин.	необходимо сти на обучающих занятиях 2- 3 мин.	необходимо сти на обучающих занятиях 2- 3 мин.	необходимо сти на обучающих занятиях 2- 3 мин.
Музыкально- ритмические движения	На музыкальн ых занятиях 4-6 мин.	На музыкальн ых занятиях 6-8 мин.	На музыкальн ых занятиях 8-10 мин.	На музыкальн ых занятиях 10-12 мин.	На музыкальн ых занятиях 12-15 мин.
Физкультурны е занятия (2 в зале, 1 на улице)	3 раза в неделю 10 мин.	3 раза в неделю 15 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в неделю 25 мин.	3 раза в неделю 30 мин.
Индивидуальн ая работа по профилактике нарушения осанки и плоскостопия	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Подвижные игры на прогулке	Ежедневно не менее 2 игр 4-5 ин.	Ежедневно не менее 2 игр 5-7 мин.	Ежедневно не менее 2 игр 7-8 мин.	Ежедневно не менее 2 игр 8-10 мин.	Ежедневно не менее 2 игр 10-12 мин.
Игровые упражнения на Выполнение ОВД	Ежедневно по подгруппам 3-4 мин.	Ежедневно по подгруппам 4-6 мин.	Ежедневно по подгруппам 6-8 мин.	Ежедневно по подгруппам 6-8 мин.	Ежедневно по подгруппам 8-10 мин.
Оздоровительн ые мероприятия - гимнастика после пробуждения - дыхательная гимнастика -точечный массаж	Ежедневно 4 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 2-3 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.
Физкультурны й досуг	1 раз в месяц 10 мин.	1 раз в месяц 15 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 25-30 мин.	1 раз в месяц до 40 мин.

Спортивный праздник	2 раза в год до 15 мин.	2 раза в год до 20 мин.	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 1 часа	2 раза в год до 1 часа
Самостоятельная двигательная активность детей в течение дня		Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.			

Летняя оздоровительная работа.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на лугу, спортивной площадке);
- туризм (походы, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

3.2. Система профилактическо-оздоровительной работы

Профилактическо-оздоровительная работа в нашем ДОУ должна быть направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиН. Большое внимание следует уделить профилактическим мероприятиям таким как:

- осуществление проветривания помещений, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
- один раз в день проводить влажную уборку и один раз в неделю проводить генеральную уборку групповых помещений;
- ежедневно обрабатывать 2% мыльно-содовым раствором игрушки;
- не загромождать групповые и спальные помещения мебелью, коврами;
- для обеспечения естественного освещения помещений шторы на окнах должны быть укороченными;
- 2 раза в год необходимо выполнять сушку, выморозку постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял);
- 2 раза в год осуществлять чистку ковровых изделий (летом - стирка, зимой - чистка снегом);
- своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;
- соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
- во время карантинных мероприятий строго придерживаемся санэпидрежима.

Профилактическо-оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется:

1. **Специфической иммунопрофилактикой.** Ее цель – усилить или ослабить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Иммунитет за последнее время снизился. Об этом свидетельствует рост числа хронических воспалительных заболеваний.

Вакцинопрофилактика стала ведущим методом борьбы с инфекционными заболеваниями. Активная профилактическая вакцинация детей должна проводиться в определенные периоды жизни и быть направленной на выработку общего специфического иммунитета.

2. **Неспецифическая иммунопрофилактика.** Методов неспецифической профилактики болезней много, поскольку они представляют собой совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности.

К средствам повышения неспецифической резистентности организма относятся:

- плановые оздоровительные мероприятия (фототерапия);
- закаливающие мероприятия;
- нетрадиционные методы – дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж;
- профилактика нарушения осанки, сколиоза и плоскостопия, близорукости.

Закаливающие мероприятия

Одним из основных направлений оздоровления детей является использование комплекса закаливающих мероприятий.

Закаливание – это активный процесс, представляющий совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки.

Необходимо осуществлять единый подход к оздоровительно-закаливающей работе с детьми со стороны всего персонала ДОУ и родителей.

Ведущими методами эффективного закаливания в нашем ДОУ являются:

- "Дорожка Здоровья" представляет собой полосу из легкостирающейся ткани с нашитыми на нее мелкими предметами: пуговицы, бусинки, плетеные веревочки, шнуры и другие объемные предметы, безопасные для ребенка. Можно использовать коврик типа "травка". Подобные дорожки используют для профилактики плоскостопия и являются активными раздражителями рецепторов, находящихся на стопе ребенка.

- Контрастные водные процедуры (контрастное обливание ног), которое способствует развитию и совершенствованию системы физической терморегуляции, плохо функционирующей впервые годы жизни. Обязательным условием проведения водного закаливания является контрастная температура воды. Для здоровых детей температура должна составлять 34-16-34 градуса. Для детей, которые после болезни 36-18-36. Для детей, стоящих на диспансерном учете 38-20-38. После обливания следует энергично растереть полотенцем ноги.

- Босохождение, которое является эффективным закаливающим средством при условии постепенного его использования детьми;
- Циклические упражнения в облегченной, не стесняющей движений одежде, на занятиях и прогулках, обладающие хорошим закаливающим и оздоровительным эффектом;

Новые, нетрадиционные методы иммунопрофилактики

К ним относятся дыхательная гимнастика, упражнения для профилактики близорукости, плоскостопия и нарушения осанки, самомассаж, релаксационные упражнения, способствующие стабилизации и активизации энергетического потенциала организма, и повышению пластичности сенсомоторного обеспечения психических процессов. Данные методы необходимо ввести в систему оздоровительных мероприятий.

Дыхательная гимнастика: Одной из важнейших целей организации правильного дыхания у детей является формирование у них базовых составляющих произвольной саморегуляции. Ведь ритм дыхания — единственный из всех телесных ритмов, подвластный спонтанной, сознательной и активной регуляции со стороны человека. Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым произвольно.

В начале курса занятий необходимо уделить большое внимание выработке правильного дыхания, что оптимизирует газообмен и кровообращение, вентиляцию всех участков легких, массаж органов брюшной полости; способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Правильное дыхание успокаивает и способствует концентрации внимания.

Дыхательные упражнения всегда должны предшествовать самомассажу и другим заданиям. Основным является полное дыхание, т.е. сочетание грудного и брюшного дыхания; выполнять его нужно сначала лежа, потом сидя и, наконец, стоя. Пока ребенок не научится дышать правильно, рекомендуется положить одну его руку на грудь, другую - на живот (сверху зафиксировать их руками взрослого — педагога, родителей) для контроля за полнотой дыхательных движений.

После выполнения дыхательных упражнений можно приступать к самомассажу и другим упражнениям, способствующим повышению психической активности ребенка, увеличению его энергетического и адаптационного потенциала.

Массаж и самомассаж: Механизм действия массажа заключается в том, что возбуждение рецепторов приводит к различным функциональным изменениям во внутренних органах и системах. Массаж в области применения оказывает механическое воздействие на ткани, результатом которого являются передвижение тканевых жидкостей (крови, лимфы), растяжение и смещение тканей, активизация кожного дыхания.

Методика профилактики зрительного утомления и развития зрения у детей: По данным Э.С. Аветисова, близорукость чаще возникает у детей с отклонениями в общем состоянии здоровья. Среди детей, страдающих близорукостью, число практически здоровых в 2 раза меньше, чем среди всей

группы обследованных. Несомненно, связь близорукости с простудными, хроническими, тяжелыми инфекционными заболеваниями. У близоруких детей чаще, чем у здоровых, встречаются изменения опорно-двигательного аппарата – нарушение осанки, сколиоз, плоскостопие. Нарушение осанки, в свою очередь, угнетает деятельность внутренних органов и систем, особенно дыхательной и сердечно-сосудистой. Следовательно, у тех, кто с самых ранних лет много и разнообразно двигается, хорошо закален, реже возникает близорукость даже при наследственной предрасположенности.

Разумный режим дня, двигательная активность, правильное питание, проведение специальных упражнений для глаз — все это должно занять важное место в комплексе мер по профилактике близорукости и её прогрессированию, поскольку физическая культура способствует как общему укреплению организма и активизации его функций, так и повышению работоспособности глазных мышц и укреплению склеры глаз.

Формирование и коррекция осанки. Профилактика плоскостопия. В дошкольном возрасте осанка ребенка только формируется, и любое нарушение условий этого формирования приводит к патологическим изменениям. Скелет дошкольника обладает лишь чертами костно-мышечной системы. Его развитие еще не завершено, во многом он состоит из хрящевой ткани. Этим обусловлены дальнейший рост и в то же время сравнительная мягкость, податливость костей, что грозит нарушением осанки при неправильном положении тела, отягощении весом и т.д. Особую опасность неправильная поза представляет для малоподвижных детей, удерживающие тело в вертикальном положении, не получают у них должного развития. Осанка зависит от общего состояния скелета, суставно-связочного аппарата, степени развития мышечной системы.

Наиболее действенным методом профилактики патологической осанки является *правильное физическое воспитание* ребенка. Оно должно начинаться с первого года жизни. Это очень важно, так как осанка формируется с самого раннего возраста. По мере роста малыша постепенно включаются новые средства физического воспитания. К 7 годам у здорового дошкольника позвоночник, как правило, приобретает нормальную форму и соответственно вырабатывается правильная осанка.

Нередко плоскостопие является одной из причин нарушения осанки. При плоскостопии, сопровождающемся уплотнением свода стоп, резко понижается опорная функция ног, изменяется положение таза, становится трудно ходить.

Основной причиной плоскостопия является слабость мышц и связочного аппарата, принимающих участие в поддержании свода.

В основе профилактики лежит, во-первых, укрепление мышц, сохраняющих свод, во-вторых, ношение рациональной обуви и, в-третьих, ограничение нагрузки на нижние конечности.

Главным средством профилактики плоскостопия является специальная гимнастика, направленная на укрепление мышечно-связочного аппарата стоп и голени. Такие виды движения и бег не только хорошо воздействует на весь организм, но и служат эффективным средством, предупреждающим образование плоскостопия. Особенно полезна ходьба на носках и наружных краях стопы.

Взаимосвязь со специалистами поликлиники.

Для сохранения и укрепления здоровья детей в ДОУ поддерживается постоянная связь с врачами узкой специализации поликлиники. По результатам мониторинга, по назначению участкового педиатра и врачей узкой специализации, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия.

3.3. Мониторинг реализации программы «Путь к здоровью»

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки мониторинговых исследований	Ответственные
1. Состояние здоровья воспитанников	Посещаемость, заболеваемость детей	Тетрадь посещаемости и заболеваемости	Ежедневно	Медсестра
	Группы здоровья детей	Журнал профилактических осмотров	Октябрь, апрель	Врач-педиатр
	Хронические заболевания детей	Таблица распределения детей по группам здоровья Углубленный медосмотр: форма № 26-У	Март-апрель	Врач, медсестра
	Показатель пропорциональности физического развития	Антропометрия	Октябрь, апрель	Медсестра
2. Физическая подготовленность	Уровень развития двигательных качеств	Мониторинг по Н.Лесковой, Л.Г.Ноткиной	Сентябрь, май	Инструктор по физ.воспитанию

4. Эмоциональное благополучие детей в детском саду	Уровень адаптации детей 1 младшей группы к условиям ДОУ.	Адаптационный лист	Август, сентябрь	Воспитатели 1 мл. групп
	Отношение детей к детскому саду	Анкетирование родителей	В течение года	Воспитатели

3.4. Показатели эффективности программы

Мы считаем, что созданная в МАДОУ города Нижневартовска ДС №37 «Дружная семейка» система работы по основной оздоровительной программе «Путь к здоровью» позволит нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей и педагогов, в формировании у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело — все это даст положительный эффект в нашей работе.

Ожидаемые конечные результаты

1. В соматическом здоровье педагогических работников предполагаем улучшение состояния здоровья (по результатам периодических медицинских осмотров);

- Физический компонент здоровья – благодаря использованию здоровьесберегающих технологий ожидается уменьшение количества пропусков по болезни сотрудников;

- Психическое здоровье - улучшение психологического климата в коллективе, снижение уровня эмоционального выгорания

- Нравственный компонент здоровья – осознание ценности и принятие ответственности за свое здоровье.

2. Повышение мотивации педагогов к самооздоровлению и профессиональному совершенствованию.

3. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.

4. Воспитание в детях и их родителях потребности в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры.

5. Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников;

6. Осознание детьми в соответствии с возрастом смысла здорового образа жизни, овладение разнообразными видами двигательной активности и закаливания.

Литература

1. Алябьева. Е.А. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003
2. Алямовская В. Г. Технология разработки базовой и профильной оздоровительной программы // Дошкольное образование, 2005.
3. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. - М. : Мозаика-Синтез, 2005.
4. Борисова. Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007
5. Бычкова С. С. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. - М., АРКТИ, 2002.
6. Величенко. В.К. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 2000.
7. Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. - М. : АРКТИ, 2005.
8. Волошина, Л. Будущий воспитатель и культура здоровья Текст. / Л. Волошина // научно-методич. журн. Дошкольное воспитание. - 2006.
9. Вераксы Н. Е., Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой «От рождения до школы». Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / под ред.– 2-е изд., испр. и доп.-М.: Мозаика – Синтез, 2011. – 336 с.9.
10. Козырева. О.В. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005.
11. Краснов. М.В. Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.-Чебоксары, 1998.
12. Митина Л. М., Митин Г. В., Анисимова О. А. Профессиональная деятельность и здоровье педагога. М., 2005, 363 с.
13. Никифоров Г.С. Психология здоровья. – СПб.: Речь, 2002. - 256с.
14. Пензулаева. Л.И. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2010.
15. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраст: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОО – М.: ТЦ Сфера, 2005.