

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 14  
комбинированного вида Петродворцового района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТО:**

на Педагогическом Совете  
протокол № 1 от 31.08.2017года

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий

О.Д. Капитанская  
Приказ № 188 от 31.08.2017 года



**ПРОГРАММА  
«ЗДОРОВЬЕ»**

Санкт-Петербург  
2017 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*« Я не боюсь еще и еще раз повторить:  
Забота о здоровье – это важнейший труд  
воспитателя. От жизнерадостности,  
бодрости детей зависит их духовная  
жизнь, мировоззрение, умственное  
развитие, прочность знаний, вера в свои силы».*  
В.А.Сухомлинский

«Здоровье – это не все, но все без здоровья – ничто» - повторяет человечество вслед за мудрецом Сократом уже более двух тысяч лет. Современное общество, колоссальные темпы его развития, информационные технологии настоятельно предъявляют с каждым днем все более высокие требования к человечеству и его здоровью.

Произошедшие в нашем обществе перемены отразились на состоянии здоровья всех возрастных групп. Наибольшую тревогу вызывает здоровье детей и подростков. По официальным данным ежегодно общий уровень отклонения в здоровье возрастает на 6,7%. Это, не считая хронических заболеваний. У каждого ребенка в возрасте до года можно определить не менее трех различных заболеваний. Новая социально-экономическая действительность диктует необходимость формирования культа здоровья в сознании подрастающего поколения.

В связи с этим проблема ухудшения здоровья населения страны и особенно детей становится национальной. Подписание В.В.Путиным Постановления « О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни населения» показывает беспокойство государства за будущее страны.

Несомненно, проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей, каким образом способствовать формированию физической культуры ребенка, как привить навыки здорового образа жизни, когда это надо начинать. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья.

Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Сегодня 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. Исследования М.Д. Маханевой, В.Г. Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают « Двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении. Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии.

Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

В настоящее время возрастает необходимость активной разработки и использования здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе дошкольных образовательных учреждений, стимулирующих приобретение опыта ценностного отношения к своему здоровью уже в дошкольные годы.

Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Педагогический коллектив детского сада пришел к выводу, что необходимо разработать программу «Здоровья». Именно разработка этой программы привела коллектив ДОУ к переосмыслению работы с дошкольниками в сфере не только физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, актуализации внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль – вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение.

Проанализировав комплексную «Программу воспитания и обучения в детском саду» (раздел « Физическое воспитание»), коллектив педагогов, инструктор по ФК, зам.зав.по ВМР, заведующий, медсестра пришли к выводу, что в ней не достаточно реализуется потребность детей в движении. В течение дня не выполняется физиологически необходимое ребенку количество движений, Физические занятия не решают проблемы тренировки сердечно-сосудистой системы, терморегуляционного аппарата, а следовательно, не дают должного эффекта в укреплении здоровья.

Физические занятия однообразны, так как подчиняются определенной жесткой методике их проведения, не развивают интерес к спорту, в ходе их трудно выявить способности и склонности детей, еще труднее их развивать. Нормативы физической подготовленности не учитывают уровень физического развития детей, запас их сил и состояния здоровья.

С этих позиций разработана программа «Здоровье». Она ориентирована на педагогов-практиков, осуществляющих повседневную работу с дошкольниками и их родителями. Ни у кого не вызывает сомнения, что в одиночку педагогу добиться решения всех задач, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое воспитание, практически не возможно. Поэтому, одним из основных направлений оздоровительной работы с детьми является совместная работа с семьей в решении вопросов укрепления здоровья.. материалы, представленные в программе, ориентированы на организацию работы с детьми, посещающими ДОУ с 2,5 до 7 лет. Программа основывается на физиологических, психолого-педагогических, валеологических исследованиях, направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представлений ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

### ОСНОВАНИЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ:

1. Федеральный закон « Об образовании в Российской Федерации» №273- ФЗ от 29.12.2012;
2. Санитарно-эпидемиологическим требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций СанПин 2.4.1. 3049 – 13 от 15.05.2013 № 26;
3. Закон Санкт-Петербурга «Об образовании в Санкт-Петербурге» от 17.07.2013 № 461-83;
4. Конвенция о правах ребенка, одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989;
5. Декларация прав ребенка, провозглашена резолюцией 1386 (XIV) Генеральной Ассамблеи от 20.11.1959;
6. Закон РФ « Об основных гарантиях прав ребенка РФ» № 124-фз от 24.07.98г.
7. « Основы законодательства РФ Об охране здоровья граждан» № 5487-1 от 22.06.93г.
8. Приоритетный национальный проект « Образование», утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по реализации приоритетных национальных проектов (протокол № 2 от 21.12.05)

### ПРОБЛЕМЫ:

- Возрастающее количество детей с ограниченными возможностями здоровья и вторичными проявлениями различных нарушений;
- Увеличение количества детей со 2,3,4 группами здоровья.

### ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

- Программа «Здоровье» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
- Разработка и обоснование оздоровительных мероприятий для детей дошкольного возраста с учетом психологических и психофизиологических особенностей развития.

### ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- Создать комфортный микроклимат в детском коллективе, в ДООУ в целом.
- Повысить физкультурно-оздоровительную грамотность родителей.
- Обучить навыкам здоровьесберегающих технологий: формировать у детей знания, умения и навыки сохранения здоровья и ответственности за него.
- Формировать профессиональную позицию педагога, характеризующейся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье детей.

Для достижения поставленных целей необходимо:

- Создать здоровьесберегающую и развивающую среду, предусматривающую осуществление закаляющих и оздоровительных мероприятий, обеспечивающих

комфортное пребывание ребенка в детском саду в соответствии с его индивидуальными особенностями и состоянием здоровья.

- Особое внимание уделить подбору и расстановке кадров на группы с учетом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости. Помня о том, что результаты физического развития детей зависят, прежде всего, от профессиональной подготовки педагогов, их педагогических знаний, необходимо продумать систему всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей в сочетании с контролем за организацией воспитательно-образовательного процесса.

- Организовать специальное обучение детей на занятиях.

- Организовать рациональное распределение нагрузки на детей в течение дня.

## **ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ:**

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 себя и детей.

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

4. Принцип преемственности – поддержание связи между возрастными категориями, учет уровня развития и состояния здоровья.

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

## **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ:**

### **1. Валеологическое образование детей**

Организованные виды деятельности с детьми направлены

#### **В младшем дошкольном возрасте:**

- на развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;

- на развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомиму;

- на развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;

- на развитие представлений о групповом помещении ДООУ, принадлежности к нему; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим людям;

- на развитие положительного отношения к себе и к своему имени;

- на развитие представлений детей о принадлежности к женскому или мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек.

#### **В среднем дошкольном возрасте:**

- на развитие представлений о своем теле;

а) знакомство с условным изображением строения человеческого тела

б) органы чувств

в) дыхательная и пищеварительная системы

- на развитие представлений о себе и своей семье

**В старшем дошкольном возрасте:**

- на приобщение к нормам здорового образа жизни

- обогащение представлений о здоровье, об организме, его потребностях, о способах предупреждения травматизма, закаливаний

**во всех возрастных группах:**

- на занятиях по физической культуре и ритмике беседы и пояснения о пользе и влиянии на организм физических упражнений.

## **2. Комплексное исследование здоровья дошкольников**

- Исследование состояния здоровья детей специалистами здравоохранения, выделение « группы риска», выявление других функциональных нарушений.
- Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДООУ с целью динамичного наблюдения за их развитием.
- Определение соответствия образовательной среды ( материально-техническое обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация образовательного процесса) состоянию здоровья ребенка и своевременное выявление факторов риска для его здоровья и развития.

## **3. Физкультурно – оздоровительная работа.**

- Занятия по физкультуре всех типов: традиционные, тренировочные, занятия – соревнования, занятия – зачеты, самостоятельные, интегрированные, музыкально-ритмические занятия, праздники, развлечения.
- Система эффективных закаливающих процедур.
- Активизация двигательного режима дошкольников.
- Профилактическая работа с детьми.

### **1. Реабилитационная и коррекционная работа с детьми:**

- Реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательных путей.
- Индивидуальная коррекционная работа с детьми, имеющими отклонения в здоровье.

### **2. Консультативно – информационная работа:**

- Сотрудничество с участниками педагогического процесса по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников.

## ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### АНАЛИТИКО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ

- Мониторинг исходного состояния, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков.
- Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ (оздоровительные режимы, комплексы закаливающих мероприятий, физкультурные занятия всех типов, оптимальный двигательный режим).

### Программа "Здоровье" – опыт работы ДОУ по сохранению и укреплению здоровья воспитанников

Программа "Здоровье" разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОУ, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

#### Цель программы:

- Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
- Формирование устойчивой мотивации на сохранение и укрепление здоровья;
- Создание устойчивой системы экологического воспитания детей в детском саду.
- Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

#### Основные принципы программы:

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

#### Критерии оценки работы по программе:

1. Снижение (или увеличение) уровня заболеваемости;
2. Увеличение (или уменьшение) количества детодней;

3. Наличие (отсутствие) в группах центров двигательной активности, оборудования с учетом всех санитарных норм и требований;
4. Сформированность (не сформированность) у детей культурно-гигиенических навыков;
5. Наличие (отсутствие) системы физкультурно-оздоровительной работы;
6. Обобщение и распространение передового педагогического опыта по проблеме "Физическое развитие и оздоровление детей дошкольного возраста";  
"Формирование основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста".

Для решения поставленных задач в ДОО была разработана система физкультурно-оздоровительной работы с детьми, которая включает в себя:

- Работу по организации двигательного режима в ДОО
- Оздоровительную работу с детьми
- Коррекционную работу
- Работу по созданию условий для формирования навыков здорового образа жизни  
*(Приложение 1)*

Проблема укрепления и сохранения здоровья детей возникает у родителей с момента рождения ребенка. Приходя в детский сад, часть детей уже имеет ряд хронических заболеваний, а к школе абсолютно здоровыми можно считать около 10% детей. Поэтому, проведение оздоровительной работы должно проходить в тесном сотрудничестве ДОО и семьи. *(Приложение 2)*. Данное сотрудничество условно можно разделить на несколько этапов:

- ознакомительный - проводится изучение состояния здоровья ребенка;
- этап разработки принципов оздоровления детей, выбор методики просвещения родителей;
- этап совместной деятельности родителей и сотрудников детского сада;
- итоговый - подведение итогов, результатов совместной работы, диагностика.

#### **Предполагаемые результаты программы "Здоровье":**

1. Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
2. Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;
3. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду. Создание современной предметно-развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;
4. Осознание взрослыми и детьми понятия "здоровье" и влияние образа жизни на состояние здоровья;
5. Снижение уровня заболеваемости детей;
6. Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду;
7. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
8. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для



полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.

### **Программа укрепления здоровья**

Программа «Здоровье»

Координатор программы: Кувшинова Наталья Борисовна

Творческая группа:

Мальшева Наталья Дмитриевна, воспитатель логопедической группы,

Гудзик Татьяна Владимировна, педагог- психолог.

Всем известно, что здоровье человека начинается в детстве. Во все времена считалось, что здоровье детей является показателем состояния физического и нравственного здоровья общества в целом. Кроме того, сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья - не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Творческой группой педагогического коллектива и медицинского персонала ГБДОУ детский сад комбинированного вида №14 была разработана программа «Здоровье».

Разрабатывая программу «Здоровье», мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система физического воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, не заорганизовывала бы детей, сотрудников, родителей, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и самое главное нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровье» разработанная творческой группой педагогического коллектива нашего дошкольного учреждения - это комплексная система воспитания ребёнка-дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателям, узким специалистам ДОУ содержания обучения и воспитания. Использование различных методик позволяет использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов и родителей.

Программа отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДОУ. Она определяет цель, задачи, основные направления, а также формы взаимодействия необходимые для их реализации.

Основные принципы программы.

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

Принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса.

Принцип активности - участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей

Принцип преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья будущего школьника.

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

Цель программы	формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения и укрепления собственного здоровья.		
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>·Сохранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.</li> <li>·Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.</li> <li>·Воспитывать у детей, родителей, педагогов потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.</li> <li>·Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта.</li> <li>·Помочь педагогам и родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации к здоровому образу жизни, поведенческих навыков здорового образа жизни.</li> </ul>		
Законодательно-нормативное обеспечение программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Федеральный закон « Об образовании в Российской Федерации» №273- ФЗ от 29.12.2012».</li> <li>2.СанПин 2.4.1. 1249 - 03.</li> <li>3.Устав образовательного учреждения.</li> </ol>		
Основные направления реализации программы	Работа с детьми	Работа с педагогами	Работа с родителями
	·укреплять здоровье детей и улучшать их двигательный статус с	·изучать научные исследования в области охраны здоровья детей,	·формировать мотивацию здоровья и поведенческих

<p>учетом индивидуальных возможностей и способностей;</p> <p>·формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия;</p> <p>·удовлетворять потребность детей в движении;</p> <p>·стимулировать развитие у детей навыков личной гигиены и осуществлять контроль за их неукоснительным выполнением;</p> <p>·формировать у детей потребность к занятиям физической культурой и эмоционально-положительное отношение ко всем видам двигательной активности;</p> <p>·обогащать представления и умения в подвижных играх и упражнениях;</p> <p>·целенаправленно развивать физические качества;</p> <p>·формировать умение сохранять правильную</p>	<p>здоровьесберегающих технологий, экологического образования, формирования потребности в здоровом образе жизни;</p> <p>·внедрять современные инновации в области физического развития детей; образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей;</p> <p>·неукоснительно соблюдать гигиенические требования к организации жизнедеятельности детей в условиях МДОУ;</p> <p>·повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;</p> <p>·разработать и реализовать просветительские программы для родителей по вопросам сохранения здоровья детей;</p> <p>·организовывать спортивно-оздоровительную работу, дифференцированную в зависимости от физических и психо-эмоциональных особенностей ребенка.</p>	<p>навыков здорового образа жизни у членов семьи,</p> <p>·обогащать опыт оздоровительной деятельности в семье, способствовать накоплению у родителей знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в семье;</p> <p>·активизировать родительский интерес, творчество, самостоятельный поиск способов решения проблем в области здоровья;</p> <p>·оказывать адресную помощь родителям в вопросах сохранения и укрепления здоровья;</p> <p>·изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания;</p> <p>·создать установку на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка;</p> <p>·валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической</p>
--	---	---

	осанку; ·воспитывать чувство уверенности в себе.		среды в семье.
Материально-техническая база	·Очиститель воздуха. ·Живое солнце. ·Увлажнитель воздуха. ·Ионизаторы воздуха. ·Велотренажеры. ·БОС - здоровье		·Компьютеры. ·Принтеры, сканеры. ·Родительские уголки.
Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оптимальные условия для развития индивидуальности ребенка через осознание своих возможностей и способностей.</li> <li>2. Позитивное влияние образа жизни на состояние здоровья.</li> <li>3. Осуществление здоровьесберегающей организации воспитательного процесса.</li> <li>4. Овладение элементарными навыками оздоровления: самомассаж, закаливающие процедуры, уход за полостью рта.</li> <li>5. Снижение уровня заболеваемости.</li> </ol>		
Объекты программы	Дети дошкольного образовательного учреждения	Педагогический коллектив	Семьи детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение
Формы взаимодействия	·Гимнастика: утренняя, бодрящая (после сна), пальчиковая, зрительная, дыхательная. ·Занятия. ·Прогулки, экскурсии, походы. ·Совместные досуги с родителями и дошкольниками других групп. ·Спортивные	·Консультации. ·Семинары-практикумы. ·КПК. ·Открытые просмотры. ·Мастер - классы. ·Практикумы. ·Педагогические совещания.	·Анкетирование. ·Педагогические беседы (индивидуальные, групповые, подгрупповые). ·Тематические консультации. ·Семинары - практикумы, игровое и тренинговое взаимодействие. ·Родительские собрания.

	праздники и развлечения.  ·Коррекционная работа: логоритмика, артикуляционная гимнастика, релаксация.		·Круглые столы с присутствием логопеда, психолога, медсестры МДОУ, врача и других специалистов из детской поликлиники.  ·Посещение семей.  ·Родительские уголки.  ·Журнал «Десяточка».
--	---	--	--

### Программа «Здоровье»

Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Педагогический коллектив детского сада № 14 в последние годы работал над созданием программы «Здоровье». Именно разработка этой программы привела коллектив детского сада к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, оздоровительно - профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, актуализации внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль – вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение.

Проанализировав общеобразовательную программу «От рождения до школы» (раздел «Физическое воспитание»), коллектив педагогов, инструктор по физическому воспитанию, плаванию, старший воспитатель, заведующая, медицинская сестра пришли к выводу, что в ней не достаточно реализуется потребность детей в движении. В течение дня не выполняется физиологически необходимое ребёнку количество движений, физические занятия не решают проблемы тренировки сердечно-сосудистой системы, терморегуляционного аппарата, а следовательно, не дают должного эффекта в укреплении здоровья. Физические занятия однообразны, так как подчиняются определённой жёсткой методике их проведения, не развивают интерес к спорту, в ходе их трудно выявить способности и склонности детей, ещё труднее их развить. Нормативы физической подготовленности не учитывают уровень физического развития детей, запас их сил и состояние здоровья.

Разрабатывая принципиально новую схему физического воспитания, мы изучили работы Ю. Ф. Змановского, которые основаны на медленном оздоровительном беге и физическом здоровье детей; программу Р. Б. Стёркиной «Основы обеспечения безопасности жизни детей дошкольного возраста», которая имеет 5 направлений:

- Человек и окружающие его люди.

- Человек и окружающая его природа.
- Человек дома и опасности, которые его подстерегают.
- Человек и здоровье.
- Человек на дорогах.

### **Программа реализует следующие направления**

- Работа с детьми.
- Работа с педагогами.
- Работа с родителями.
- Укрепление материально-технической базы учреждения.

### **Для реализации задач, намеченных программой «Здоровье», в ДОУ созданы следующие условия:**

- имеется зал для физкультурных и музыкальных занятий, который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, «беговая дорожка», гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, нестандартное оборудование для «игровых дорожек», оборудование для вестибулярного аппарата («диски здоровья»), мячи, обручи, мешочки с песком, лыжи, канаты, кегли и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, «полосой препятствий» для развития выносливости, гимнастической стенкой и бревном;
- имеется картотека подвижных игр с необходимыми шапочками и другими атрибутами;
- имеется большая картотека для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр;
- в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- имеется оздоровительный комплекс: бассейн и физкультурный зал.
- за территорией детского сада имеется «экологическая тропа», где дети отдыхают, проводятся экологические занятия, праздники в увлекательной форме, экологические развлечения.
- небольшой, но уютный зимний сад;
- кабинет логопеда (логопункт) для индивидуальной коррекционной работы;
- кабинет психолога
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, в плавательном бассейне, других режимных моментах;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

***В перспективе предлагается продолжать лечебно-оздоровительную работу, деля её на этапы:***

**І этап** – интенсивная профилактика – подготовка ребёнка к самому неблагоприятному в сезоне времени. Проводится по методике В. Т. Алямовской.

**ІІ этап** – восстановительный, на котором используется система защитных мер по предупреждению ОРВИ, ангины – полоскание горла и рта лечебными настоями.

**ІІІ этап** – реабилитационный. Детям предлагаются травяные чаи, оздоровительные напитки, витаминотерапия, щадящий режим занятий, индивидуальный подход по группе здоровья.

А также:

- использование психоаналитических и личностно ориентированных бесед с детьми с аффективными невротическими проявлениями;
- рациональное применение музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;
- использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы необходимые условия:

- В детском саду работает психолог, который выявляет факторы, способствующие возникновению и развитию дистрессовых невротических состояний у детей; помогает воспитателям в предупреждении нежелательных аффективных реакций детей.
- Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку.
- Отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания. Сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе.
- Развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.
- Во помещении бассейна педагогами детского сада создан зимний сад как место отдыха, общения, занятий и наблюдений. В отдельные дня это помещение превращается в групповое пространство для детей ГКП (адаптационная, «Учусь плавать»)
- В группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике.

### ***Лечебно-профилактическая работа***

Эта работа направлена на профилактику заболеваемости детей.

В профилактике гриппа и других ОРЗ важным является как специфическое формирование невосприимчивости к определённым инфекционным вирусам, так и стимуляция неспецифических факторов защиты организма.

Для успешной работы в этом направлении медицинский работник собирает сведения о ребёнке при поступлении в детский сад через анкету и личную беседу. После тщательного изучения карты индивидуального развития ребёнка, условий жизни, особенностей поведения и развития, и с учётом желания родителей намечается план мероприятий по оздоровлению каждого ребёнка индивидуально; годовой план лечебно-профилактических процедур.

Профилактическая работа связана с физкультурно-оздоровительной и осуществляется в детском саду в тесной взаимосвязи между медиками и педагогами (педагогика сотрудничества).

Профилактическую работу осуществляют педиатр детского сада, медицинская сестра, врачи-специалисты детской поликлиники № 3.

Лечебно-оздоровительная работа с детьми осуществляется согласно плану.

Физкультурно-оздоровительную работу осуществляют педиатр детского сада, инструктор по физическому воспитанию, инструктор по плаванию, старший воспитатель, воспитатели. Она включает в себя:

- Физкультурные занятия .
- Подвижные игры и физические упражнения на улице.
- Утреннюю зарядку на улице с обязательным бегом на выносливость и дыхательными упражнениями.
- Хождение на лыжах.
- Дыхательную гимнастику после сна.
- Бассейн.
- Спортивные игры и соревнования.
- Интенсивное закаливание стоп.
- Элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.
- Общекорректирующие упражнения.
- Элементы психогимнастики, релаксации.

### *Летнеоздоровительные мероприятия*

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

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях;
- туризм;
- физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе;
- плавание в бассейне под руководством плавательного руководителя;
- интенсивное закаливание стоп;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.