

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –  
детский сад № 245

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МБДОУ - детский сад № 245

Протокол от «18» августа 2015 г. № 1

Секретарь [подпись] Н.С. Зайцева

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего

МБДОУ - детский сад № 245

от «18» августа 2015 г. № 96

Заведующий [подпись] И.Г. Сичбакова



**ПРОГРАММА  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ  
«ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»  
МБДОУ – ДЕТСКИЙ САД № 245  
2016-2018 гг.**

СОГЛАСОВАНО

Советом родителей

МБДОУ – детский сад № 245

от «18» августа 2015 г.

Председатель [подпись] А.Н. Куприянова

Екатеринбург  
2015 г.

## Содержание

1. Пояснительная записка
  - 1.1. Цель и задачи программы «Здоровый дошкольник»
  - 1.2. Структура программы
  - 1.3. Этапы реализации
  - 1.4. Оценка эффективности, прогнозируемые результаты
2. Научно-теоретические основы программы
3. Методическое обеспечение программы
4. Содержание основных направлений программы и механизмы реализации
5. Результативность программы
6. Глоссарий

**Актуальность:** по данным всемирной организации здравоохранения, здоровье на 20% зависит от состояния окружающей среды, на 15% от состояния здравоохранения, на 15% от социально-экономической ситуации и на 50% от образа жизни человека. С каждым годом социально-экономическая и экологическая ситуация приводит к резкому ухудшению состояния здоровья детского населения г. Екатеринбурга.

В этой связи, проблема организации помощи ребенку и семье в формировании сохранения и укреплении здоровья актуальна. Решить ее возможно путем создания эффективной здоровьесберегающей системы в ДОУ с ориентацией на решение таких проблем, как устранение негативного воздействия неблагоприятных факторов, которые бы способствовали положительному эффекту оздоровления и здоровьесбережения воспитанников.

При составлении Программы «Здоровый дошкольник» учитывалась актуальность проблемы сохранения здоровья воспитанников, проживающих в экологически неблагоприятных условиях. Программа предусматривает систему здоровьесбережения воспитанников через развитие у них способностей, формирование основ гигиенической и двигательной культуры, укрепление физического и психического здоровья, и валеологического просвещения воспитанников, педагогов и семьи. Особое внимание уделяется профилактике и коррекции состояния здоровья и физического развития воспитанников.

Система работы по данной программе раскрывает следующие направления:

- Комплексную диагностику;
- Физическое развитие;
- Формирование основ здорового образа жизни;
- Коррекцию психического развития
- Профилактическую оздоровительную деятельность.

В образовательную программу вносятся коррективы, в связи с внедрения современных здоровьесберегающих технологий (улучшение среды, рациона питания, режима пребывания, психологического благополучия, технологий оздоровительной физической культуры и т.д.). Таким образом, создание благоприятной среды, в которой образование детей происходит в результате специально организованной системы оздоровления воспитанников ДОУ.

В начале 2015 учебного года нами был проведен анализ заболеваемости и распределение воспитанников по группам здоровья. В ходе анализа состояние здоровья детей за период с 2012 г. по 2015 г. ухудшилось на 17 %, увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания до 23 %, количество детей имеющих различные отклонения в состоянии здоровья увеличилось до 20 %, наблюдалось увеличение количества детей, имеющих недостатки в психосоматическом здоровье. Таким образом, перед коллективом ДОУ возникла необходимость создания специальной программы здоровьесбережения воспитанников на основе имеющегося опыта организации физкультурно-оздоровительной работы.

## **Цель программы**

1. Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, формирование у всех субъектов образовательного процесса, ответственности в сохранении собственного здоровья.
2. Создание условий для становления творческой, интеллектуально и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.
3. Организация спортивно-оздоровительной работы, направленной на формирование у дошкольников мотивации здоровья и навыков здорового образа жизни.
4. Формирование у ребенка позиции созидателя в отношении своего здоровья через существование комплексного подхода к организации физкультурно-оздоровительной деятельности.

## **Задачи программы**

1. Охрана и укрепление здоровья воспитанников.
2. Достижение оптимального уровня двигательной активности детей.

3. Осуществление комплекса мер по формированию у воспитанника представлений о здоровом образе жизни в семье и социуме.
4. Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в образовательную деятельность ДОУ.
5. Создание благоприятных условий для разностороннего развития личности, осуществление индивидуализации процесса здоровьесбережения воспитанника.
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления среди родителей воспитанников.

Данная программа является модифицированной. Организация содержания педагогической деятельности представлена комплексной системой, через которую проходит воспитание гигиенической культуры, накопление двигательного опыта, формирование основ здорового образа жизни, социальное формирование личности каждого воспитанника.

**Структура** программы включает в себя четыре взаимосвязанных направления, раскрывающих идею комплексного подхода к решению оздоровительных задач.

### **I направление – диагностическое обеспечение**

Включает мониторинг функционального состояния организма воспитанников, их психофизического статуса.

#### **Комплексная диагностика состояния здоровья детей**

1.1. Мониторинг состояния здоровья воспитанников медицинскими специалистами детской поликлиники, для ранней диагностики нарушений опорно-двигательного и мышечно-связочного аппарата, определение у них группы здоровья.

1.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период освоения ими содержания ООП ДО с целью диагностического наблюдения за ходом общего развития. 1.3. Определение соответствия образовательной среды индивидуальным, возрастно-половым особенностям воспитанников, состояния их здоровья и своевременное выявления факторов риска развития:

- изучение научной и методической литературы, написание перспективных планов с использованием здоровьесберегающих технологий;
- разработка индивидуальных траекторий развития, комплексов коррекции физического, психического здоровья у воспитанников.
- создание здоровьесберегающей среды и условий, обеспечивающих высокую познавательную и двигательную активность во время пребывания в ДОУ.

### **II направление – тематическое обеспечение**

Раскрывает содержание программы по следующим направлениям:

1. Физкультурно-оздоровительная работа (основные направления развития и совершенствования образовательной деятельности).
2. Формирование основ здорового образа жизни (привитие навыка к систематическим занятиям физической культуры; формирование потребности в самосовершенствовании; воспитание привычки здорового образа жизни).
3. Коррекционно-профилактическая работа (восстановление функциональных резервов организма, профилактика заболеваемости и оптимизация условий пребывания детей в ДОУ).

### **III направление – управленческое обеспечение**

Включает систему контроля по реализации приоритетных направлений программы, координации методической и практической деятельности специалистов ДОУ с другими социальными и административными структурами.

### **IV направление – работа с родителями**

Предусматривает повышение педагогической культуры родителей, обеспечение тесного взаимодействия со специалистами ДОУ в вопросах оздоровления и здоровьесбережения воспитанников.

Программа направлена на возраст от 2 до 7 лет и реализуется поэтапно:

### **I этап - «Аналитический» (2016 учебный год).**

Включает:

- комплексную диагностику состояния здоровья и развития воспитанников;
- подбор и разработку индивидуальных программ по укреплению здоровья и физическому развитию детей, исходя из особенностей их психофизического развития, с учётом региональных возможностей;
- разработку образовательной деятельности на валеологической основе;
- разработку физкультурно-оздоровительной системы на основе современных здоровьесберегающих технологий;
- определение приоритетных направлений по оздоровлению детей в ДОУ и семье.

### **II этап - «Практический» (2016-2017 учебные годы).**

Включает:

- коррекцию и профилактику состояния здоровья воспитанников;
- формирование банка данных об особенностях физического развития и здоровья воспитанников;
- апробацию индивидуальных программ оздоровления ребенка в домашних условиях;
- создание благоприятных медико-педагогических, социальных условий в ДОУ.

### **III этап - «Аналитический» (2018 учебный год).**

Включает:

- Мониторинг за динамикой состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности воспитанников;
- рациональную систему физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ и семье;
- проведение сравнительного анализа состояния здоровья и физического развития воспитанников за период реализации программы.

### **Оценка эффективности**

Для эффективного решения вопросов комплексного осуществления поставленных в программе задач разработаны и определены:

1. Ориентиры качества конечного результата.
2. Мониторинговая система непрерывного отслеживания результатов организации оздоровительно-коррекционной работы с детьми и семьями воспитанников.

### **Прогнозируемые результаты:**

- здоровый ребенок готов успешно войти в новый режим и условия образовательной деятельности в ДОУ;
- благоприятные медико-педагогические условия пребывания ребёнка в ДОУ;
- наличие банка данных индивидуализации физического развития и состояния здоровья воспитанников;
- система физкультурно-оздоровительной работы на основе современных здоровьесберегающих технологий;
- построение образовательной деятельности с учётом валеологических принципов;
- сформированность элементарных представлений ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре;
- организация консультативной работы по вопросам профилактики и оздоровления детей в семье для родителей в условиях ДОУ;
- соблюдение принципа преемственности «Семья - ДОУ – школа» в работе по здоровьесбережению дошкольников.

- повышение профессиональной компетентности педагогов ДОУ в области здоровьесбережения воспитанников.

## Методологическая основа разработки программы

В программе «Здоровый дошкольник» раскрывается современный взгляд на проблему образования и воспитания подрастающего поколения, базирующуюся на позициях развивающей педагогики оздоровления и коррекционной работы в ДОУ составили идеи здоровьесформирующей и здоровьесберегающей педагогики Л.С. Выготского, П.Ф. Лесгафта, В.В. Давыдова и А.Н. Леонтьева, Ю.Ф. Змановского, Кудрявцева и др., где:

- Здоровый ребенок рассматривается как целостный телесно-духовный организм.
- Оздоровление детей трактуется как форма развития, расширения их психофизиологических возможностей.
- Работа по развитию здоровья не может полноценно вестись только за счет медицинских методов при условии их дополнения психолого-педагогическими.
- Ключевым, системообразующим средством оздоровительно-развивающей работы с детьми является индивидуально-дифференцированный подход.

## Нормативно-правовое обеспечение программы:

Предусматривает соблюдение ФГОС ДО от 17.10.2013 г. № 1155;  
 Закона Российской Федерации № 273 ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;  
 СанПиН 2.4.1.3049-13;  
 Устава МБДОУ – детский сад № 245.

В основу программы заложены следующие принципы:

1. **Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. **Принцип активности и сознательности** – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению воспитанников.
3. **Принцип комплексности и интеграции** – решение оздоровительных и коррекционных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. **Принцип адресованности и преемственности** – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
5. **Принцип результативности и гарантий** – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

## Методическое обеспечение программы и механизмы ее реализации

Направления работы	Система мер	Ожидаемое состояние	Ответственные
1. Оздоровление детей методами физической культуры и организация лечебно-профилактической работы	1. Диагностика: выявление исходного уровня, своевременная коррекция и отслеживание результатов. 2. Закаливание: снижение заболеваемости, укрепление защитных сил организма в процессе профилактической	Снижение общей заболеваемости и улучшение показателей здоровья. Достижение уровня физической подготовки не ниже среднего	заведующий зав. по ВМР медсестра воспитатели инструктор по физической культуре

<p>В.Г. Алямовская; Ю.Ф.Змановский, ООП ДОУ; В.М. Смолевский, Б.К. Ивлев (Нетрадиционные виды гимнастики)</p>	<p>работы. 3.Рационально организованная предметная среда и двигательная активность, обеспечение физического развития, психологического благополучия, развитие основных психических процессов. 4.Организация питания: обеспечение сбалансированного питания как основы жизнедеятельности растущего организма. 5.Лечебно-профилактическая работа: предупреждение и комплексный подход к снижению заболеваемости под руководством врача</p>		
<p>2.Формирование основ здорового образа жизни (ООП ДО Программа «От рождения до школы» Н.Е. Веракса и др.),</p>	<p>1.Организация просветительской работы с детьми 2.Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни, формирование мотивационных установок у детей на осознанное отношение к своему здоровью, социализация детей. 3. Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, проведения досуговых мероприятий, оказание консультативной помощи)</p>	<p>1.Формирование ценностей здорового образа жизни. 2.Активное участие родителей в совместной работе с ДОУ в вопросах оздоровления детей</p>	<p>зам. зав. по ВМР медсестра воспитатели специалисты ДОУ</p>
<p>3.Здоровьесберегающие принципы конструкта образовательной деятельности (элементы технологии В.Ф.Базарного, использование нетрадиционных методов оздоровления)</p>	<p>1.Совершенствование материально-технической базы: создание развивающей предметно-пространственной среды. 2.Обеспечение эмоционального благополучия каждому воспитаннику. 3.Программно-методическое обеспечение. 4. Внедрение здоровьесберегающих методик в образовательную деятельность 5.Соблюдение СанПин.</p>	<p>1.Улучшение физического и психического здоровья детей. 2.Развитие индивидуальных способностей в процессе образования.</p>	<p>заведующий зам. по ВМР медсестра воспитатели специалисты ДОУ</p>
<p>4.Коррекционная</p>	<p>1.Программно-методическое и</p>	<p>1.Обеспечение опти-</p>	<p>заведующий</p>

работа с детьми - А.А. Мехнин, Фирилева, Сайкина, Федотов «Оздоровительная гимнастика, фитнес» и др.	материально-техническое оснащение образовательного процесса 2.Повышение квалификацион- ного уровня специалистов. 3. Релаксационные комплексы. 4.Элементы йоги 5.Психогимнастика 6. Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей и др.	мальной физиологи- чности занятий на всех уровнях с целью профилактики отклонений опорно- двигательной системы. 2.Оказание квалифи- цированной коррекцио- нно-профилактической и оздоровительной помощи детям	зам. зав. по ВМР медсестра воспитатели инструктор по физической культуре
---	--	---	---

## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ, МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### I направление Диагностическое сопровождение

Мониторинг качества оздоровительной и коррекционно-профилактической работы ДОУ

**Цель:** обеспечить систему непрерывного мониторинга результатов организации работы по программе «Здоровый дошкольник» с воспитанниками всех возрастных категорий; обеспечение преемственных связей в работе специалистов ДОУ

Результат	Факторы, влияющие на результат	Сроки	Содержание информации	Ответственные
1.Здоровье и физическое развитие воспитанников	1.Состояние физического развития воспитанников	2 раза в год	Диагностика физического развития, скрининг-программа	медсестра
	2.Уровень физической подготовленности	2 раза в год	1.Диагностика развития двигательных умений и навыков. 2.Заполнение индивидуальных карт. 3.Посещение занятий по программе наблюдения специалиста.	зам. зав. по ВМР инструктор по физической культуре медсестра
	3.Состояние лечебно-профилактической работы: - работа физиокабинета (общеукрепляющее воздействие на организм ребенка; профилактика ОРЗ и гриппа, повышение сопротивляемости организма; противорецидивное лечение группы ЧБД; коррекция состояния воспитанников,	Ежеквартально	1. Анализ заболеваемости детей. 2. Анализ индивидуальной работы с воспитанниками ДОУ	медсестра



	перенесших острые и хронические заболевания)			
	4.Состояние работы в группах	Ежемесячно	1.Анализ заболеваемости по группам. 2. Заполнение журнала «Здоровье» 3.Наблюдение за организацией оздоровительно-профилактических и коррекционных мероприятий по группам	заведующий медсестра зам. зав. по ВМР
	5.Планирование работы с воспитанниками	Ежемесячно	1.Анализ перспективного и календарного планирования.	медсестра зам. зав. по ВМР
		3 раза в год	2.Анализ мониторинга.	медсестра зам. зав. по ВМР
2.Коррекционно-оздоровительная работа с воспитанниками	1.Оказание коррекционной помощи	3 раза в год	1.Анализ занятий	зам. зав. по ВМР
	2.Анализ работы по коррекционной физической культуре с детьми	2 раза в год	1.Диагностика имеющихся отклонений опорно-двигательной системы. 2.Анализ индивидуальных карт. 3.Анализ занятий	врач медсестра зам. зав. по ВМР
3.Внедрение здоровьесберегающих технологий	1.Использование элементов технологии В.Ф. Базарного 2. Использование нетрадиционных методов оздоровления 3. Использование оздоровительных видов гимнастики (фитнеса)	в течение года	1.Анализ использования здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности ДОУ.	зам. зав. по ВМР медсестра воспитатели специалисты ДОУ
4.Формирование навыка ЗОЖ	1.Использование методов и приемов в формировании навыка ЗОЖ	в течение года	1.Анализ занятий 2.Данные диагностики	зам. зав. по ВМР воспитатели музыкальный руководитель
	2.Использование нетрадиционных методов оздоровления	2 раза в год	1.Анализ занятий 2.Собеседование с детьми	зам. зав. по ВМР воспитатели музыкальный руководитель

## ДОСТИЖЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТА

Профессиональная подготовка педагогов  
Психо-физическое здоровье дошкольников  
Компетентность всех субъектов здоровьесберегающей деятельности  
Положительный уровень формирования навыка ЗОЖ и физической подготовленности  
Положительные результаты обследования состояния здоровья  
Положительные результаты валеологического обследования всех субъектов здоровьесберегающей деятельности  
Положительные результаты итогового контроля  
Развитая рефлексия, положительные результаты самооценки педагогов  
Удовлетворение родительского спроса в организации физкультурно-оздоровительной, коррекционной и просветительской работы с воспитанниками.

### II направление Тематическое обеспечение

#### Организация физкультурно-оздоровительной работы.

##### Задачи:

- Охрана и укрепление здоровья дошкольников, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости и защитных функций организма, улучшение физической и интеллектуальной работоспособности.
- Формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, достижение не ниже среднего уровня физической подготовленности.
- Создание условий для реализации потребностей в двигательной активности в течение пребывания в ДОУ.
- Выявить интересы и способности детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительных мероприятий.
- Обучение детей двигательным умениям и навыкам

#### Система оздоровления воспитанников и семьи методиками, технологиями физической культуры

Утренняя и ритмическая гимнастика, корригирующая гимнастика  
Индивидуальная работа вне занятий  
Закаливающие мероприятия  
Физ. минутки и динамические часы  
Подвижные, спортивные игры  
Самостоятельная двигательная деятельность  
Активный отдых  
Спортивно-массовая оздоровительная деятельность

#### Система и содержание оздоровительной деятельности

№	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственный
1	<b>Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей</b>		
1	Уход за ребенком – обеспечение чистоты тела, одежды, постели		воспитатели

2	Освещенность игровых и учебных зон (загроможденность окон цветами и шторами, расположение зон для интеллектуальных игр вдали от окон)	постоянно	заведующий, зам. зав. по ВМР воспитатели медсестра
3	Режим проветривания		воспитатели
<b>2</b>	<b>Организация питания</b>		
1	Санитарно- гигиенический компонент:	постоянно	заведующий по хозяйству, работники пищеблока, медсестра
	соблюдение правил хранения продуктов питания, их приготовления и выдачи, соблюдение требований к мытью посуды и содержанию пищеблока		
2	Нормативный компонент: выполнение ежемесячных номинальных норм питания в соответствии с нормативными документами, нормирование порций		
3	Оздоровительный компонент:	постоянно	работники пищеблока, медсестра
4	специальная диета для детей, страдающих пищевой аллергией и непереносимостью отдельных продуктов питания; введение в меню кисломолочных продуктов; обогащение меню натуральными соками, фруктами, напитком «Золотой шар»		
5	Рациональное 4-х разовое питание		
6	Учет индивидуальных особенностей состояния здоровья	по плану	заведующий зам. зав. по ВМР воспитатели инструктор по физической культуре
7	Психологический компонент связан с комфортными условиями приема пищи, качеством предлагаемых детям блюд, их соответствии потребностям растущего организма, разнообразие меню	постоянно	воспитатели
<b>3</b>	<b>Обеспечение психологической безопасности</b>		
1	Знание психологических особенностей развития детей каждого возрастного периода. Ранее изучение и своевременное оказание помощи вновь поступающим детям в детский сад.	в течение года	воспитатели инструктор по физической культуре
2	Создание комфортного микроклимата в группе.	по необходимости	заведующий зам. зав. по ВМР воспитатели
3	Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных, индивидуальных особенностей, состоянием здоровья, санитарно-гигиенических требований.	ежегодно (сентябрь), по мере поступления новых детей	зам. зав. по ВМР медсестра
4	Создание предметно-развивающей среды, обеспечивающей психологическое благополучие ребенка, уголки психологической разгрузки, представление	в течение года	заведующий зам. зав. по ВМР воспитатели

	наглядного материала «Я и моя семья», «Семейный отдых» и т.д.		
5	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, аутогенная тренировка	ежедневно, несколько раз в день	воспитатели инструктор по физической культуре
6	Ведение карт наблюдения за детьми группы риска, имеющими проблемы в здоровье и развитии	по мере необходимости	воспитатели
7	Создание индивидуальных образовательных программ и маршрутов для группы риска		
8	Проведение круглых столов, деловых игр, семинаров-практикумов, дискуссий и др. с целью формирования гармоничных детско-родительских отношений	в течение года	заведующий зам. зав по ВМР воспитатели
9	Проведение культурно-досуговых мероприятий, направленных на развитие социально-личностной сферы дошкольников	в течение года	зам. зав. по ВМР воспитатели
10	Посещение адаптационных групп неорганизованными детьми с целью легкой адаптации к условиям жизни в детском саду	август	
11	Индивидуальное и групповое консультирование с семей	в течение года	заведующий зам. зав по ВМР воспитатели
12	Создание информационных листов оздоровления, воспитания и развития ребенка		
<b>4</b>	<b>Свето- и цветотерапия</b>		
1	Обеспечение полноценного светового режима	в течение года	заведующий заведующий хозяйством воспитатели
2	Благоприятное цветовое и световое сопровождение среды и образовательной деятельности		
<b>5</b>	<b>Музыка-терапия</b>		
1	Музыкальное сопровождение режимных моментов	по плану	воспитатели музыкальный руководитель инструктор по физической культуре
2	Музыкальное сопровождение НОД познавательного и художественно-эстетического и физического цикла		
3	Музыкальная, театрализованная и спортивно-оздоровительная деятельность		
<b>6</b>	<b>Аутотренинг и психогимнастика</b>		
1	Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы	по мере необходимости	воспитатели инструктор по физической культуре
2	Психогимнастика		
3	Игры на подавление отрицательных эмоциональных состояний		
4	Коррекция поведения		
5	Сказка-терапия		
<b>7</b>	<b>Организация лечебно-профилактической работы</b>		
1	Профилактика заболеваемости в период межсезонья и гриппа	ноябрь, декабрь, февраль, март	воспитатели медсестра

2	Вакцинопрофилактика	по календарному плану	медсестра
<b>8</b>	<b>Профилактика отклонений физического развития</b>		
1	Занятия по развитию речи	по плану	воспитатели
2	Гимнастика для воспитанников с нарушением обмена веществ	по показаниям	инструктор по физической культуре
3	Коррекция после болезни	постоянно	воспитатели медсестра
<b>9</b>	<b>Лечебно-оздоровительные мероприятия</b>		
1	Оздоровление длительно и часто болеющих детей	март-апрель, сентябрь-октябрь	медсестра воспитатели инструктор по физической культуре
2	Витаминные напитки	постоянно	медсестра заведующий по хозяйству воспитатели
3	Чесночные медальоны	по плану	
4	Использование бактерицидных ламп в сочетании с проветриванием (в отсутствие детей)	ежедневно	
5	Витаминоизация третьего блюда	постоянно	
6	Корригирующая гимнастика для воспитанников с нарушением функции опорно-двигательного аппарата	по показаниям	медсестра инструктор по физической культуре воспитатели
7	Гимнастика для воспитанников с нарушением речи		
8	Гимнастика для воспитанников с нарушением обмена веществ		
9	Гимнастика для воспитанников специальной медицинской группы		
<b>10</b>	<b>Система закаливающих мероприятий</b>		
1	<b>Воздушные ванны</b>		
2	Сон без маек	ежедневно	воспитатели
3	Сон при открытых фрамугах	сезонно	воспитатели медсестра
4	Занятия в физкультурно-музыкальном зале босиком, в облегченной одежде (майках)	сезонно	воспитатели инструктор по физической культуре
5	Пульсирующий микроклимат	постоянно	зам. зав. по ВМР воспитатели медсестра
6	Двигательная активность	ежедневно	воспитатели инструктор по физической культуре
7	Хождение босиком по «дорожкам здоровья» во всех видах физкультурно-оздоровительной работы	постоянно	воспитатели инструктор по физической культуре медсестра
<b>11</b>	<b>Водное закаливание</b>		
1	Обширное умывание	ежедневно	воспитатели медсестра
2	Полоскание рта		
3	Игры с водой в летний период	на прогулке летом	инструктор по физической культуре
4	Обливание водой стоп	летний сезон	
<b>12</b>	<b>Закаливание солнцем</b>		

1	Световоздушные ванны	ежедневно в летний период	воспитатели инструктор по физической культуре
2	Подвижные и спортивные игры	летний период	медсестра
3	Прогулка на свежем воздухе 2 раза в день	ежедневно	воспитатели
4	Сквозное проветривание помещений		
5	Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха		
<b>13</b>	<b>Оздоровительный массаж</b>		
1	Игровой массаж, самомассаж, пальчиковый массаж	ежедневно	инструктор по физической культуре воспитатели
2	массаж (рук, грудной клетки, ушных раковин)		
<b>14</b>	<b>Санитарное просвещение родителей</b>		
1	Наглядная информация в родительском уголке	ежеквартально	заведующий зам. зав. по ВМР воспитатели
2	Родительские собрания		
3	Индивидуальные консультации	в течение года	специалисты инструктор по физической культуре
4	Совместные спортивно-массовые мероприятия		
5	Совместная игровая деятельность		
6	Физкультурные праздники с родителями	2 раза в год	
7	Рефлексотерапия с элементами смешанного дыхания и применением звуковой гимнастики по Бутейко, Стрельниковой, по Уманской	по плану	инструктор по физической культуре
<b>15</b>	<b>Физическое развитие</b>		
1	Создание необходимой развивающей среды	постоянно	заведующий зам. зав. по ВМР
2	Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю	воспитатели инструктор по физической культуре
3	Физкультурные занятия на воздухе	1 раз в неделю	
4	Утренняя гимнастика в зале	ежедневно	воспитатели
5	Утренняя гимнастика на воздухе		
6	Бодрящая гимнастика после сна		
7	Досуги, развлечения, конкурсы	1 раз в месяц	воспитатели, инструктор по физической культуре
8	Минутка здоровья	2 раза в неделю	воспитатели
9	Физкультминутка	ежедневно	воспитатели
10	Индивидуальная деятельность детей по развитию и совершенствованию двигательной сферы	ежедневно	воспитатели инструктор по физической культуре
11	Самостоятельная деятельность детей	ежедневно	воспитатели
12	Физические упражнения		
13	Оздоровительные системы	по плану	воспитатели инструктор по физической культуре
14	Оздоровительная гимнастика		
15	Дыхательная гимнастика	ежедневно	
16	Подвижные и спортивные игры	еженедельно	
17	корректирующая гимнастика	по плану	инструктор по физ. культуре
18	Игры и упражнения на прогулке	ежедневно	заведующий зам. зав. по ВМР
19	Спортивные праздники	2 раза в год	

20	Индивидуальная деятельность с детьми по профилактике нарушений здоровья	по плану	воспитатели инструктор по физической культуре
<b>16</b>	<b>Формирование здорового образа жизни воспитанников, семьи педагогов</b>		
1	Развлечения и праздники	по плану	заведующий зам. зав. по ВМР воспитатели инструктор по физической культуре музыкальный руководитель родители
2	Консультации	в течение года	
3	Игры и забавы, досуги	по плану	
4	Дни здоровья		
5	Беседы		
6	Мастер-класс		
7	«День открытых дверей»	2 раза в год	
8	Фотовыставки	ежеквартально	
9	Создание видео-фильмов, презентаций	по плану	
10	Конкурсы поделок, рисунков, печатных материалов	сезонно	
11	Туристические походы	2 раза в год	
12	Каникулы	первая неделя января, летний период	
13	Щадящий режим пребывания (адаптационный период)	в течение года	заведующий зам. зав. по ВМР воспитатели
14	Гибкий режим	ежедневно	воспитатели
15	Организация здоровьесберегающего микроклимата в ДОУ	в течение года	инструктор по физической культуре
<b>17</b>	<b>Диагностика здоровья и физического развития детей</b>		
1	Физического развития	сентябрь, май	медсестра
2	Развитие физических качеств	сентябрь, май	инструктор по физической культуре
3	Качества освоения основных движений	сентябрь, май	инструктор по физической культуре
4	Заболеваемости детей	ежемесячно	
5	Нервно-психического развития	сентябрь, май	воспитатели медсестра
<b>18</b>	<b>Оценка сформированности привычек ЗОЖ</b>		
1	Оценка приобщения детей к культуре и традициям большого спорта	в течение года	инструктор по физической культуре
2	Оценка эффективности системы физического воспитания в детском саду	в конце года	зам. зав. по ВМР инструктор по физической культуре
3	Оценка степени включенности родителей в процесс физкультурно-оздоровительной деятельности ДОУ	в течение года	инструктор по физической культуре
4	Профессионализм педагога	в течение года	инструктор по физической культуре зам. зав. по ВМР

## **Средства укрепления физического здоровья детей**

### **Сбалансированное питание детей.**

#### **Принципы организации питания:**

- выполнение режима питания
- калорийность питания, ежедневное соблюдение норм потребления продуктов.
- гигиена приема пищи
- индивидуальный подход к детям во время питания
- правильность расстановки мебели.

#### **Закаливающие процедуры**

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости воздействию постоянно меняющихся факторов окружающей среды и является необходимым условием оптимального развития организма ребенка.

Основные факторы закаливания:

- закаливающие воздействия органично вписываются в каждый элемент режима дня
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности.
- закаливание проводится на положительном фоне и при тепловом комфорте организма ребенка
- постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур

#### **Физическое развитие**

1. Физическое воспитание оказывает существенное влияние на ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями и повышению оптимальной двигательной активности.

2. Укрепление здоровья средствами физического воспитания способствует:

- повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды;
- совершенствованию реакций терморегуляции и закаливание организма;
- повышению физической работоспособности;
- нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, а также коррекции врожденных или приобретенных дефектов физического развития
- повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья

#### **Гигиена режима**

1. Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию.

2. Рациональное построение режима дня

3. Охрана жизнедеятельности детей

4. Санитарно-просветительная работа (с сотрудниками и родителями)

5. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня

6. Воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков,
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи,
- формирование элементарных представлений об окружающей среде,
- формирование привычки к выполнению ежедневных физических упражнений



## **Комплекс оздоровительных мероприятий по возрастным группам**

### ***Группа раннего возраста***

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением пожеланий родителей.
2. Утренняя гимнастика – 8.10
3. Точечный массаж в игровой форме
4. Постепенное обучение полосканию рта
5. Занятия по развитию движений в группе (в носках)
6. Прогулка: дневная 10.00 – 11.10; вечерняя 17.30 – 18.30
7. Оптимальный двигательный режим
8. «Чесночные» киндеры (с октября по апрель)
9. Фитонциды (лук, чеснок)
10. Сон без маек
11. Закаливание: «солевая дорожка», ходьба по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия

### ***2 младшая группа***

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика в музыкальном зале 8.00
3. Точечный массаж по методике Уманской после завтрака
4. Полоскание полости рта после завтрака, обеда, ужина. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения
5. Физкультурные занятия (босиком) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
6. «Чесночные» киндеры
7. Фитонциды (лук, чеснок)
8. Прогулки: дневная 10.30-11.40; вечерняя 17.45-18.30
9. Оптимальный двигательный режим
10. Сон без маек
11. Дыхательная гимнастика после сна в сочетании с корригирующими упражнениями
12. Упражнения на профилактику осанки и плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции нарушений осанки и уплощения стопы в группе после сна (с 3 квартала)
13. Закаливание: «солевая, ребристая дорожка»
14. Умывание лица и шеи прохладной водой

### ***Средняя группа***

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика
3. Точечный массаж по методике Уманской после завтрака
4. Полоскание полости рта после каждого приема пищи
5. Физкультурные занятия в зале (+ босиком) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
6. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения
7. Чесночные «киндеры»
8. Фитонциды (лук, чеснок)
9. Прогулки: дневная 10.15 – 11.50; вечерняя 17.30 – 18.30
10. Оптимальный двигательный режим
11. Сон без маек
12. Дыхательная гимнастика после сна в сочетании с корригирующими упражнениями
13. Закаливание: «солевая, ребристая дорожка»
14. Умывание рук до локтя, лица и шеи прохладной водой, ходьба босиком
15. Упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции осанки и плоскостопия (ЛФК)

### **Старший дошкольный возраст**

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика и ритмическая гимнастика (в чередовании через две недели)
3. Точечный массаж по методике Уманской после сна
4. Полоскание полости рта после каждого приема пищи
5. Физкультурные занятия в зале (босиком) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
6. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения, массаж ушных раковин
7. Чесночные «киндеры»
8. Фитонциды (лук, чеснок)
9. Прогулки: утренняя 7.00 – 8.00; дневная 10.45 – 12.10; вечерняя 17.45 – 18.30
10. Оптимальный двигательный режим
11. Сон без маек
12. Щеточный массаж
13. Элементы смешанного дыхания с применением звуковой гимнастики по Бутейко, Стрельниковой
14. Умывание рук до локтя, лица и шеи прохладной водой
15. Упражнения на профилактику нарушений осанки плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия (ЛФК)

### **Физкультурно-оздоровительные занятия и их вариативность**

#### **Утренняя гимнастика**

- традиционный комплекс
- на основе подвижных игр
- сюжетная
- оздоровительный бег вокруг детского сада старший возраст
- преодоление полос препятствий
- оздоровительная и фитнес- гимнастика

#### **Двигательная разминка между занятиями**

- игровые упражнения
- подвижные игры на ориентировку в пространстве
- двигательные задания.

#### **Физкультминутки**

- упражнения для развития мелкой моторики рук,
- имитационные упражнения,
- логоритмика,
- общеразвивающие упражнения
- стретчинг.

#### **Подвижные игры и физические упражнения**

- подвижные игры,
- спортивные упражнения,
- двигательные задания, с использованием полосы препятствий,
- упражнения в основных видах движений,
- элементы спортивных игр.

### **Коррекционная работа с детьми по развитию движений**

- дифференцированные игры, подобранные с учетом двигательной активности детей, состояния и группы здоровья
- упражнения по формированию осанки и свода стопы,
- двигательные задания
- игровые упражнения,
- сюжетно-игровая гимнастика,
- дыхательная гимнастика с элементами корригирующей
- оздоровительная гимнастика
- ходьба по массажным дорожкам.

### **Типы НОД по физической культуре**

- традиционное,
- игровое,
- сюжетно-игровое,
- тренировочное,
- по интересам детей,
- комплексное,
- контрольно-проверочное,
- по сказке
- тематическое

### **Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе**

- под руководством воспитателей, специалистов ДОУ.

### **Неделя здоровья, День здоровья**

- подвижные игры и упражнения, разработанные по сценарию,
- физкультурные досуги,
- тематические дни гигиены и здоровья.

### **Физкультурные праздники, досуги, развлечения**

- игры и упражнения,
- спортивные игры,
- упражнения в основных видах движения,
- игры-эстафеты,
- с использованием нетрадиционного оборудования,
- упражнения фитнеса
- музыкально-ритмические упражнения.

**Система работы  
по пропаганде здорового образа жизни  
и решению проблем адаптации детей к условиям современной жизни**

<b>Младший</b>	<b>Средний</b>	<b>Старший</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать культурно-гигиенические навыки;</li> <li>- выполнять элементарные действия</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- расширять культурно-гигиенические навыки;</li> <li>- поддерживать порядок в группе, брать на себя ответственные поручения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать привычку культурно-гигиенических навыков;</li> <li>- своевременно поддерживать чистоту вокруг себя, дать знания о вреде мусора;</li> <li>- анализировать свои поступки;</li> <li>- быть внимательным к своему здоровью</li> </ul>
<p>знакомство:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- со строением собственного тела (руки, ноги, туловище, голова);</li> <li>- с ролью каждой части тела, их гигиеной;</li> <li>- с физическими упражнениями, укрепляющими мышцы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжать знакомить с телом человека, с органами слуха и зрения, их значение в жизни человека;</li> <li>- приучать детей к целенаправленному выполнению физических упражнений</li> </ul>	<p>совершенствовать знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о собственном теле, дать элементарное представление о внутреннем строении организма;</li> <li>- о гигиене тела;</li> <li>- воспитывать привычку в ежедневных занятиях физическими упражнениями</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить детей в необходимости сообщать о недомоганиях взрослым</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжать учить детей в необходимости сообщать о недомоганиях взрослым</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить оказывать элементарную помощь при порезах, ушибах;</li> <li>- дать понятие о значении профилактической работы по предупреждению заболеваний;</li> <li>- показать значение закаливающих мероприятий</li> </ul>
<p>познакомить с:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- помещениями детского сада, опасными местами в группе;</li> <li>- возникновением пожаров на основе художественных произведений;</li> <li>- профессиями медсестры и пожарного на основе литературных произведений;</li> <li>- дать элементарные представления об уличном движении</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- расширять знания о помещениях детского сада и их опасными местами (лестничные марши, двери и т.д.);</li> <li>- продолжать знакомить с причинами пожаров;</li> <li>- познакомить со службой 01,03;</li> <li>- обогащать знания о правилах дорожного движения;</li> <li>- познакомить с правилами поведения на улице дома</li> </ul>	<p>основные направления:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взрослый как источник опасности;</li> <li>- безопасность дома;</li> <li>- природа-наш дом;</li> <li>- эмоциональное благополучие;</li> <li>- безопасность на улицах города и поселка</li> </ul>

**Коррекционно-профилактическая работа**

- профилактика и снижение заболеваемости (план мероприятий, критерии оценки организации оздоровительной работы в условиях физиотерапевтического кабинета),
- восстановление функциональных резервов организма, оптимизация условий пребывания детей в ОУ,
- оздоровление детей методами нетрадиционной медицины,

- создание условий для осуществления интеллектуально-раскрепощенного развития детей с использованием элементов технологии В.Ф. Базарного
- коррекция познавательной сферы дошкольника,
- оказание педагогической помощи детям и др.

### Организация НОД по коррекции состояния здоровья

Занятия коррекционной физической культуры проводятся во вторую половину дня. Система работы выстроена на основе программы Мехнин, Фирилева, Сайкина, Федотов «Оздоровительные виды гимнастики, Фитнес». Отбор детей происходит на основе диагностических данных по результатам осмотра воспитанников врачом Реабилитационная работа с детьми в течение учебного года проходит в три этапа.

*Общая цель* комплексной системы по коррекционной гимнастике – улучшение контроля за физическим развитием каждого ребенка с учетом возрастных и физических особенностей, связанных с нарушением систем: опорно-двигательного аппарата, кардио-респираторной, зрительной систем, нарушением обмена веществ).

### Частные цели реабилитационной гимнастики

Учебные	Коррекционные	Валеолого-психологические
<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение основам лечебной гимнастики;</li> <li>- совершенствование навыков владения индивидуальными упражнениями;</li> <li>- обучение всем видам дыхательных упражнений;</li> <li>- увеличение жизненной емкости легких и др.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создание мышечного корсета;</li> <li>- увеличение силовой выносливости мышц;</li> <li>- замедление процесса прогрессирования заболевания;</li> <li>- стабилизация позвоночника;</li> <li>- уменьшение дуги сколиоза, увеличение жизненной ёмкости легких.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование осознанного отношения к своему здоровью;</li> <li>- создание благоприятных условий для лечения и оздоровления своего организма;</li> <li>- развитие волевых качеств;</li> <li>- создание благоприятного психоэмоционального фона для коррекции заболевания</li> </ul>

### Принципы лечебной физкультуры

- систематичность занятий;
- доступность;
- индивидуальный подход: соответствие предлагаемого комплекса двигательным возможностям;
- постепенность в повышении и снижении нагрузки;
- строгая дозировка;
- постепенное изменение сложности упражнений;
- медленный темп упражнений;
- длительность обучения основным упражнениям;

### III направление Управленческое сопровождение

**Цель:** обеспечение координации методической и практической деятельности специалистов ДОУ с другими социальными и административными структурами; контроль по реализации программы, сбор и обобщение информации.

#### Комплексная система работы кадрового потенциала в области здоровьесбережения

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Организация оздоровительных и режимных моментов в течение пребывания воспитанников	ежедневно	зам. зав по ВМР воспитатели специалисты мед. персонал заведующий хозяйством
2	Организация НОД с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная, статическая поза, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа образовательного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона).	ежедневно	воспитатели инструктор по физической культуре
3	Работа в направлении коррекционно – оздоровительного образования	весь период	зам. зав по ВМР воспитатели инструктор по физической культуре мед. персонал
4	Составление расписания НОД, предусматривающее чередование образовательных областей с повышенной интеллектуальной трудностью	начало уч. года	заведующий зам. зав по ВМР
5	Составление расписания дня, предусматривающее чередование занятий и отдыха	начало уч. года	заведующий зам. зав по ВМР
6	Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и укреплению здоровья	один раз в полугодие	заведующий зам. зав по ВМР воспитатели мед. персонал
7	Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра	один раз в год	мед. персонал инструктор по физической культуре
8	Использование диагностики по выявлению отклонений состояния здоровья среди воспитанников	ежегодно	мед. персонал
9	Организация медицинских осмотров	по плану	мед. персонал
10	Проведение родительских собраний по актуализации ценности здоровья	по плану	заведующий зам. зав по ВМР воспитатели мед. персонал

			инструктор по физической культуре заведующий хозяйством
11	Проведение методических совещаний на тему «Учет индивидуальных особенностей дошкольников».	один раз в год	заведующий зам. зав по ВМР
12	Проведение с дошкольниками коррекционно – оздоровительных мероприятий (ЛФК, коррекция зрения, осанки, свода стопы, дыхательная гимнастика)	постоянно	зам. зав по ВМР воспитатели медсестра инструктор по физической культуре
13	Проведение смотров учебных кабинетов на предмет соответствия требованиям ФГОСДО, санитарно – гигиенических условий кабинета.	два раза в год	комиссия заведующий хозяйством
14	Обеспечение условий для предупреждения травматизма: - организация досуга дошкольников во время пребывания в ДОУ; - соблюдение т/б при организации учебно – воспитательного процесса	постоянно	заведующий зам. зав по ВМР воспитатели медсестра инструктор по физической культуре заведующий хозяйством
15	Обеспечение условий для двигательной активности (оснащение, гибкий режим, НОД по подгруппам)	постоянно	заведующий зам. зав по ВМР воспитатели медсестра инструктор по физической культуре заведующий хозяйством

#### **IV направление Работа с родителями**

**Цель:** повышение педагогической культуры родителей, обеспечение тесного сотрудничества в вопросах оздоровления и здоровьесбережения воспитанников ДОУ

#### **Консультативно-информационная работа**

- активное участие родителей в спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе ДОУ;
- оформление папок, выставок, фотовыставок, письменных консультаций, информационных стендов;
- организация консультаций, мастер-классов, открытых занятий по НОД, с участием сотрудников ДОУ, медицинского персонала, специалистов о здоровье и ЗОЖ;
- организация консультативного пункта для родителей с целью профилактики и коррекции ранних отклонений в состоянии здоровья ребенка.

Для осуществления программы «Здоровый дошкольник» в ДОУ создана здоровьесберегающая и здоровьесформирующая среда.

**Критерии оценки  
состояния здоровья и факторы, влияющие на здоровье воспитанников**

1. Состояние физического развития детей - углубленный медицинский осмотр с учетом возрастных особенностей скрининг – программа.
2. Уровень физической подготовленности детей - анализ индивидуального уровня развития основных физических качеств и показателей физического развития.
3. Уровень физической культуры детей - формирование потребности в здоровом образе жизни и безопасности жизнедеятельности.
4. Состояние лечебно-профилактической работы:
  - анализ эффективности лечебно-профилактических мероприятий;
  - анализ микросоциального климата в период адаптации.
5. Уровень коррекционной помощи детям (Приложения)
  - коррекция отклонений в развитии осанки и свода стопы ребенка
6. Уровень перегрузок:
  - анализ режимных моментов с целью соблюдения оптимальных нагрузок на организм;
  - выявление факторов социальной среды, влияющих на эмоциональное состояние ребенка.

**Мониторинг  
программы «Здоровый дошкольник»**

<b>Контроль</b>	<b>Показатели</b>	<b>Осуществление контроля</b>	<b>Сроки</b>	<b>Кто контролирует</b>
Образовательный процесс: НОД	1. Пропуски НОД по физкультуре	отметка в журнале	ежедневно	Инструктор по физической культуре
	2. Качество выполнения программы, сдача диагностики	отметка в специальном журнале по группам	в конце каждого триместра	зам. зав по ВМР
	3. Интерес и мотивация к урокам физкультуры	анализ динамики годовых показателей у воспитанников одного возраста	в течение года	зам. зав. по ВМР
		анкетирование родителей	в течение года	инструктор по физической культуре
2. Образовательный процесс	1. Посещение спортивных досугов	отметка в журнале	ежедневно	инструктор по физической культуре
	2. Результаты участия в конкурсах, соревнованиях дошкольного, муниципального уровня, их динамика	проверка журналов	в конце года	зам. зав. по ВМР



	3. Привлечение воспитанников к занятиям в спортивных соревнованиях	по итоговым протоколам и приказам	по окончании проведения	инструктор по физической культуре
	4. Посещение воспитанниками массовых мероприятий спортивного характера	подсчет воспитанников, посещающих мероприятия	в сентябре + контроль в мае	инструктор по физической культуре
3. Состояние здоровья воспитанников	1. Пропуски НОД по болезни	отметка в журнале посещаемости	еженедельно	инструктор по физической культуре воспитатели
	2. Наличие хронически больных детей	по медицинским картам с определением динамики	в конце года	зам. зав по ВМР
4. Состояние санитарно-гигиенических условий работы	1. Соблюдение режима проветривания	наблюдение	ежедневно	зам. зав. по ВМР
	2. Соблюдение норм освещения и отопления в помещениях	наблюдение	1 раз в две недели	заведующий хозяйством
	3. Регулярная влажная уборка помещений	при составлении расписания	ежедневно	заведующий хозяйством
	4. Соответствие учебной нагрузки обучающихся максимально допустимой (не более)		еженедельно	заведующий хозяйством
5. Соблюдение обучающимися гигиенических норм и правил	1. Мытье рук перед едой	наблюдение	ежедневно	воспитатели
	2. Мытье рук после посещения туалета	наблюдение	1 раз в неделю	воспитатели
	3. Наличие чистой одежды для занятий физкультурой	наблюдение	ежедневно	воспитатели

	4. Наличие сменной обуви	наблюдение	ежедневно	воспитатели
6.Эффективность работы кабинета здоровья	1.Посещаемость кабинета	учет посещения, его динамика	в конце года	инструктор по физической культуре
	2.Улучшение измеряемых по программе показателей	учет посещения, его динамика	в конце года	инструктор по физической культуре
7.Эффективность реализации программы физкультурно-оздоровительной работы в целом	1.Подведение промежуточных итогов	анализ	май	заведующий зам. зав. по ВМР
	2.Подведение общего итога работы по программе	анализ	май	заведующий зам. зав. по ВМР

1. Ананьев В.А. Организация безопасности и жизнедеятельности дошкольников, Томский университет, 2000, С 2-14.
2. Антонов Ю.Е., Иванова Е.Ю. Основные положения программы "Здоровый дошкольник" // Ж. "Обруч", 1996, № 1. - С. 5-6
3. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968
4. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. М.: Просвещение, 1981.
5. Вержбицкая Н.А. Массаж - одно из средств физического воспитания (из опыта работы преподавателя МПК г. Мурманска) // Дошкольное воспитание. - 1999. - № 3.
6. Воспитание правильной осанки. 2-е испр. и доп. изд. (Под ред. А.М. Шлемина). М., 1968, 70 с.
7. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. - М.: Владос, 1999.
8. Громова С. Сюжетные физкультурные занятия с элементами корригирующей гимнастики. //Ж. "Дошкольное воспитание." - 1996. - №№ 6,8,
9. Гутникова Л. Спорт + игра = радость. //Ж. "Дошкольное воспитание." - 2001. - № 12.
10. Донской Д.Д. Ходить и бегать для здоровья. М., 1985, 64 с.
11. Доронова Т. Право на охрану здоровья // Ж "Дошкольное воспитание." - 2001, № 9. С.5-8
12. Драгвоз Л.А. Использование элементов музыкально-ритмического воспитания по системе К. Орфа в процессе занятий по физической культуре // Физическое воспитание детей дошкольного возраста: проблемы и перспективы: Тез. док. регион. науч.-практ. конф. /Под ред. С.Б. Шармановой. - Челябинск: УралГАФК, 1999, с. 77-79.
13. Егоров Б.Б., Змановский Ю.Ф. Система эффективного закаливания // Ж "Начальная школа.", 2000, № 7.
14. Ерофеева Т.И, Современные образовательные программы для дошкольных учреждений // М, 1999г. С- 170, 99, 2-12.
15. Ефименко Н.Н. Театр физического оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. - М., 1999.
16. Захаров Е., Карасев А., Сафонов А. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств. 1994, с. 35-36.
17. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. Концептуальные положения. // Ж "Дошкольное воспитание", 1993, № 9.
18. Змановский Ю.Ф., Кузнецова М.Н., Баранова Н.В. Оздоровительно-профилактический комплекс в дошкольном учреждении // Ж. "Дошкольное воспитание", 1991, № 10, с.8.
19. Казьмин В.Д. Дыхательные гимнастики. - Ростов - на Дону // "Феникс", 2000.
20. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., 1978
21. Кечеджиева Л., Ванкова М., Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. М., 1985
22. Кудрявцева В.Т. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линка - Пресс, 2000.
23. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. - М.: Просвещение, 1987.
24. Латохина Л.И. Как быть здоровым душой и телом // Дошкольное воспитание. - 1999. - № 10.
25. Леонтьева Н.Н., Маринова К.В. Анатомия и физиология детского организма. М., 1986.
26. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. М., с. 362.
27. Лесгафт П.Ф. // Руководство по физическому образованию детей дошкольного возраста // М, 1952, т,2
28. Логинова В.И, Бабаева Т.И. // Детство. С-П, 1997г.
29. Максимова С.Ю., Фомина Н.А. Использование средств ритмической гимнастики сюжетно-ролевой направленности в коррекционной работе с дошкольниками, отстающими в психическом развитии // Физическое воспитание детей дошкольного возраста: проблемы и перспективы: Тез. докл. регион. науч.-практ. конф. /Под ред. С.Б. Шармановой. - Челябинск: УралГАФК, 1999, с. 132-134.

30. Мартынов С.М. Здоровье ребенка в ваших руках. - М.: Просвещение, 1991.
31. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебн. для ин-тов физ. культ. М., 1991, с. 272.
32. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. - М., 2000.
33. Основы безопасности дошкольников /Под ред. В.А. Ананьева. - М.: Академия, 2000.
34. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение, 1986.С 3-7.
35. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ. Практическое пособие, под ред. Моргунова О.Н., -Воронеж, 2005, -145 с.
36. Ротенберг Р.И. Расту здоровым. - М.: Физкультура и спорт, 1992.
37. Рунова М. Сохранение и укрепление здоровья ребенка// Ж. "Дошкольное воспитание". - 1999. - № 6.
38. Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: Здоровый дошкольник. /Авторы-составители Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н, Марченко Т.И., Пронина Е.И. - М.: АРКТИ, 2001. - 208 с.6-12.
39. Стасюк А.М., Журавлева Н.А. О системе физкультурно-оздоровительной работы. //Ж. "Дошкольное воспитание", 1997, № 9. - С. 39-42
40. Филиппова С. К. К вопросу о программах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ//Ж "Дошкольное воспитание". - 1999. - № 12.
41. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. - М.: Просвещение, 1984.
42. Шебенко В.И.// Физическое воспитание дошкольника. М, 1998, с-714.
43. Щербак А. К гармонии через движение! //Ж "Дошкольное воспитание". - 1998.- №№ 6, 8.
44. Яковлева Л., Юдина Р. Работаем по программе "Старт". //Ж. "Дошкольное воспитание". - 1996. - NN 1-12; 1997. - №№ 1-12.