
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Решетниковская основная общеобразовательная школа»
Слободо-Туринского муниципального района Свердловской области
ИНН 6651002672 КПП 667601001
623946 Свердловская область, Слободо-Туринский район, д. Решетникова,
ул. Школьная, 25
тел.8(343) 61-27-2-24, rehetnsoh2@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая структурного подразделения
«Решетниковский детский сад»

_____ Ахмидулина Ф.Ш.
« 01 » сентября 2021 г.

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
Структурного подразделения
«Решетниковский детский сад»
на 2021-2026 гг.

д. Решетникова
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Здоровье» структурного подразделения является нормативным документом, регламентирующим процесс перевода ДООУ из фактического состояния на качественно новый уровень развития. Программа разработана в соответствии с законом РФ «Об образовании».

АКТУАЛЬНОСТЬ

Дошкольное образовательное учреждение призвано создать основу для дальнейшего развития ребенка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития. Решающими критериями качества дошкольного образования являются его здоровьезберегающая и здоровье укрепляющая ориентация.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, несбалансированным питанием.

Сложившееся в последние годы положение в практике общеобразовательных учреждений, требует внимания к проблеме детей с трудностями в обучении, охране их соматического и психического здоровья, поиску дифференцированных форм организаций обучения и воспитания, обеспечивающих полноценное образование и развитие личности.

Данный проблемный анализ позволяет сделать вывод об актуализации создания единого образовательного пространства, обеспечивающее разностороннее и целостное развитие ребенка.

ПРОГНОСТИЧНОСТЬ

Данная программа позволит педагогам, работая в инновационном режиме, перейти на качественно новый уровень развития: совершенствовать воспитательно-образовательное коррекционно-развивающее пространство ДООУ.

РЕАЛИСТИЧНОСТЬ

В программе определены конкретные цели, задачи, содержание, образ желаемого будущего, технология их достижения с учетом условий ДООУ.

ЦЕЛОСТНОСТЬ

Целостность программы заключается в комплексном дидактическом характере воздействия педагога и интеграции реализуемых целей.

КОНТРОЛИРУЕМОСТЬ

На всех этапах реализации программы развития определены промежуточные и конечные цели (целевые индикаторы), направленные на результат, определен продукт деятельности.

ОПТИМАЛЬНОСТЬ

Технология достижения поставленных цели и задач позволяет получить максимально полезный результат в определенный программой сроки.

ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТЬ

Программа является коллективным делом педагогов ДООУ, в ней отражены коллективный поиск новых идей, способы решения выявленных проблем, изучение опыта педагогов ДООУ, ученых.

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Основания для разработки программы

- важнейшие положения Конвенции ООН о правах ребенка;
- Конституция Российской Федерации;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- ФГОС ДО;
- Концепция дошкольного воспитания;
- Устав МКОУ «Решетниковская ООШ».

Цель программы: Создание единого образовательного пространства, обеспечивающее воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка.

Сроки реализации программы

Подготовительный этап (мотивационно-целевой) - 2021 – 2022 гг.

Проблемно-целевой анализ ситуации ДОУ.

Обеспечение мотивационной готовности педагогов;

Систематизация и обобщение внутреннего опыта деятельности ДОУ, создание интегрированной модели взаимодействия всех специалистов;

Установление сотрудничества с внешней инфраструктурой д. Решетникова (Решетниковский ФАП)

Повышение квалификации педагогов и педагогического мастерства через консультативную поддержку, семинары, активизация процесса самообразования педагогов;

Организационно-практический этап - 2022 – 2024 гг.

Овладение здоровьесберегающими технологиями педагогами ДОУ;

научно-методическое обеспечение качественно нового уровня ВОП в рамках новой модели учреждения;

разработка новых форм взаимодействия ДОУ и семьи;

создание эффективной модели психолого-педагогической службы в ДОУ;

Заключительный этап (оценочно-рефлексивный)- 2024 – 2026 гг.

Рефлексия деятельности;

Систематизация опыта работы ДОУ

Определение дальнейших перспектив развития ДОУ

Источники финансирования

Финансирование Программы осуществляется из бюджетных средств ДОУ, внебюджетных средств ДОУ и благотворительных пожертвований.

Ожидаемые результаты

Ребенок

- снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка, приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности и закаливания.

- систематизация опыта формирования у детей психоэмоциональной устойчивости. Повышение уровня валеологических знаний.

Педагог

- Повышение профессиональной компетентности педагогов,
- Обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления.
- Реализация социального заказа родителей.

Родители

- Определение родителями позиции равноправных участников ВОП.

Социум

- Организация психолого–педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»;
- организация сотрудничества с учреждениями культуры, образования и здравоохранения микрорайона.

Материально-техническая база

- Соответствие мебели в группах нормам СанПиН;
- Организация качественного питания;
- Обновление игрового и спортивного оборудования, техническое оснащение, Обновление стационарного оборудования.

Задачи программы:

1. Формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников;
2. Разработка и реализация индивидуальных и коллективных программ оздоровления детей в детском саду, исходя из особенностей их психофизического развития, направленных на сохранение здоровья, оздоровление детей и обучение их здоровому образу жизни;
3. Разработка организационно-педагогических рекомендаций по оптимизации образовательного процесса на валеологической основе.

Основные направления программы:

- I. Валеологическое образование детей.
- II. Комплексная диагностика
- III. Физкультурно-оздоровительная работа
- IV. Коррекционная работа
- V. Консультативно-информационная работа
- VI. Материальное обеспечение программы

Исполнители программы: Коллектив ДОУ

Программа утверждена на педагогическом совете.

II. ПРОБЛЕМНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ АНАЛИЗ

Показатели	Реальное	Идеальное	Достижимое
Предметно-развивающая среда	Недостаток современного стандартного оборудования	Разнообразие предметной среды в ДОУ, стимулирующей развитие ребенка	Обновление и наполнение среды с учетом возможностей ДОУ, требований ребенка и родителей
Комплексное психолого-педагогическое обеспечение Интеграция специалистов	Большой процент детей соматически больных и ослабленных (до 35%) Недостаточное взаимодействие в работе всех специалистов в рамках сопровождения индивидуального развития ребенка	Обеспечение деятельности всех направлений, сопровождения развития ребенка на уровне отдельных служб	Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровье» Усовершенствование психолого-педагогической службы (ППк, консультативный пункт)
Образовательное пространство	Несогласованность программного материала, приводит к повышению умственной нагрузки	Базовая программа, реализующая содержание дошкольного образования	Оптимизация реализуемого содержания на основе составления плана совместной работы специалистов. Создание планов взаимодействия всех специалистов.
Дополнительное образовательное пространство	Работа кружков и студий по интересам детей. Взаимодействие с учреждениями дополнительного образования.	Расширение услуг, повышение качества дополнительного образования на основе перестройки деятельности всех специалистов	Повышение качества дополнительного образования.

Включенность семьи Преемственность	Слабая включенность семьи в работу ДОУ Низкий образовательный уровень, отсутствие преемственности в воспитании и образовании детей.	Родители – партнеры в образовательном процессе. Построение единой системы преемственного воспитания	Открытая система отношений педагогов и семьи, основанная на психологии доверия.
Мастерство и профессионализм педагогов	Недостаточный уровень овладения современными технологиями, инновациями.	Педагог-универсал, творчески развивающаяся личность.	Повышение квалификации педагогов, повышение мотивации к овладению инновационными технологиями, обучение современным образовательным технологиям.
Материально-техническая база, ресурсы	Средний уровень материального обеспечения ДОУ.	Современное техническое оборудование	Расширение и укрепление материально-технической базы ДОУ.

Таким образом, проблемно - ориентированный анализ выявил потенциал развития и показал, что ДОУ необходимо комплексное обновление системы физкультурно оздоровительно и коррекционно-развивающей работы.

Проблема	Ожидаемый результат
• Остается высокой заболеваемость детей; • низкая посещаемость детей по разным причинам; • есть дети с нарушением осанки и плоскостопия, часто болеющие дети. • не достаточно осуществляется индивидуальный подход; • неэффективное использование спортивного инвентаря в группах; • низкая заинтересованность родителей в системном физическом развитии детей; • у детей нет потребности в движении, увлечение детей гаджетами.	Показатели, характеризующие успешность решения задачи №1 • Снижение заболеваемости детей, сохранение и укрепление здоровья; • высокая посещаемость детей детского сада; • профилактика детей с нарушением осанки и плоскостопия, часто болеющих детей; • осуществление индивидуального подхода в физическом развитии с детьми • активное использование спортивного инвентаря в группах (организация эстафет, спортивных игр и т.д.); • активное участие родителей; • сформированная потребность в движении у дошкольников.

III. КОНЦЕПЦИЯ ДОУ

ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЦЕЛЬ

Создание единого образовательного пространства, обеспечивающее воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка.

ПОДЦЕЛИ

- Воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка;
- Оптимизация педагогического процесса в ДОУ;
- Формирование потребности педагога в саморазвитии и рефлексии.

ОБРАЗ ЖЕЛАЕМОГО БУДУЩЕГО

ОБРАЗ ВЫПУСКНИКА ДОУ

- Сохранение, укрепление соматического здоровья ребенка.
- Физическое развитие – овладение различными видами движений, развитие двигательных качеств (быстрота, ловкость, выносливость и т.д.).
- Развитие сенсомоторной координации.
- Произвольность всех психических процессов.
- Сформированность волевых качеств и привычек.
- Положительный образ «Я».
- Эмоционально-положительная, адекватная самооценка.
- Благополучие внутреннего мира (нормальный уровень тревожности).

ОБРАЗ ПЕДАГОГА ДОУ

Теоретическая компетентность:

- Общенаучная;
- психолого-педагогическая;
- методическая;

Технологическая компетентность -

Умение:

- Планировать педагогический процесс;
- Определять задачи и содержание ВОП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- Эффективно организовывать деятельность детей в разных ее видах;
- Осуществлять координацию своей деятельности с другими участниками ВОП;
- Привлекать родителей к участию в деятельности ДОУ;
- Безусловно принимать ребенка;
- Находить и раскрывать ресурсы ребенка во всех видах его активности;
- Участие в консультировании родителей;
- Разработка собственных проектов развивающей образовательной деятельности;
- Самостоятельный анализ ситуации в группе, прогноз ее дальнейшего развития;
- Выбор стратегии, содержания, дидактического материала и создание развивающей среды в группе;
- Накапливание, обобщение и распространение опыта работы;
- Психолого-педагогическая рефлексия деятельности;
- Стремление к самообразованию, самоусовершенствованию, повышение педагогического мастерства.

IV. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

I. Валеологическое образование детей

В соответствии с программой в образовательной области «Здоровье» представлены следующие темы образовательной деятельности:

Младшая группа

- Развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;
- Знакомство со схематическим изображением лица;
- Развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;
- Развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- Развитие способности к пониманию символических обозначений различных эмоциональных состояний;
- Развитие представлений о группе, принадлежности к ней; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим детям;
- Развитие положительного отношения к себе и своему имени;
- Развитие представлений детей о принадлежности к женскому и мужскому полу, особенностях поведения девочек и мальчиков.

Средняя группа

- Развитие представлений о своем теле:
 - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - Кровеносная система и кожа;
 - Дыхательная и пищеварительная система;
 - Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье

Старшая и подготовительная группы

- Развитие представлений о своем теле:
 - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - Кровеносная система и кожа;
 - Дыхательная и пищеварительная система;
 - Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье
 - Польза и влияние на организм физических упражнений, правильного питания, ведение здорового образа жизни

II. Комплексная диагностика

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами из районной и областной поликлиники (диспансеризация)

Осмотр детей специалистом ФАП (патронаж);

- Определение группы здоровья;
- Диагностика речевого развития детей логопедом, воспитателями детского сада;
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием:

- Диагностика общей физподготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
 - Антропометрия.
- 2.3. Определение соответствия образовательной среды:
- Создание условий (оборудование физкультурного зала, наличие спортивных уголков в группах)
 - Изучение литературы, составление перспективных планов с использованием оздоравливающих технологий, анкетирование сотрудников детского сада
 - Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.

III. Физкультурно-оздоровительная работа

3.1. Занятия по физкультуре всех видов:

- Традиционные;
- занятия-тренировки;
- занятия-соревнования;
- занятия-зачеты;
- интегрированные занятия;
- праздники и развлечения.

3.2. Комплекс психогигиенических мероприятий:

- Психодиагностика;
- Элементы аутотренинга и релаксации;
- Психогимнастика;
- Элементы музыкотерапии;
- Элементы сказкотерапии, смехотерапии;
- Фитодизайн;
- Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду.

3.3. Система закаливающих процедур:

- Воздушное закаливание;
- Водное закаливание;
- Хожение по «дорожкам здоровья»;
- Хожение босиком;
- Полоскание горла и рта;
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

3.4. Активизация двигательного режима воспитанников:

- Обеспечение двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- Создание необходимой развивающей среды;
- Проведение подвижных и спортивных игр, пеших переходов во время прогулок;
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- Проведение утренней гимнастики, физкультминуток, гимнастики после сна;
- Хожение босиком на занятиях физкультурой, в летний период - на прогулке.

3.5. Использование оздоравливающих технологий:

- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
- Дыхательная гимнастика по Стрельниковой;
- Психогимнастика по методике Чистяковой;
- Специальные и коррекционные зрительные гимнастики;
- Хожение по «дорожке здоровья», использование массажеров.

3.6. Профилактическая работа:

- Постоянный контроль осанки;
- Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой;
- Подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- Витаминотерапия;
- Кварцевание;
- Сбалансированное питание;
- Вакцинация против гриппа;
- Употребление соков, фруктов;
- Употребление свежего чеснока и лука.

IV. Коррекционная работа

- Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;
- Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой;
- Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
- Коррекция психических процессов, задержки психического развития;
- Коррекция психоэмоциональной сферы;
- Коррекция зрительного восприятия.

Мероприятия:

- Кислородные коктейли;
- Дыхательные упражнения в группе и на занятиях физкультурой;
- Самоомассаж;
- Упражнения и игры профилактического и коррекционного характера;
- Индивидуальная работа с детьми.

V. Консультативно-информационная работа

5.1. С педагогами и персоналом:

- Семинары, консультации;
- Открытые просмотры и показы оздоравливающих технологий;
- Выставки дидактического материала и литературы;

5.2. С родителями:

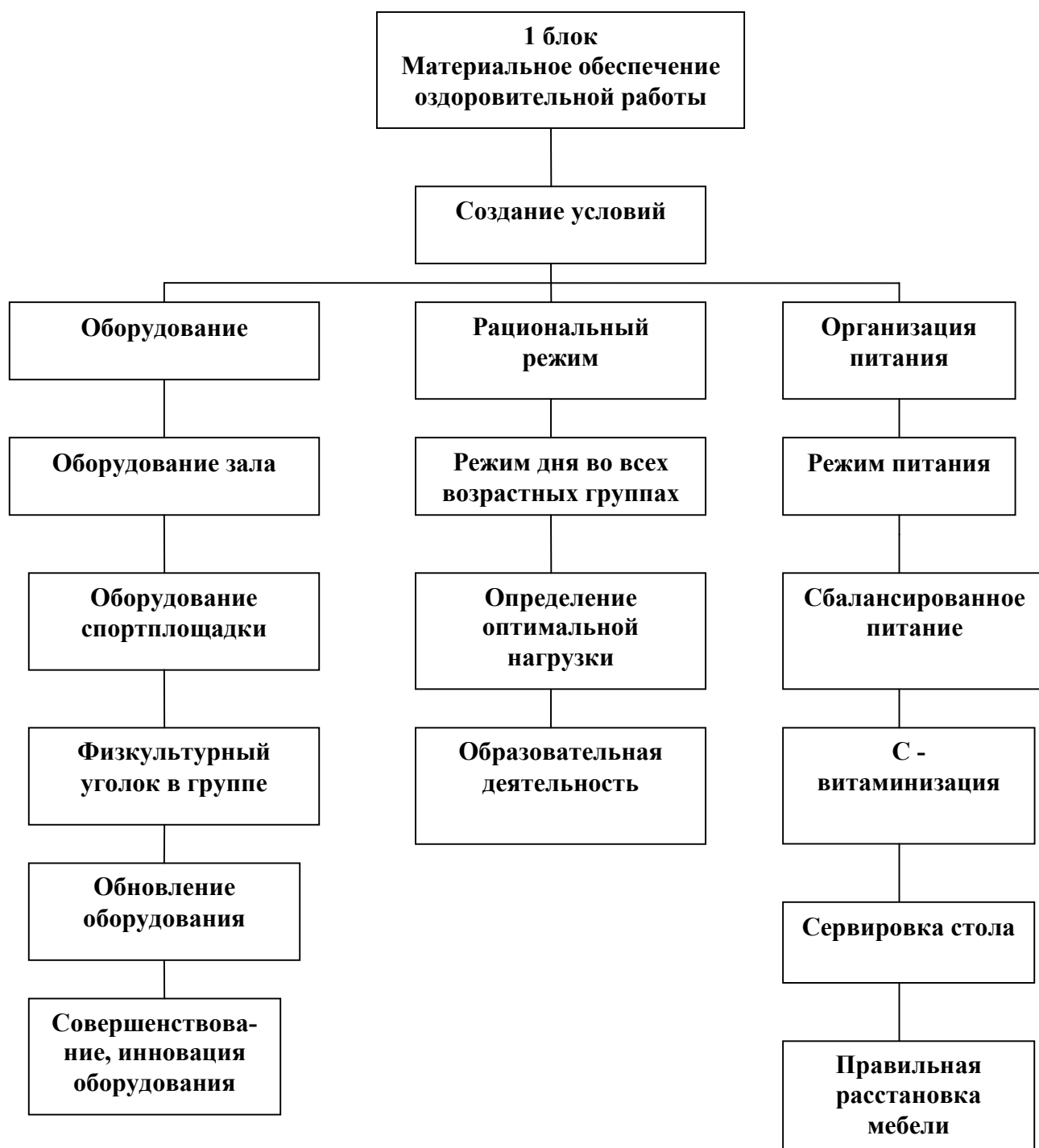
- Привлечение родителей к проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий по годовому плану;
- Анкетирование родителей;
- Консультирование родителей по вопросам оздоровления и развития детей с привлечением специалистов детского сада, детской поликлиники;
- Организация совместных спортивных праздников, развлечений, экскурсий, походов.
- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;

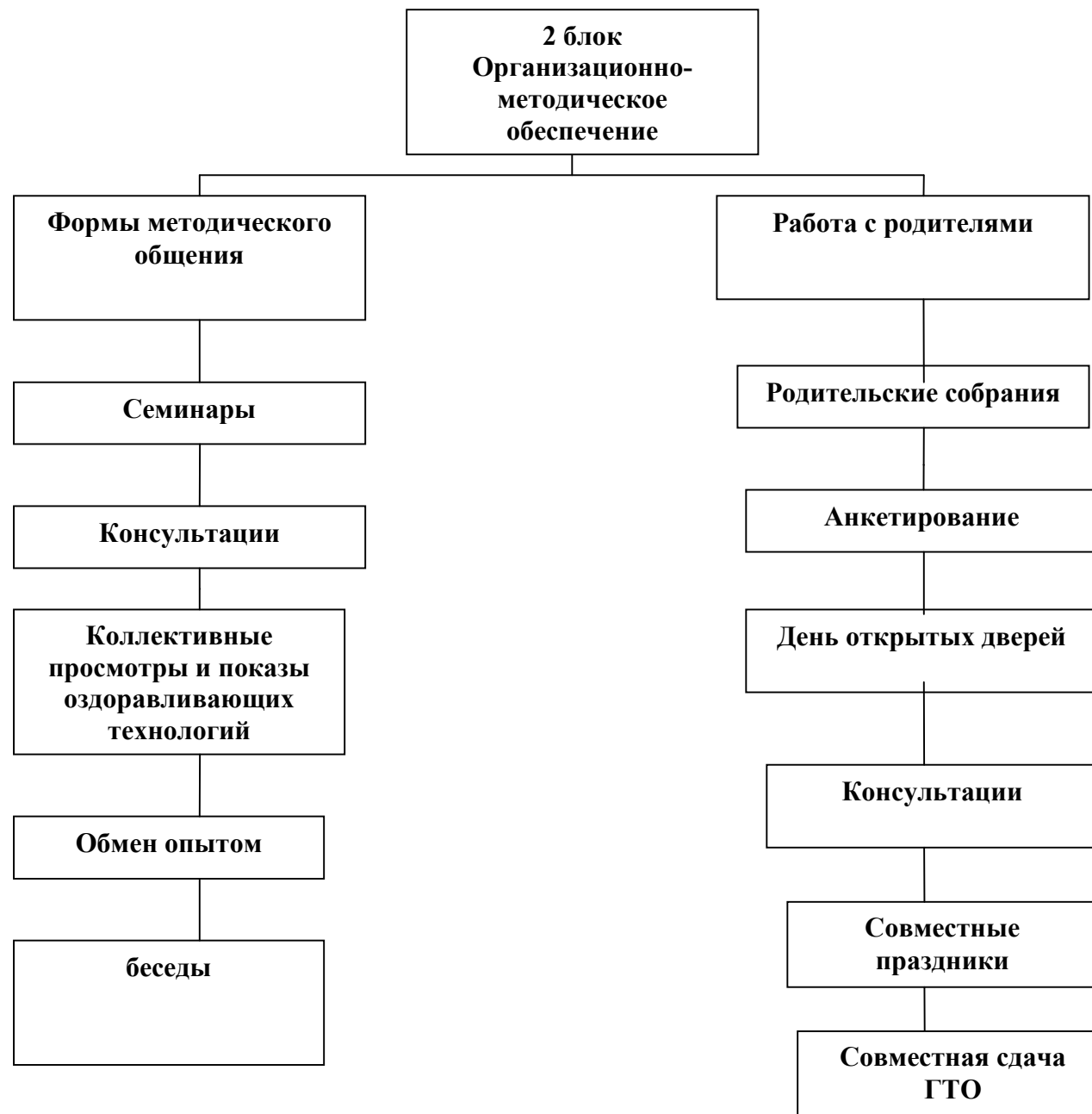
5.3. С детьми:

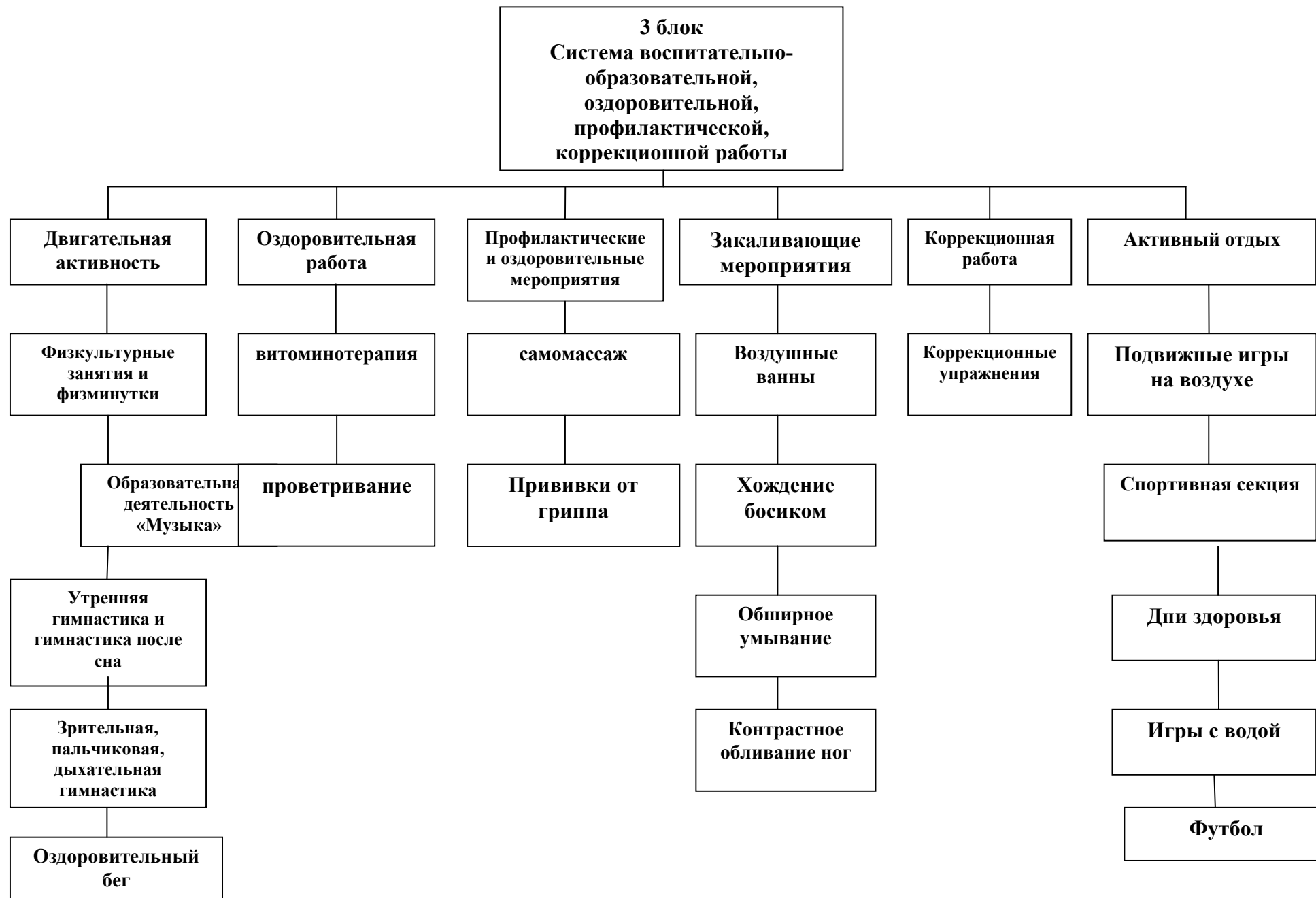
- Проведение образовательной деятельности валеологического цикла, с элементами релаксации, аутотренинга, оздоравливающих технологий.

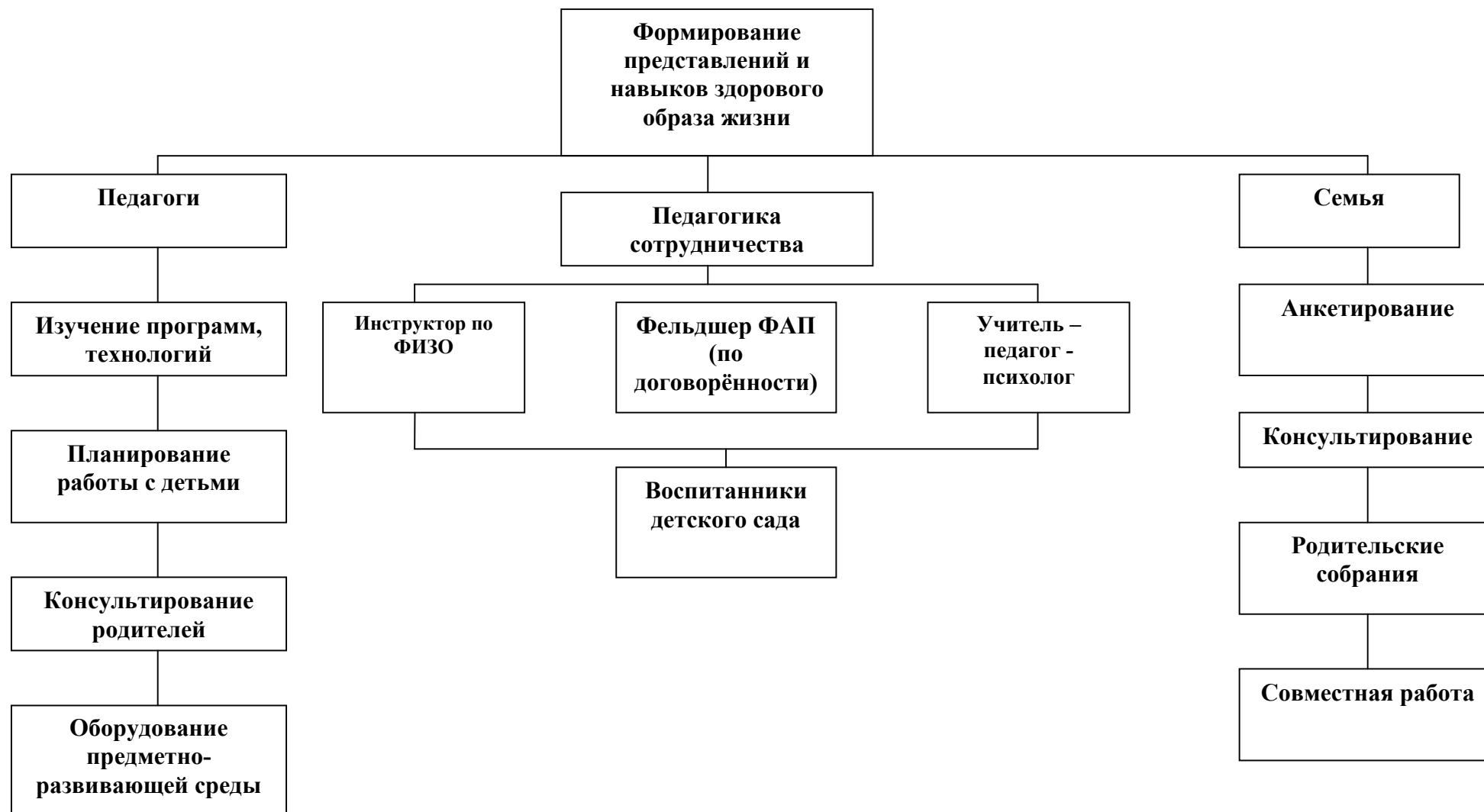
VI. Материальное обеспечение программы

- Спортивная площадка;
- Участки для прогулок;
- Физкультурные уголки в группах.









ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

№ п/п	Формы работы	Время проведения	I Младшая группа	II Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	10 мин. х 3 = 30 мин.	15 мин. х 3 = 45 мин.	20 мин. х 3 = 60 мин.	25 мин х 3 = 75 мин.	30 мин. х 3 = 90 мин.
2	Образовательная деятельность «Музыка»	2 раза в неделю	10 мин. х 3 = 30 мин.	15 мин. х 2 = 30 мин.	20 мин. х 2 = 40 мин.	25 мин. х 2 = 50 мин.	30 мин. х 2 = 60 мин.
3	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	5 мин. х 5 = 25 мин.	6 мин. х 5 = 30 мин.	8 мин. х 5 = 40 мин.	10 мин. х 5 = 50	12 мин. х 5 = 60 мин.
4	Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна	5 мин. х 5 = 25 мин.	6 мин. х 5 = 30 мин.	8 мин. х 5 = 40 мин.	10 мин. х 5 = 50 мин.	12 мин. х 5 = 60 мин.
5	Дыхательная гимнастика	Ежедневно 2 раза	5 мин. х 2 х 5 = 50 мин.	5 мин. х 2 х 5 = 50 мин.	7 мин. х 2 х 5 = 70 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.
6	Физкультминутки	Ежедневно во время занятий	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	4 мин. х 5 = 20 мин.	4 мин. х 5 = 20 мин.
7	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	10 мин. х 2 х 2 х 5 = 200 мин.	10 мин. х 2 х 2 х 5 = 200 мин.	15 мин. х 2 х 2 х 5 = 300 мин.	15 мин. х 3 х 2 х 5 = 300 мин.	15 мин. х 3 х 2 х 5 = 300 мин.
8	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	15 мин. х 2 х 3 = 90 мин.	15 мин. х 2 х 3 = 90 мин.	10 мин. х 2 х 3 = 60 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.
9	Оздоровительный бег	Ежедневно	10 мин.	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.
10	Спортивный досуг	Один раз в месяц	15 мин.	20 мин.	30 мин.	40 мин.	50 мин.
11	Кружковая работа	1-2 раза в неделю	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
ИТОГО в неделю:			8 часов 20 минут	11 часов 25 минут	8 часов 30 минут	12 часов 40 минут – 13 часов 50 минут	13 часов 25 минут – 14 часов 45 минут
ИТОГО в день:			1 час 35 минут	2 часа 17 минут	1 час 42 минут	2 часа 32 минуты – 2 часа 46 минут	2 часа 41 минута – 2 часа 57 минут
%			14 %	22%	14%	23% - 25%	24% - 26%

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

ФОРМЫ РАБОТЫ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ		
Разработать перспективный план образовательной деятельности во всех возрастных группах.	2021-2022 гг	Заместитель заведующего по методической работе
КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА		
Исследование состояния здоровья специалистами районной и областной детской поликлиники .	ежегодно	Фельдшер ФАП
Регулярный осмотр детей медицинским персоналом.	По графику	Фельдшер ФАП
Определение группы здоровья.	ежегодно	Фельдшер ФАП
Диагностика речевого развития детей	ежегодно	Воспитатели
Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием.	ежегодно	Воспитатель, Инструктор по физической культуре
Диагностика общей физподготовленности детей по нормативам	в начале и конце учебного года	Инструктор по физической культуре воспитатель
Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.	После окончания ребенком детского сада	воспитатели, инструктор по физической культуре
Разработка индивидуальных и групповых планов оздоровительной работы	ежегодно	Фельдшер ФАП, воспитатели, инструктор по физической культуре
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА		
Разработать конспекты образовательной деятельности «Физическая культура» различных видов, внедрить комплексный подход к проведению оздоровительной работы	2021 - 2022годы	Воспитатель, инструктор по физической культуре,
Организация работы спортивных секций	ежегодно	Воспитатель, инструктор по физической культуре
Внедрение оздоравливающих методик и технологий в режим детского сада	Постоянно	Педагогический коллектив

Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду	Постоянно	Коллектив ДОУ
Проведение закаливающих процедур	Постоянно	Воспитатель, младший воспитатель
Активизация двигательной активности детей	Постоянно	Педагогический коллектив
Организация сбалансированного питания детей	Постоянно	Завхоз ДОУ
КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА		
Проведение коррекционных упражнений	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение индивидуальной работы с детьми	Постоянно	Педагогический коллектив
КОНСУЛЬТАТИВНО-ИНФОРМАЦИОННАЯ РАБОТА		
Работа психолого-педагогического консилиума ДОУ	4 раза в год	Заведующий ДОУ, педагог-психолог
Консультации, семинары, практические занятия для педагогов	По годовому плану	Заведующий ДОУ
Работа консультативной психолого-педагогической службы для родителей	Постоянно	Заведующий ДОУ, педагог-психолог

МОДЕЛЬ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Во всех группах		Воспитатель	В течение года
2	ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
	Физкультурные занятия	Во всех группах	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Утренняя гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Гимнастика после сна	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Гимнастика для глаз	Во всех группах	На физкультминутках	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр, индивидуальной работы	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

	Образовательная деятельность «Музыка»	Во всех группах	2 раза в неделю	Воспитатель	В течение года
	Спортивная секция	Во всех группах	1-2 раза в неделю	Воспитатель	В течение года
	Спортивный досуг	Во всех группах	По плану, 1 раз в месяц	Воспитатель Инструктор по физической культуре	В течение года
	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно во время прогулки	Воспитатель	С мая по сентябрь
3	ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Во всех группах	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Артикуляционная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
4	ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ				
	Самомассаж	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Профилактика гриппа - прививки	Во всех группах с согласия родителей	По плану	Старшая медсестра	Ноябрь-февраль
	Коррекция осанки.	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

	Профилактика плоскостопия	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
5	ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ				
	Воздушные ванны	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки на воздухе	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Хожение босиком	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Хожение босиком по «дорожке здоровья»	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	В течение года
	Обширное умывание	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Игры с водой	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Полоскание зева	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
6	КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА				
	Коррекционные упражнения	Специализированные группы	2 раза в неделю	Логопед	В течение года

СПОРТИВНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ЗАЛА

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1	Дорожки корригирующие	3
2	Доска ребристая	1
3	Дуги для подлезания	3
4	Канат для перетягивания	1
5	Кегли	15
6	Конусы	6
7	Кубики маленькие	10
8	Массажные мячи	3
9	Маты гимнастические	4
10	Мешочки (вес 200 г.)	4
11	Мишень	1
12	Мячи: ▪ футбольный ▪ надувной ▪ резиновый маленький ▪ пластмассовый маленький ▪ прыгун ▪ набивной ▪ теннисный	1 3 2 4 2 2 3
13	Обручи: ▪ большие ▪ средние ▪ маленькие	2 10 4
14	Палки гимнастические: ▪ пластмассовые	10
15	Платочки цветные	10
16	Погремушки	10
17	Скакалки	10
18	Скамейка гимнастическая	3

19	Скамья для отжимания	1
20	Фишки для ориентирования	10
21	Флажки цветные	10

ПРИЛОЖЕНИЕ

МЕРОПРИЯТИЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ

№	МЕРОПРИЯТИЯ	РЕКОМЕНДАЦИИ
1	Режим (щадящий)	Укороченное пребывание в детском саду, постепенное увеличение времени пребывания в группе.
2	Питание	Сохранение привычного способа питания на период адаптации. Не кормить насильно.
3	Гимнастика	В соответствии с возрастом при положительной реакции ребенка.
4	Закаливание	В соответствии с индивидуальными особенностями, постепенное включение, при положительном эмоциональном настрое.
5	Образовательная деятельность	По возрасту при отсутствии негативной реакции.
6	Профилактические прививки	На период адаптации исключить.
7	Профилактика фоновых состояний	По рекомендации врача.
8	Симптоматическая терапия	По назначению врача – витамины

ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ

Ф.И. ребенка _____
 Возраст _____

№ п/п	Параметры	Начало года	Конец года	Изменения
1. Семейный портрет				
1.1.	Вредные привычки родителей			
1.2.	Психологический климат семьи			
2. Общее состояние здоровья				
2.1.	Заболевания в днях			
2.2.	Группа здоровья			
3. Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков				
3.1.				
4. Вредные привычки ребенка				
4.1.				
5. Интересы и склонности				
5.1.				
6. Уровень развития психофизических качеств				
6.1.	VII. Быстрота Бег на 30 м со старта (сек)			
6.2.	VIII. Скоростно-силовые качества Прыжок в длину с места (см) Прыжок в высоту с места (см) Метание мешочка правой рукой (м) Метание мешочка левой рукой (м) Метание набивного мяча (1кг) из-за головы (см)			
6.3.	IX. Выносливость Скорость бега на 150 м (сек)			
6.4.	Гибкость Наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (см)			
6.5.	X. Ловкость Скорость бега на 10 м, обегая кегли (сек)			
6.6.	XI. Статистическое равновесие Удержание равновесия, стоя на одной ноге (сек)			
6.7.	XII. Координационные способности Количество подбрасываний и ловли мяча			

СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ

ПОКАЗАТЕЛИ	ПО Л	ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ				
		3 ГОДА	4 ГОДА	5 ЛЕТ	6 ЛЕТ	7 ЛЕТ
Быстрота (сек)						
Бег на 30 м	М	11.0 - 9.0	10.5 - 8.8	9.2 - 7.9	8.4 - 7.6	8.0 - 7.4
	Д	12.0 – 9.5	10.7 – 8.7	9.8. – 8.3	8.9 – 7.7	8.7 – 7.3
Динамометрия (кг)						
Сила кисти правой руки	М	3.4 – 6.2	3.9 – 7.5	6.5 – 10.3	9.6 – 14.4	11.6 – 15.0
	Д	2.6 – 5.0	3.1 – 6.0	4.9 – 8.7	7.9 – 11.9	9.4 – 14.4
Сила кисти левой руки	М	3.1 – 5.5	3.5 – 7.1	6.1 – 9.5	9.2 – 13.4	10.5 14.1
	Д	2.5 – 4.9	3.2 – 5.6	5.1 – 8.7	6.8 – 11.6	8.6 13.2
Скоростно-силовые качества (см)						
Прыжок в длину с места	М	47.0 – 67.5	53.5 – 76.6	81.2 – 102.4	86.3 – 108.7	94.0 – 122.4
	Д	45.0 – 49.0	51.1 – 73.9	66.0 – 94.0	77.7 – 99.6	80.0 – 123.0
Прыжок в высоту с места	М	-	-	20.2 – 25.8	21.1 – 26.9	23.8 – 30.2
	Д	-	-	20.4 – 25.6	20.9 – 27.1	22.9 – 29.1
Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из ИП стоя	М	119-157	117-185	187-270	221-303	242-360
	Д	97-133	97-178	138-221	156-256	193-311
Метание мешочка с песком вдаль правой рукой	М	1.8 – 3.6	2.5 – 4.1	3.9 – 5.7	4.4 – 7.9	6.0 – 10.0
	Д	1.5 – 2.3	2.4 – 3.4	3.0 – 4.4	3.3 – 4.7	4.0 – 6.8
Метание мешочка с песком вдаль левой рукой	М	2.0 – 3.0	2.0 – 3.4	2.4 – 4.2	3.3 – 5.3	4.2 – 6.8
	Д	1.3 – 1.9	1.8 – 2.8	2.5 – 3.5	3.0 – 4.7	3.0 – 5.6
Гибкость (см)						
Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке	М	-	1 - 4	2 - 7	3 – 6	-
	Д	-	3 - 7	4 - 8	4 - 8	-
XIII. Выносливость						
Бег на 90 м	М,Д	-	-	30.6 – 25.0	-	-
Бег на 120 м	М,Д	-	-	-	35.7 – 29.2	-
Бег на 150 м	М,Д	-	-	-	-	41.2 – 33.6
Ловкость (сек)						
Бег на 10 м между предметами	М	-	8.5 – 8.0	7.2 – 5.0	5.0 – 1.5	-
	Д	-	9.5 – 9.0	8.0 – 7.0	6.0 – 5.0	-
Статистическое равновесие (сек)						
Удержание равновесия на одной ноге	М	-	3.3 – 5.1	7.0 – 18.0	40 - 60	-
	Д	-	5.2 – 8.1	9.4 – 14.2	50 - 60	-

**ШКАЛА ОЦЕНКИ
ТЕМПОВ ПРИРОСТА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Темпы прироста в %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8%	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 – 10 %	Удовлетворительно	За счет естественного роста и увеличения естественной двигательной активности
10 – 15 %	Хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15 %	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений