

Департамент образования
комитета по социальной политике и культуре администрации г. Иркутска
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города
Иркутска детский сад № 78
(МБДОУ г. Иркутска детский сад №78)
664045 г. Иркутск, ул. Байкальская , 245 тел/факс (395)2247520, mdou.78@yandex.ru

ПРИНЯТ
на педагогическом совете
МБДОУ г. Иркутска д\с № 78
Протокол № 2 от 19.09 2016 г



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ г. Иркутска
д\с № 78
Владими́рова В.А
приказ № 26 от 19.09 2016 г

**Оздоровительная программа
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения города Иркутска
детского сада № 78
«Растем здоровыми»**

Иркутск 2016 г.

СОДЕРЖАНИЕ.

Раздел I. ИНФОРМАЦИОННЫЙ

Раздел II. ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ

1. Работа по обучению детей ЗОЖ на основе здоровьесберегающих технологий.
2. Здоровьесберегающие технологии.
3. Адаптация к условиям ДОО вновь прибывших детей.
4. Модель организации двигательного режима ДОО.
5. Вариативность физкультурно-оздоровительных мероприятий.
6. Структура планирования прогулки.
7. Закаливание детей в ДОО.
8. Организация рационального питания детей.
9. Самомассаж.
10. Рекомендации по проведению мероприятий по здоровому образу жизни и безопасности.
11. Психологическое сопровождение развития детей.
12. Взаимодействие с семьей.

Раздел III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении
2. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности
3. Развитие материально-технической базы ДОО по оздоровлению детей
4. Санитарно-гигиенические условия. Организация работы согласно требований СанПин(2.4.1.3049-13)

Раздел IV. ОСНОВНЫЕ ПАРАМЕТРЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

1. Мониторинг состояния работы по здоровьесбережению детей
2. Медико-педагогический контроль за здоровьесберегающей деятельностью в дошкольном учреждении.

Раздел I. ИНФОРМАЦИОННЫЙ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Многолетние исследования и анализ состояния здоровья дошкольников позволяют говорить о его ухудшении. Количество здоровых детей не превышает 15-20 %, увеличивается число функциональных отклонений практически у каждого ребёнка. Отмечается число хронических заболеваний, которые диагностируются уже в 3-5-летнем возрасте.

Высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и другие неблагоприятные факторы требуют выработки определённой комплексной системы в работе по оздоровлению детей начиная с дошкольного детства. Исследования отечественных и зарубежных учёных доказали, что период дошкольного детства – критический период в жизни ребёнка. Именно в этом возрасте формируется нервная система, физическое и психическое здоровье.

Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Януш Корчак делился своими наблюдениями: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своём здоровье...Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься».

Хорошее здоровье ребёнка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий, вся повседневная работа по охране и укреплению здоровья детей, реализация принципов станут приоритетными в дошкольных учреждениях. Причём участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в детском саду, так и в семье.

В нашем дошкольном учреждении охрана здоровья ребёнка опирается на его развитие. Педагогическим коллективом накоплен богатый опыт работы по физическому развитию, оздоровлению и здоровьесбережению дошкольников. Но жизнь не стоит на месте, модернизируется система дошкольного образования. Поэтому возникает необходимость оптимизировать уже сложившуюся систему физкультурно-оздоровительной работы ДОО. Программа «Растем здоровыми» стала одним из элементов управления оптимизацией оздоровительной деятельности нашего дошкольного учреждения. Программа представляет собой систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребёнка. Она базируется на основных принципах комплексной программы развития и воспитания дошкольников «Детство» (Т.И. Бабаевой, Н.И. Ноткиной).

Цель и задачи программы

Цель программы: Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направление физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

Задачи программы:

- Обеспечить качественную работу дошкольного учреждения по укреплению и сохранению здоровья детей.
- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Привлекать родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.

Прогнозируемый результат

- Снижение заболеваемости и укрепление здоровья воспитанников.
- Развитие у детей потребности в здоровом образе жизни.
- Создание атмосферы благоприятного социально-психологического микроклимата для каждого ребёнка.
- Формирование совместных традиций семьи и детского сада по физическому воспитанию ребёнка.

Нормативно-правовая основа реализации программы

- Закон РФ «Об образовании»

- Письмо Минобразования «О гигиенических требованиях и максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» (от 14.03.2000 г. № 65\23-16)
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы Сан ПиН
- Устав ДОУ

Материально-техническое обеспечение

- Массажные коврики
- Ребристые резиновые коврики для профилактики плоскостопия
- Методическая литература по релаксационной, двигательной, дыхательной, глазодвигательной, пальчиковой гимнастике, по профилактике плоскостопия, сохранению правильной осанки
- Нестандартное оздоровительное оборудование (коврики, массажеры, дорожки здоровья)
- Картотеки подвижных игр, гимнастики пробуждения, дыхательной гимнастики, закаливающих, точечных массажей, пальчиковой и артикуляционной гимнастики
- Физкультурный зал, имеющие необходимые условия и оборудование для реализации данной оздоровительной программы.

Образовательное обеспечение (методическое)

Просветительская работа среди педагогов

1. Самообразование
2. Изучение передового опыта коллег
3. Изучение новинок научно-методической литературы
4. Применение в ежедневной практике полученных знаний и умений
5. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья

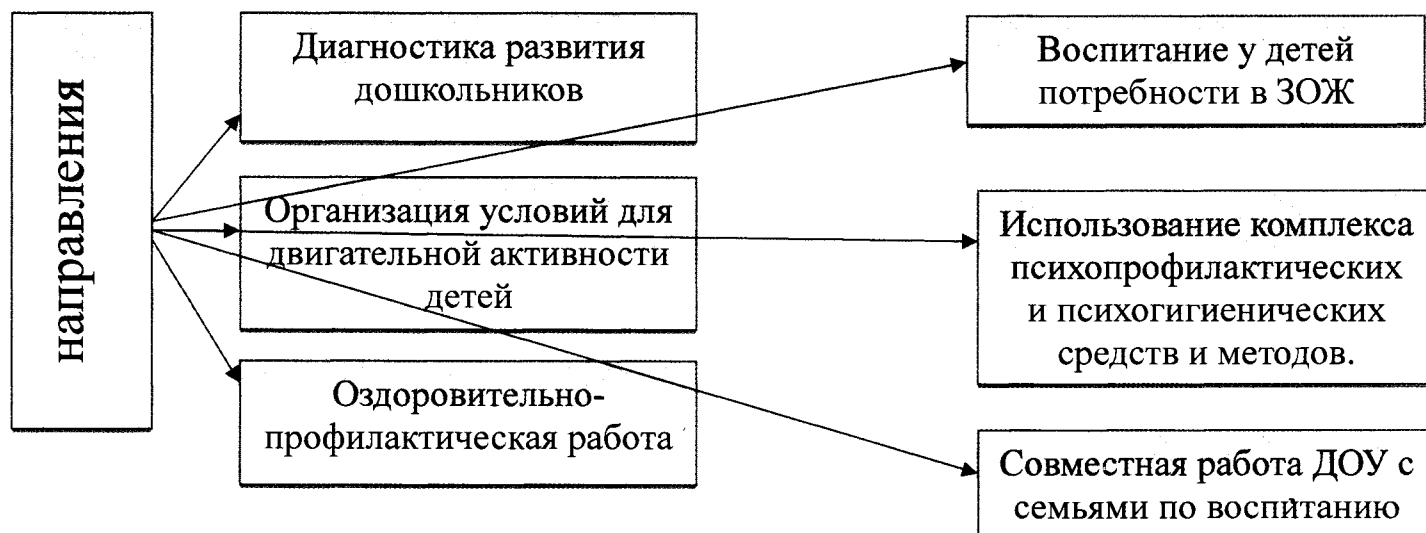
Работа с родителями

1. Просветительская работа
2. Организация «Школы здоровья» в ДОУ
3. Необходимость совместного оздоровления их ребенка в условиях ДОУ и семьи
4. Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей.

Раздел II.

ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ

1. Работа по обучению детей ЗОЖ на основе здоровьесберегающих технологий осуществляется в нескольких направлениях:



2. Здоровьесберегающие технологии.

Технология оздоровительной работы включает:

Рациональный режим дня

Здоровое питание

Безопасное окружение

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья

Оптимальный двигательный режим

Оптимальный двигательный режим

Включение в сетку занятий занятия в бассейне

Включение в сетку занятий занятия в бассейне

Благоприятная гигиеническая обстановка

Кварцевание групп

Психологический комфорт

Компетентность педагогов

Работа с родителями в «Школе здоровья»

Организация дополнительных занятий в бассейне

Взаимодействие педагогов, родителей с медицинским персоналом ДОУ

3. АДАПТАЦИЯ К УСЛОВИЯМ ДОУ ДЕТЕЙ, ВПЕРВЫЕ ПОСЕЩАЮЩИХ ДЕТСКИЙ САД.

- Медицинское обследование детей, определение группы здоровья.
- Знакомство воспитателей с родителями, условиями жизни ребенка в семье .
- Анкетирование родителей – медицинское, социальное.
- Информационное сопровождение родителей.
- Знакомство детей с группой, воспитателями.
- Индивидуальное прогнозирование процесса адаптации.
- Консультации родителей с психологом.
- Поэтапный прием в группу.
- Наблюдение за поведением детей.
- Использование оптимальных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

4. Модель организации двигательного режима ДОУ

| <i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия:</i> | | |
|--|--|--|
| 1. | Утренняя гимнастика | Ежедневно (5-7 мин.) |
| 2. | Физминутка | Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин) |
| 3. | Подвижные игры | Ежедневно на прогулке (20-30 мин) |
| 4. | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно во время вечерней прогулки (12-15 мин) |
| 5. | Гимнастика после сна | Ежедневно в сочетании с воздушными ваннами (5 мин) |
| <i>Образовательная деятельность</i> | | |
| 1. | По физической культуре | 2 раза в неделю |
| 2. | Уроки здоровья и безопасности | Начиная со средней группы 1 раз в месяц |
| <i>Самостоятельная деятельность детей</i> | | |
| 1. | Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно в помещении и на прогулке |
| <i>Физкультурно-массовые мероприятия</i> | | |
| 1. | День здоровья | Один раз в квартал, начиная с младшей группы |
| 2. | Физкультурный досуг | Один раз в месяц (20-40 мин) |
| 3. | Спортивно-семейные праздники | Один раз в год с родителями и воспитанниками старшей и подготовительной группы |

| | | |
|----|--|---|
| 4. | Игры-соревнования «Весёлые старты», «Весёлая лыжня» и др | Один-два раза в год между старшей и подготовительной к школе группами |
|----|--|---|

5. Вариативность физкультурно-оздоровительных мероприятий

Утренняя гимнастика

- Традиционная форма
- Ритмика
- Игровая, сюжетная
- Оздоровительный бег, ходьба в сочетании с ОРУ
- В форме двух-трёх подвижных игр

НОД по физической культуре

- Традиционная форма
- Игровое, сюжетное
- Круговая тренировка
- Самостоятельное
- Интегрированное
- Тренирующее
- Занятие-зачёт (диагностика)

Физминутка

- Игровая, сюжетная под стихотворный текст
- Пальчиковая гимнастика
- «Сеанс здоровья»
- Психогимнастика
- Этюды

Гимнастика после сна

- Комплекс профилактической (корректирующей гимнастики)
- Разминка в постели: потягивание, самомассаж
- Игровой, сюжетный комплекс
- Игра малой подвижности или хороводная игра

Прогулка

- Тематическая, сюжетная
- Оздоровительная

Утренняя гимнастика в детском саду рассматривается как важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального и мышечного тонуса. Содержание утренней гимнастики выбирается в соответствии с возрастом детей, с учётом имеющихся у них двигательных навыков, условий, где она проводится. Обычно комплекс общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики берётся с физкультурных занятий и повторяется 1-2 недели. Однако, допустимы и другие виды двигательной активности.

Утренняя гимнастика на улице – прекрасная оздоровительная процедура. Необходимо учитывать следующие особенности проведения утренней гимнастики на открытом воздухе:

- Для всех возрастных групп утренняя гимнастика на воздухе проводится в весенне-летний период (тёплое время года).

- В зависимости от погоды регулируется физическая нагрузка: при понижении температуры увеличивается, изменяя темп упражнений, при повышении температуры – снижается, чтобы избежать перегрева организма.

Образовательная деятельность по физической культуре является основной формой развития двигательных навыков и умения детей.

В каждом возрастном периоде НОД имеет разную направленность:

| | |
|------------------------|---|
| Младший возраст | Доставить как можно больше удовольствия, научить правильно использовать оборудование, ориентироваться во всём пространстве зала или спортивной площадки. |
| Средний возраст | Развивать физические качества, прежде всего выносливость и силу, обучать элементарной страховке при выполнении спортивных упражнений, что является основой физической подготовки в целом. |
| Старший возраст | Уделять большее внимание физической подготовке воспитанников, создавать условия для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и воспитания самостоятельности. |

Формы проведения НОД инструктор по физической культуре выбирает по своему усмотрению в зависимости от возраста детей, выдвинутых задач, места проведения, условий, личного опыта и профессиональных умений. В младшей группе использует преимущественно образовательная деятельность игрового, сюжетного характера. С детьми старшего возраста чаще проводит НОД учебно-тренирующего, контрольно-зачётного характера.

Виды проведения образовательной деятельности по физической культуре

- Традиционная форма

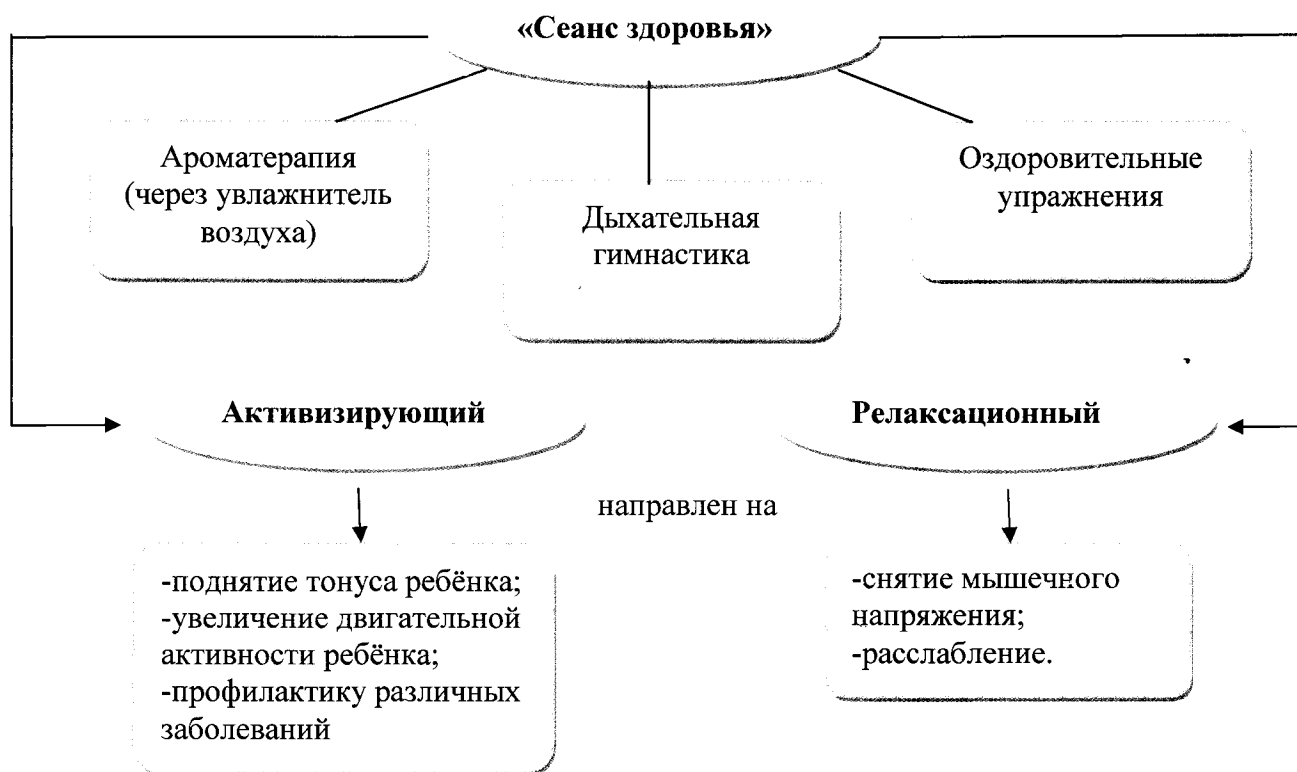
| Вводная часть | Основная часть | Заключительная часть |
|--|--|---|
| - Разные виды ходьбы, упражнения строевые, на ориентировку в пространстве, разминочный бег, упражнения на восстановление дыхания - Общеразвивающие упражнения | - Основные виды движений - Подвижные игры | Успокаивающая ходьба (малоподвижная игра), дыхательные упражнения |

- **Сюжетная ОД** – любые физические упражнения, знакомые детям, органично сочетаемые сюжетом.
- **Игровая ОД** – построено на основе подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов.

| Вводная часть | Основная часть | Заключительная часть |
|--|--|--|
| - Разные виды ходьбы, упражнения строевые, на ориентировку в пространстве, разминочный бег, упражнения на восстановление дыхания - Общеразвивающие упражнения | 2-3 игры с разными видами движений (последняя большей подвижности) | Малоподвижная игра, дыхательные упражнения |

- **Интегрированная ОД** – с элементами развития речи, математики, конструирования и т.д., но с включением дополнительной задачи, которая решается через движение.
- **Круговая тренировка** – основу такого занятия составляет серийное (слитное или с интервалом) повторение нескольких видов физических упражнений, подобранных и объединённых в комплекс в соответствии с определённой схемой.
- **Самостоятельная ОД** – дети приучаются к организаторским действиям, т.к. им поочерёдно поручают провести разминку, бег, организовать игру.
- **Зачёт** – проводятся 2 раза в год (сентябрь, май) для получения информации об овладении детьми основных движений – диагностика физических качеств.

Схема «Сеанса здоровья»



Свойства эфирных масел

| Эфирные масла | Лечебное свойство |
|---|--|
| Эвкалиптовое, Ромашка Чайного дерева | Антисептическое (тормозящее развитие болезнетворных микробов) |
| Мята, Апельсиновый цвет Лимон | Тонизирующее свойство |
| Ромашка, Жасмин Лаванда | Успокоительное свойство |
| Эвкалипт, Мята перечная Шалфей | Бронхит, болезни горла |

6. Структура примерного планирования прогулки

*После занятий с
высокой физической
нагрузкой*

- Самостоятельная деятельность детей.
- Наблюдение.
- Игры на развитие коммуникативных умений, психогимнастические этюды.
- Дидактические игры и упражнения на развитие познавательных способностей.
- Трудовые поручения.
- Подвижные игры средней и малой подвижности.
- Дыхательные упражнения.

*После занятий с
интеллектуальной
нагрузкой*

- Подвижные игры (фронтально).
- Наблюдение.
- Самостоятельная деятельность детей.
- Трудовые поручения
- Индивидуальная работа над ОВД (по рекомендациям инструктора по физвоспитанию)
- Спортивные игры и упражнения.
- Дыхательные упражнения.

Виды двигательной активности дошкольников на прогулке:

- Общая подвижная игра для всех детей.
- 2-3 подвижные игры с подгруппами детей.
- Индивидуальная работа с детьми над основными видами движений (в соответствии с ОВД, включенными в физкультурное занятие)
- Спортивные игры (зимой – хоккей, весной, летом и осенью – футбол, бадминтон, городки, баскетбол).
- Спортивные упражнения (зимой – катание на санках, лыжах, весной, летом и осенью – катание на велосипедах, самокатах, игры с мячом).

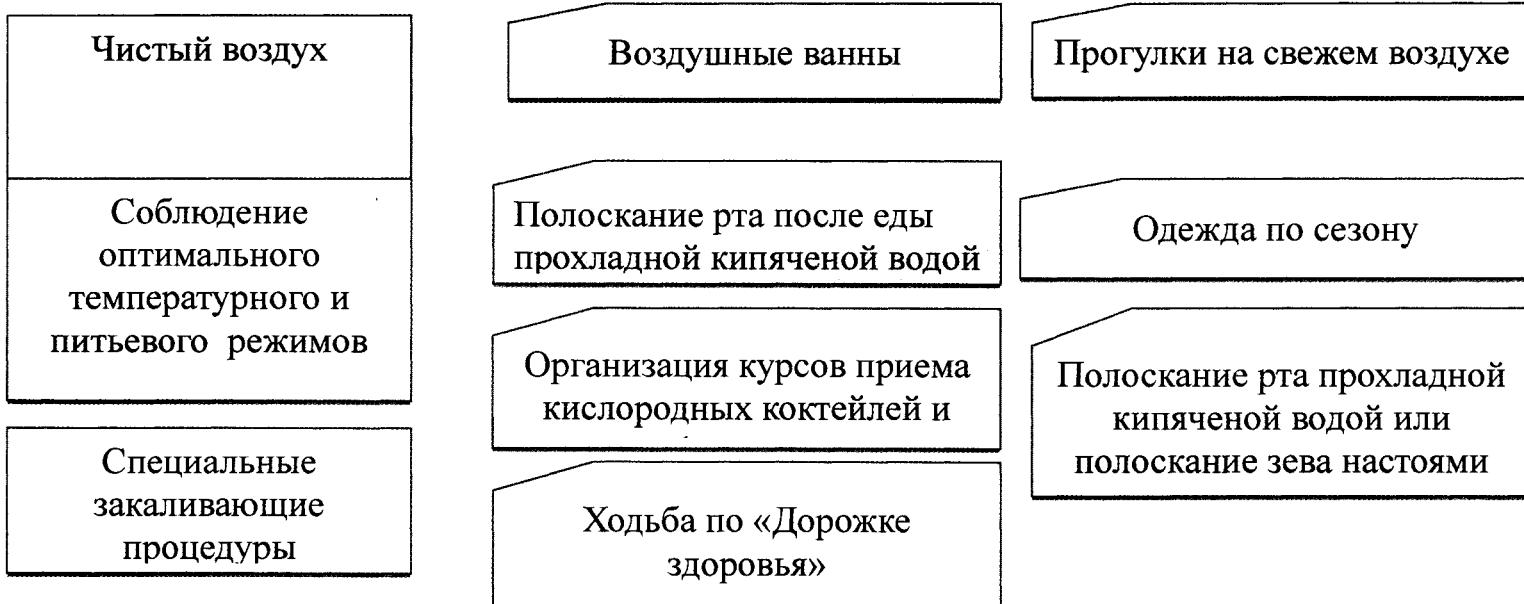
7. Структура закаливания в ДОУ.

Закаливание является эффективной формой укрепления здоровья детей.

Систематическое закаливание способствует формированию у детского организма умения безболезненно переносить изменения окружающей среды. Закаливание приводит к усилению обмена веществ, повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, оказывает благотворное влияние на общее психосоматическое состояние и поведение ребёнка.

При закаливании следует неукоснительно придерживаться определённых правил, первое из которых – **постепенность**. Необходимо также учитывать **состояние здоровья и индивидуальные особенности ребёнка**. **Нельзя проводить закаливающие процедуры, которые не нравятся ребёнку**. Они должны приносить ему радость.

Закаливание детей в ДООУ осуществляется путем соблюдения рациональных гигиенических условий и требований:



В оздоровительной работе используются:

- Ходьба босиком по ребристой дорожке с морской солью, сухое растирание стоп до покраснения.
- Повышение сопротивляемости организма ребенка к воздействиям окружающей среды, инфекциям посредством водной терапии
- Комплекс психогигиенических и психопрофилактических средств и методов
- Упражнения на релаксацию
- Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением
- Игры-драматизации, сюжетно-ролевые игры
- Сказкотерапия
- Логоритмика
- Танцевально-ритмическая гимнастика
- «Музыкотерапия» для нормализации эмоционального состояния детей
- Образно-игровая ритмическая гимнастика

Система закаливания с учётом времени года

| | Младший возраст 3-4 года | Средний возраст 5-6 лет | Старший возраст 6-7 лет |
|------|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| ЗИМА | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| ОСЕНЬ | | | |
|--------------|--|--|--|

Условные обозначения:

Утренний приём на воздухе –

Утренняя гимнастика на свежем воздухе –

Прогулка: воздушные ванны –

солнечные ванны –

Босохождение по дорожкам –

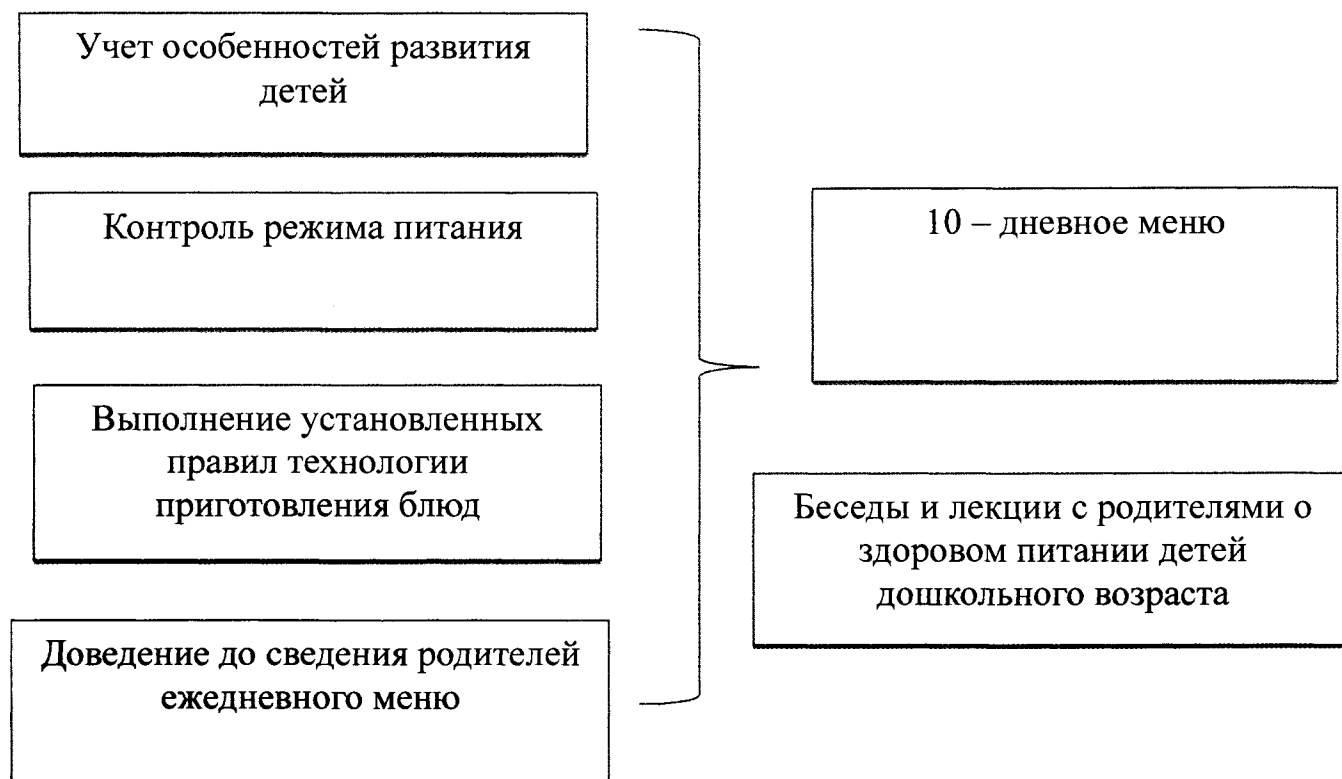
Сон в проветриваемом помещении –

Полоскание рта –

Ароматерапия –

Примечание: Ограничение (1-2 недели) в проведении закаливающих процедур – ребёнок после болезни, учитывая рекомендации врача-педиатра.

8. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ



Раздел III.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении

Проводимая физкультурно-оздоровительная работа не имела бы действенного результата без осуществления взаимосвязи в деятельности всех сотрудников дошкольного учреждения. В ДОУ продумана система медицинского и педагогического взаимодействия, составлены рекомендации по распределению оздоровительной работы между всеми сотрудниками детского сада:

Педагогический совет ДОУ:

- утверждает выбор новых здоровьесберегающих программ, методик, технологий;
- определяет перспективные направления физкультурно-оздоровительной работы ДОУ;
- организует работу по охране жизни и здоровья детей и сотрудников

Методическая служба:

- определяет стратегию перспективы развития, создание программ физкультурно-оздоровительного развития ДОУ;
- организует, совершенствует содержание, формы и методы воспитательного процесса;
- создаёт условия для эффективности методического обеспечения;
- разрабатывает методические рекомендации по физкультурно-оздоровительной работе с детьми;
- осуществляет комплексное диагностирование уровня физического развития детей;
- контролирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в ДОУ;
- анализирует, обобщает и распространяет передовой педагогический опыт физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Медицинская служба:

- проводит профилактику, диагностику, реабилитацию нарушений в физическом развитии детей;
- внедряет нетрадиционные методы оздоровления детей - фитотерапия, ароматерапия, дыхательная гимнастика;
- проводит общеукрепляющую терапию – массаж, иммунопрофилактику;
- осуществляет контроль за лечебно-профилактической работой;
- осуществляет организацию рационального питания детей

Административно-хозяйственная часть:

- отвечает за оснащение материально-технической базы

Перспективы развития кадров

| № | Мероприятия | Сроки | Ответственные |
|----|---|-----------|---|
| 1. | Повышение квалификации педагогических кадров и персонала в вопросах здоровьесбережения на курсах повышения квалификации, проблемных семинарах | Ежегодно | Заведующий, заместитель заведующего по ВМР |
| 2. | Организация работы творческих групп по проблемам здоровьесбережения | Ежегодно | заместитель заведующего по ВМР |
| 3. | Выявление и распространение положительного педагогического опыта по вопросам сохранения и укрепления здоровья всех участников воспитательно-образовательного процесса в ДОУ | Постоянно | Заведующий, заместитель заведующего по ВМР |
| 4. | Проведение семинаров, консультаций здоровьесберегающей направленности с приглашением специалистов | Ежегодно | Старшая медсестра, заместитель заведующего по ВМР |

2. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности

Перспективы развития научно-методических условий здоровьесберегающей деятельности

| № | Мероприятия | Сроки | Ответственные |
|----|---|----------|---|
| 1. | Организация методических мероприятий (тематический педсовет, консультация, семинар и т.д.) по вопросам здоровьесбережения | Ежегодно | заместитель заведующего по ВМР, инструктор по физической культуре |
| 2. | Разработка методических рекомендаций по вопросам формирования компетентности здоровьесбережения у дошкольников (конспекты занятий, уроков здоровья и безопасности, сценарии спортивных праздников, развлечений, походов и экскурсий, наглядный материал и т.д.) | Ежегодно | заместитель заведующего по ВМР педагоги, специалисты |
| 3. | Оснащение воспитателей методическими пособиями и рекомендациями по внедрению здоровьесберегающих технологий в ДОУ (приобретение методической литературы, организация подписки на периодические издания) | Ежегодно | заместитель заведующего по ВМР |
| 4. | Организация работы по образовательным проектам спортивной тематики | Ежегодно | заместитель заведующего по ВМР инструктор по физической культуре |

3. Развитие материально-технической базы ДОУ по оздоровлению детей

Перспективы развития здоровьесберегающей среды.

| № п/п | Критерии медико-социальных условий пребывания детей в ДОУ | Перспективы развития | Ответственные |
|--|--|--|---------------------------------|
| 1. В ДОУ созданы условия для развития детей младшего возраста | | | |
| 1.1. | Имеется оборудование для развития ходьбы и других видов движений детей | Обновить и пополнить игровой материал, способствующий активизации движений малышей | Заведующий Воспитатели |
| 2. В ДОУ созданы условия для охраны и укрепления здоровья детей | | | |
| 2.1. | В ДОУ имеется медицинский кабинет, процедурный кабинет. | Приобрести оборудование для профилактики плоскостопия | Заведующий Старшая медсестра |

| | | | |
|---|--|--|---|
| 3. В ДОУ имеются специальные помещения для коррекционной работы с детьми | | | |
| 3.1. | Имеется кабинет логопеда | Обновить наглядно-дидактические пособия | Заведующий Учитель-логопед |
| 4. В ДОУ созданы условия для физического развития детей | | | |
| 4.1. | Имеется физкультурный зал, спортивные центры в каждой группе | Обновить и пополнить спортивный инвентарь, коррекционные дорожки для профилактики плоскостопия, приобрести разнообразные тренажеры | Заведующий, инструктор по физической культуре, воспитатели |
| 4.2. | На участке созданы условия для физического развития: оборудована спортивная площадка, на групповых участках имеется разнообразное спортивно-игровое оборудование | Обновить уже имеющееся спортивно-игровое оборудование; Оформить «Тропу здоровья» В зимнее время на территории ДОУ оформлять лыжню. | Заведующий, заместитель заведующего по ВМР Инструктор по физической культуре |

Обеспечение санитарно-гигиенических условий

| № | Создание условий | Ответственные |
|----|--|---|
| 1. | Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию. | Заведующий Заместитель заведующего по АХЧ |
| 2. | Рациональное построение режима дня | Заведующий заместитель заведующего по ВМР Педагоги |
| 3. | Организация образовательного процесса согласно требований к максимальной учебной нагрузке детей. | Заведующий заместитель заведующего по ВМР Педагоги |
| 4. | Выполнение основных требований к организации физического воспитания | Заведующий заместитель заведующего по ВМР Старшая медсестра Педагоги |
| 5. | Обеспечение безопасных условий пребывания в ДОУ | Заведующий заместитель заведующего по АХЧ заместитель заведующего по ВМР Старшая медсестра Педагоги |
| 6. | Санитарно-просветительская работа (с сотрудниками и родителями), | заместитель заведующего по ВМР Старшая медсестра Педагоги |
| 7. | Полноценное сбалансированное питание | Заведующий Старшая медсестра |
| 8. | Проведение самомассажа с детьми | Старшая медсестра педагоги |

Раздел IV.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

1. Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей

- Регулярное медицинское обследование, проводимое специалистами детской поликлиники, старшей медсестрой ДООУ. Результаты исследований исходного состояния здоровья и уровня развития детей позволяют определить основные направления индивидуального оздоровительного маршрута ребенка.
- Работа по физическому воспитанию в ДООУ строится на основе диагностики, которую проводит инструктор по физкультуре. Результаты заносятся в карту развития ребёнка и используются воспитателями при планировании работы с детьми. Результаты работы обсуждаются на медико-педагогических совещаниях и отражаются в тетрадях здоровья, оформленных в каждой группе.
- Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания в детском саду осуществляют заведующая ДООУ, медсестра, заместитель заведующего по ВМР. Данные оформляются в специальные протоколы с указанием выводов и предложений.
- Диагностика психического развития проводится с целью определения индивидуальных особенностей ребёнка. Её проводит педагог-психолог ДООУ. Полученные данные позволяют смоделировать индивидуальную стратегию психологического сопровождения каждого воспитанника нашего дошкольного учреждения.

Оценка эффективности программы оздоровления проводится на основе показателей:

- общей заболеваемости;
- острой заболеваемости;
- заболеваемости детей в случаях и днях на одного ребенка;
- процента часто болеющих детей;
- индекса здоровья;
- процента детей, имеющих морфофункциональные отклонения;
- процента детей с хроническими заболеваниями;
- распределения детей по группам здоровья.

2. Медико-педагогический контроль за здоровьесберегающей деятельностью в дошкольном учреждении.

1. Изучение физических, психических и индивидуальных особенностей ребёнка (диагностические методики)

Диагностическая работа является важным условием успешного физического воспитания дошкольников. Она проводится с детьми инструктором по физвоспитанию, воспитателем и старшей медицинской сестрой ДООУ. Диагностика используется для оценки исходного уровня развития дошкольников с тем, чтобы определить для каждого из них «ближайшую зону здоровья», формирования систем, функций организма и двигательных навыков.

Физическая подготовленность дошкольников в ДООУ оценивается количественными и качественными результатами выполнения следующих двигательных упражнений:

- бег по прямой на 30 м (для оценки быстроты)
- прыжок в длину с места с приземлением на обе ноги одновременно (этот тест позволяет исследовать скоростно-силовые мышцы ног);
- прыжки с разбега в длину и высоту (для детей старшей и подготовительной к школе групп);

- метание вдаль мешочков с песком весом 150—200 г правой и левой рукой

Физическая подготовленность изучается в начале и конце года. Данные обследования заносятся в тетрадь. Результаты обследований сравниваются со стандартными и качественными показателями для детей данного возраста.

При оценке физической подготовленности воспитанников необходимо соблюдать определённые правила:

- Проведение медико-педагогического контроля за физкультурным занятием (1 раз в квартал на младшем, среднем и старшем возрастах).
- Обследование проводит один и тот же педагог – инструктор по физической культуре, который в совершенстве владеет методикой тестирования. Степень готовности педагога проверяется заместителем заведующего по ВМР до начала диагностики.
- Обследование рекомендуется проводить в первой половине дня, в этом случае не нарушается режим дня дошкольного учреждения.
- Накануне и в день тестирования режим дня детей не должен быть перегружен физически и эмоционально.
- Большинство из проводимых контрольных упражнений (бег, прыжки, метание) проводится на свежем воздухе. При неблагоприятной погоде некоторые измерения можно провести в зале, температура воздуха в котором не должна превышать +18*.
- Одежда детей должна соответствовать месту проведения занятия, должна быть удобной и облегчённой.
- Важно, чтобы у детей было хорошее настроение, самочувствие, желание заниматься физическими упражнениями.
- Обследование следует проводить не ранее 30 мин после принятия пищи.
- Дети приглашаются небольшими подгруппами в зависимости от возраста и методики обследования.
- Перед тестированием следует провести стандартную разминку всех систем организма в соответствии со спецификой тестов.
- Форма проведения тестирования физических качеств детей должна предусматривать их стремление показать наилучший результат: дети могут сделать 2-3 попытки.
- Наилучшие результаты обследования заносятся в специальный журнал, который содержит:
 - Именной список испытуемых (по группам)
 - Дату обследования (на начало и конец учебного года)
 - Описание двигательных заданий
- Уровень двигательных качеств оценивается в цифровых показаниях, а степень сформированности двигательных навыков в уровнях (высокий, средний, низкий).

Требования безопасности к проведению диагностики физических качеств дошкольников:

- В ДОУ можно использовать тесты, официально утверждённые органами образования и здравоохранения, недопустим автоматический перенос школьных методик в ДОУ.
- Тестирование физической подготовленности детей проводится по достижении ими 3 лет 6 месяцев.
- К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача-педиатра).
- Тестирование не проводится в течение месяца с детьми, перенёвшими острое заболевание, обострение хронического заболевания. Вся необходимую информацию о состоянии здоровья детей старшая медсестра предоставляет инструктору по физической культуре в начале учебного года, дополнительную – перед диагностикой.
- Особое внимание уделяется детям с повышенной возбудимостью и двигательной расторможенностью. Такие дети находятся на постоянном контроле со стороны воспитателя, старшей медсестры, инструктора по физической культуре.

- Участок или физкультурный зал, где проводится тестирование детей, должны быть подготовлены (не иметь посторонних предметов; быть хорошо проветриваемы; оборудование должно быть прочно закреплено, не иметь острых углов и т.п.).
- Обязательна страховка детей при выполнении двигательных заданий, особенно это важно для беговых упражнений, прыжков, упражнений на выносливость.

Психологическая диагностика – изучение воспитанников ДООУ, педагогов и специалистов учреждения, определение индивидуальных особенностей и склонностей личности ребенка и взрослого, её потенциальных возможностей в воспитательно-образовательном процессе и трудовой деятельности, а также выявление причин и механизмов нарушений в развитии, социальной адаптации. Диагностика психического развития проводится с целью узнать, соответствует ли познавательное, эмоциональное, социальное развитие ребенка тому среднему уровню, который условно принят для данной возрастной группы, а также для определения индивидуальных особенностей личности ребенка. Полученные данные позволяют в дальнейшем смоделировать индивидуальную стратегию социально-психологического сопровождения каждого ребенка. Психологическая диагностика проводится педагогом-психологом как в индивидуальной, так и в групповой формах.

В работе педагога-психолога используются следующие виды диагностики:

- *Скрининговая диагностика* – проводится с группой детей и направлена на выделение детей, обладающих той или иной группой характеристик.
- *Углубленная психологическая диагностика* – проводится с детьми, нуждающимися в коррекционно-развивающей работе, по запросу родителей, педагогов и специалистов. Проводится, как правило, индивидуально.
- *Динамическое обследование* – с помощью которого прослеживается динамика развития, эффективность образовательно-воспитательного процесса, коррекционно-развивающих мероприятий.
- *Итоговая диагностика* – оценка состояния ребенка (группы детей) по окончании цикла коррекционно-развивающей работы.

При проведении любого вида диагностики педагог-психолог ДООУ соблюдает следующие принципы:

- Комплексность и разносторонность в изучении ребенка, стремление к максимальному учету в оценке развития всех его значимых характеристик.
- Изучение детей в деятельности и отношениях.
- Диагностирование не как самоцель, а как средство, определяющее направление коррекционно-развивающей работы.
- Оценка развития ребенка с учетом данных его истории жизни, конкретных условий и объективных обстоятельств.

Для объективности результатов диагностики педагог-психолог принимает во внимание:

- Физическое и эмоциональное развитие и состояние ребенка;
- Психофизиологические особенности его возраста;
- Особенности работоспособности (утомляемость, истощаемость, переключаемость, темп работы и т.п.).