

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад № 376 «Дельфинёнок»
630099, г. Новосибирск, ул. Чаплыгина, 101, 383/2238476

ПРОЕКТ

Проект «Учись быть здоровым, или как стать Неболейкой»

Выполнила: Лагунова Л.Г.

г. Новосибирск

СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА

Актуальность проекта.....	3
Цель проекта.....	6
Задачи проекта.....	6
Ресурсное обеспечение проекта.....	7
План реализации проекта.....	9
Направлениям.....	11
Ожидаемые результаты проекта.....	12
Реализация проекта.....	13
Мониторинг проекта.....	14
Заключение.....	16
Приложение 1.....	17
Приложение 2.....	47
Приложение 3	49
Приложение 4.....	58
Приложение 5.....	59
Литература	60

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Итак, свершилось!.. Дошкольники – первая ступень в образовании. ФГОС ориентирован не только на поддержку «разнообразия детства», но и вариативности развивающих форм этой поддержки. ФГОС является стандартом качества ДО, качества полноценной творческой жизни детей в ДОУ. Принятие Стандарта приведет к росту социального статуса детства. А это значит, что возрастёт социальный статус, прежде всего, самих детей, их семей, дошкольного учреждения, воспитателей - и по уровню профессиональной компетентности, и по финансовому уровню. Стандарт нацелен на создание конкретных условий для воспитания ребёнка и на обеспечение у него мотивации к обучению, познанию, творчеству.

Роль здоровья в жизни человека трудно переоценить. Здоровье по сути своей должно быть его первейшей потребностью. В настоящее время в условиях неблагоприятной экологической обстановки, неустойчивых социальных условий проблема здоровья детей является особенно актуальной.

Улучшение качества образования, состояния здоровья и коррекции имеющихся нарушений у детей является одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье».

Дошкольное учреждение – это открытая социальная система и не может быть вне процессов обновления, которые влекут за собой повышения требований к качеству образовательных услуг по различным направлениям развития и воспитания ребенка.

Здоровье ребенка является важнейшим интегральным показателем, отражающим его биологические и личностные характеристики, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования, жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам материнства и детства.

Формирование здоровья – процесс, регулируемый рядом факторов; основные из них – образ жизни человека и состояние окружающей среды. В настоящее время доказано, что в целом здоровье человека на 50% определяется его образом жизни. Образ жизни включает три категории: уровень жизни, качество жизни и стиль жизни. Оценивая роль каждой из категорий образа жизни в формировании здоровья, следует отметить, что при равных возможностях первых двух (уровень и качество), носящих общественный характер, здоровье человека в значительной мере зависит от стиля жизни, который в большой степени носит персонифицированный характер и определяется, с одной стороны, историческими и национальными традициями (менталитет), а с другой – личностными наклонностями (образ).

Сегодня особенно остро встает проблема: в обществе должен быть сформирован приоритет здоровья по сравнению с болезнью. И приоритет этот, по нашему мнению, может быть сформирован через культуру здоровья – как физического, так и психического, и нравственного, - воспитываемую с детства.

Древние греки говорили: «Сначала надо создать прочный сосуд, а потом уже наполнять его вином просвещения». Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в нашем дошкольном учреждении.

Работа строится на основе технологии «Здоровье», разработанной коллективом ДООУ, комплексной стратегии улучшения здоровья детей, целью, которой является оздоровление детей, повышение качества медико-социальных условий развития ребенка. Технология «Здоровье» включает в себя следующие разделы: здоровьесбережение педагогического процесса; планирование и организация физкультурных мероприятий с детьми на основе личностно-ориентированных педагогических технологий: совместная работа детского сада и семьи.

Само понятие «здоровый ребенок дошкольного возраста» составляет набор характеристик: жизнерадостность, активность, любознательность, устойчивость к неблагоприятным внешним факторам, высокий уровень работоспособности и т.д. Чтобы ребенок соответствовал данным характеристикам необходимо создать систему физического воспитания, которая включала бы инновационные формы и методы работы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, взаимодействовала с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям.

Сроки реализации: долгосрочный (начало – сентябрь 2012 года; окончание май 2015 года)

Цель проекта: создание здоровьесберегающего образовательного пространства, способствующего формированию мотивации всех участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.

Задачи проекта:

- сохранение и укрепление физическое и психическое здоровье детей;
- обучение средствам и методам использования возможностей своего организма для поддержания здоровья и развития личности;
- обеспечение оптимального уровня физической подготовленности ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностью в двигательной активности;
- повышение сопротивляемости и защитных свойств организма ребенка, профилактика заболеваний;
- воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни;
- повышение уровня компетентности и профессионализма педагогов и родителей по вопросу здоровьесбережения.

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЕКТА

Кадровый потенциал:

- Педагоги
- Родители
- Дети
- Инструктор по физическому воспитанию
- Музыкальный руководитель

Материально-техническая база:

- предметно – пространственная среда отвечает современным требованиям;
- уголок по ЗОЖ в групповых помещениях;

Методическое:

- теоретическая и методическая литература,
- периодическая печать,
- материалы по передовому педагогическому опыту.

Информационное обслуживание проекта:

- Интернет-сайты;
- Выпуск фотоотчетов;
- Публикации в газетах и журналах.

Финансовое обеспечение:

Ресурсы	Имеющиеся (руб.)	Необходимые (руб.)
Методическое обеспечение	3000	2000
Оборудование для предметно-развивающей среды в группах	10000	5000
Оборудование для предметно-развивающей среды в спортивном зале	137000	-
Методическая литература	1000	1000

Канц. товары	1000	15000
Телевизор и DVD	-	16000
Магнитофон	1500	-
Ноутбук	-	20000
Фотоаппарат	3500	-
Фотопечать	-	2000
CD и DVD диски	500	1000
Интернет	500	-
Распечатка текстов	300	-
Грамоты, благодарности, дипломы	-	1000
Итого:	158300	63000

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА
Первый этап. Организационный
2012 – 2013 учебный год

№	Формы работы	Дата проведения
1.	Изучение персоналом состояния здоровья детей группы и состояние заболеваемости (система мониторинга здоровья детей)	Сентябрь-октябрь
2.	Диагностирование общей физической подготовленности детей	Ноябрь-декабрь
3.	Разработка плана работы по укреплению здоровья воспитанников	Декабрь-февраль
4.	Анкетирование родителей	Февраль-март
5.	Подготовка методического сопровождения проекта. Создание информационной базы по педагогическим, психологическим, санитарно-гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей	Март-апрель

Второй этап. Основной
2013 – 2014 учебный год

№	Формы работы	Дата проведения
1.	Проведение мини-педсоветов с целью выявления состояния здоровья детей в каждой возрастной группе, определение направления работы	сентябрь
2.	Разработка перспективного плана проведения активного отдыха и дней здоровья в ДОУ	Октябрь
3.	Внедрение и апробация индивидуальной карты здоровья ребенка	ноябрь
4.	Организационно-методическая работа с кадрами	декабрь

5.	Организация непосредственно образовательной деятельности по образовательным областям «Физическая культура», «Здоровье» в каждой возрастной группе	январь
6.	Организация работы с родителями: консультирование, вовлечение в проектную деятельность, организация совместных выставок и досуговых мероприятий	февраль
5.	Создание психолого-педагогической среды по направлению «Здоровье и физическое развитие воспитанников»	март
6.	Разработка рекомендаций для педагогов и родителей по теме проекта	апрель
7.	Установление взаимосвязи с ЦФР, детской поликлиникой	май

Третий этап. Заключительный.

2014 – 2015 учебный год

№	Форма работы	Дата проведения
1.	Оценка модели здоровьесберегающей среды	1 неделя апреля
2.	Изучение состояния здоровья детей группы и состояния заболеваемости (система мониторинга здоровья детей)	4 неделя апреля
3.	Анкетирование родителей об удовлетворенности реализации проекта и их результатов	3 неделя апреля
4.	Презентация проекта на педагогическом совете	4 неделя апреля

РАБОТА В РАМКАХ ПРОЕКТА ОРГАНИЗОВАНА ПО СЛЕДУЮЩИМ НАПРАВЛЕНИЯМ:

- духовное здоровье и эмоциональное благополучие ребенка;
- нравственное здоровье;
- психологическое благополучие ребенка;
- охрана и укрепление здоровья детей;
- приобщение ребенка к общечеловеческим ценностям;
- ребенок на улицах города.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА:

- 1.Создание модели здоровьесберегающей среды ДОО.
- 2.Снижение количества заболеваний у детей.
- 3.Улучшение показателей физического и психического здоровья детей.
- 4.Повышение заинтересованности сотрудников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- 5.Стимулирование повышения внимания детей и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Реализация проекта предусматривает разработку и проведение методических мероприятий:

1. Взаимодействие с воспитанниками

- План физкультурно-оздоровительной работа (Приложение 1.1.)
- План организационно-методической работы по теме «Здоровьесберегающая среда – условия психического и физического здоровья детей» (Приложение1.2.)
- План психолого –педагогической работы по образовательным областям (Приложение 1.3.)
- Тематика НОД по реализации проекта «Учись быть здоровым, или как стать Неболькой». (Приложение1.4.)
- Перспективный план проведения активного отдыха и дней здоровья в ДОУ (Приложение1.5.)
- Комплексно-тематическое планирование «Как стать здоровым» (Приложение 1.6.)
- План организации совместной деятельности (Приложение 1.7.)

2. Взаимодействие с семьями воспитанников (Приложение 2)

МОНИТОРИНГ ПРОЕКТА

Для отслеживания качества проведения работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников в нашем дошкольном учреждении проводится системный мониторинг здоровья и физического развития детей, который дает возможность:

- выработать модель оздоровительной работы ДОУ;
- разработать модель эффективности данной деятельности, ориентированной на имеющиеся силы и средства учреждения;
- выявить структуру отклонений физического состояния и здоровья детей каждой возрастной группы;
- выявить структуру отклонений физического состояния и здоровья детей каждой возрастной группы;
- на основе полученного результата составить паспорт здоровья и механизмы реализации оздоровительных и реабилитационных мероприятий по каждой возрастной группе.

Тактика, определенная анализом отчетных данных, обеспечила реализацию планируемых оздоровительных и реабилитационных мероприятий, внедрение здоровьесберегающих технологий, что отразилось на основных показателях здоровья и физического развития.

Структура заболеваемости в динамике за период 2012 – 2015 гг. (см. Приложение № 4, *таблица 1*) представлена инфекционными заболеваниями, удельный вес которых составил соответственно 62,5; 42; 60%, и обусловлена группой острых респираторных инфекций (96 – 97%), что и определило тактику здоровьесберегающей направленности образовательного процесса.

Динамика показателей здоровья детей обеспечивается показателями физического развития, распределением по группам здоровья, уровнем физической подготовленности (см. Приложение № 4, *таблицы 1,2*).

Динамика показателей физического развития (см. Приложение № 4, *диаграмма*) указывает на рост удельного веса детей с низким физическим развитием с 4,1 (2012) до 5 (2013) и 7% (2014). Рост показателей высокого

физического развития с 1,6 (2012) до 23 (2013) и 17,4% (2014) при стабилизации показателя со средним физическим развитием с 94,2 (2012), 72 (2013), 75,6% (2014). Причем качественный состав группы детей с низким физическим развитием из года в год остается прежним, однако количество таких детей увеличивается за счет вновь поступивших.

Условием оценки эффективности оздоровления является переход из одной группы здоровья в другую, что отразилось на данных *таблицы 2* (см. Приложение № 4). Отсутствие динамики по третьей III группе здоровья произошло за счет вновь поступивших детей ясельной группы.

Анализ уровня и динамики физической подготовленности (см. Приложение № 5, *таблица 3*) позволил увидеть результаты физического развития и состояния и здоровья детей:

- получен рост его удельного веса по среднему почти в два раза (с 44 до 77%);
- снижен в шесть раз показатель низкого уровня физической подготовленности (с 56 до 9%);
- впервые с 2013 года появилась группа детей с высокой физической подготовленностью, доля которой составила 14%.

Таким образом, качественные показатели состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности выявили четкую положительную тенденцию, обусловленную очевидностью системы «Здоровьесберегающих технологий» (см. Приложение 3)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Физическая культура – не только средство развития собственно физических качеств ребенка и укрепления его здоровья, но и важный компонент и средство духовного, нравственного, эстетического воспитания дошкольника. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка, по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам. Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения, инновационные технологии – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков

Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Результатами проекта по здоровьесбережению стало:

- 1.Создание модели здоровьесберегающей среды ДООУ.
- 2.Снижение количества заболеваний у детей.
- 3.Улучшение показателей физического и психического здоровья детей.
- 4.Повышение заинтересованности сотрудников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- 5.Стимулирование повышения внимания детей и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

Приложение 1.1.

Физкультурно-оздоровительная работа в МКДОУ ЦРР д/с 376

на 2014 – 2015 учебный год

№	Мероприятия	Возрастная группа	Периодичность	Ответственный
1.	Мониторинг	Все	2 раза в год (сентябрь, май)	Старшая медицинская сестра, инструктор по физической культуре, воспитатели групп Специалисты, педиатр, старшая сестра
	1.1.Определение уровня физического развития определение уровня физической подготовленности детей			
	1.2.Диспансеризация	4 – 7 лет	1 раз в год	
2.	Двигательная деятельность	все группы	2-3 раза в неделю	воспитатели групп инструктор по физической культуре
	2.1.Утренняя гимнастика	все группы	2 ежедневно	
	2.2.Физическая культура (зал, на воздухе)	все группы все группы	2 раза в день ежедневно	
	2.3.Подвижные игры	старшие группы	2 раза в неделю	
	2.4.Гимнастика после дневного сна	все группы	1 раз в месяц 2 раза в год	воспитатели воспитатель по физкультуре
	2.5.Спортивные упражнения	все группы	2 раза в неделю	
	2.6.Физкультурные досуги	старшие группы все группы	1 раз в квартал 2 раза в год	воспитатели все педагоги

	<p>2.7.Физкультурные праздники</p> <p>2.8.Спортивные игры</p> <p>2.9.День здоровья</p> <p>2.10.Каникулы</p>	все группы		
3.	<p>Профилактические мероприятия</p> <p>3.1.Витаминотерапия</p> <p>3.2.Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режим проветривания, работа с родителями и др.)</p> <p>3.3.Кислородные коктейли</p> <p>3.4.Точечный массаж</p> <p>3.5.Оздоровительный массаж</p>	<p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы 4-7 лет</p> <p>по назначению</p>	<p>2 раза в год</p> <p>осень – весна, возникновение инфекции</p> <p>по графику постоянно</p> <p>2 раза в год</p>	<p>ст. медсестра</p> <p>ст. медсестра</p> <p>ст.медсестра воспитатели специалист</p>
4.	<p>Нетрадиционные формы оздоровления</p> <p>4.1.Музыкотерапия</p> <p>4.2.Фитотерапия</p> <p>-полоскание горла отварами трав</p>	<p>все группы</p> <p>индивидуально</p>	<p>использование музыкального сопровождения в разных видах деятельности</p> <p>2 раза в год ноябрь, май</p>	<p>музыкальный руководитель, воспитатели, воспитатель по физкультуре</p> <p>ст.медсестра</p>

	-фитоадептогены: женьшень, элеутерокок 4.3.Фитонцидотерапия : лук, чеснок	все группы	неблагоприятны е периоды. Эпидемии, инфекционные заболевания	ст.медсестра, воспитатели
5.	Закаливание 5.1.Контрастные воздушные ванны 5.2. Ходьба босиком 5.3.Облегченная одежда детей 5.4.Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	все группы все группы все группы все группы	после дневного сна, на физкультуре после сна, на физкультуре в течении дня в течении дня	воспитатели групп, инструктор по физической культуре воспитатели воспитатели, младшие воспитатели
6.	Организация вторых завтраков Соки натуральные, фрукты, отвар шиповника	все группы	ежедневно	воспитатели, младшие воспитатели

Приложение 1.2.

Организационно-методическая работа по теме «Здоровьесберегающая среда – условия психического и физического здоровья детей»

Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Педсовет «Здоровьесберегающая среда ДОУ – условия физического и психического здоровья детей»	ноябрь	Старший воспитатель
Консультации: «Организация двигательных оздоровительных моментов в ходе непосредственно образовательной деятельности» «Система закаливания детей в детском саду» «Подвижные игры в режиме дня»	октябрь октябрь январь	инструктор по физической культуре ст. м/сестра
Проведение «Недели зимних игр»	декабрь	воспитатели, специалисты
День здоровья	январь	воспитатели, инструктор по физической культуре
XX городская спартакиада дошкольников	апрель	инструктор по физической культуре
Семинар-практикум. Создание условий по интеграции и реализации образовательных областей «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность».	январь	Старший воспитатель

Взаимопроверка. Планирование ВОП по теме педсовета	ноябрь	воспитатели
Выставка книжек-малышек «Сказки о здоровье»	март	воспитатели
Межгрупповой проект «Как стать здоровым»	март	воспитатели, специалисты
• Оперативный контроль «Организация и проведение прогулок»	ежемесячно	Старший воспитатель
Смотр-конкурс по созданию здоровьесберегающей среды в группе	апрель	Старший воспитатель

Приложение 1.3.

Содержание психолого – педагогической работы по образовательным областям

Область	Содержание
Здоровье	<p>Беседы о правилах приёма пищи, здоровом питании, «волшебные витамины».</p> <p>Беседа о режиме дня в семье, помощь в составлении режима дня дома.</p> <p>Подбор иллюстраций о правильном питании, последовательности при выполнении культурно-гигиенических навыков; о спорте.</p> <p>Семейный конкурс комплексов утренней гимнастики.</p> <p>Презентация «Здоровая пища семьи».</p> <p>Беседы о пользе движения, соблюдении режима дня.</p> <p>Закаливающие мероприятия.</p> <p>Консультации на тему здоровья.</p> <p>Эмоциональное благополучие ребенка в детском саду и дома.</p>

<p>Физическая культура</p>	<p>Использование элементов занимательной гимнастики.</p> <p>Нетрадиционные формы проведения игр-занятий физической направленности.</p> <p>Проведение спортивных мероприятий по теме «Если хочешь быть здоров».</p> <p>Проведение подвижных, спортивных, народных, малоподвижных игр.</p> <p>Подбор комплексов артикуляционной, пальчиковой гимнастик, гимнастики после сна.</p> <p>Проведение развлечений, досугов с детьми и родителями «Моя спортивная семья», «Семейная олимпиада», по теме недели, Дня здоровья.</p> <p>Конкурс на лучшую народную игру «Игры моего детства» и т.д.</p> <p>Создание условий для развития двигательного творчества.</p> <p>Фиксация достижений детей.</p>
<p>Безопасность</p>	<p>Беседа о ценности здоровья: «Что значит быть здоровым?», «Почему необходимо мыть руки», «Микробы», «Опасные предметы» и т.п.</p> <p>Правила поведения при занятии гимнастикой, правильность выполнения элементов упражнений.</p> <p>Правила безопасного поведения на спортивном участке, при использовании физкультурного оборудования.</p>

Социализация	<p>Экскурсии на рабочие места людей тех профессий, которые помогают сохранить и укрепить здоровье.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Скорая помощь», «Больница для зверей», «Салон красоты» и т.д.</p> <p>Приглашение театра «Потешки», «Византия», «Жираф».</p> <p>Встречи с интересными людьми.</p> <p>Организация семейных соревнований, праздников, развлечений, выставок, участие в акциях города.</p> <p>Совместное изготовление атрибутов для сюжетно-ролевых игр: родители-дети-воспитатели.</p>
Труд	<p>Организация хозяйственно-бытового труда, дежурств в соответствии с возрастными возможностями детей.</p> <p>Труд в уголке природы, на участке.</p> <p>Изготовление атрибутов для сюжетно-ролевых игр.</p> <p>Изготовление альбомов по теме «Безопасность», «Первая помощь», «Виды спорта» и т.д.</p> <p>Знакомство с профессиями: врач, повар, прачка, помощник воспитателя, парикмахер и др.</p> <p>Изготовление физкультурного инвентаря.</p>

<p>Познание</p>	<p>Знакомство со строением человека.</p> <p>Дидактические игры: собрать целое из частей, лото «Овощи», «Фрукты», «Полезные продукты питания», «Определи фрукты (овощи) на вкус», «Волшебный мешочек», «Разложи на тарелках полезные продукты».</p> <p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> -О событиях спортивной жизни города, страны. -О возможностях собственного организма. -О способах сохранения здоровья. <p>РЭМП: счёт, решение задач, измерение роста, веса, длины волос, прыжков и т.д.</p> <p>Познавательные беседы из серии « Приключения Стобеда».</p> <p>Создание проблемных, игровых ситуаций и т.д.</p>
<p>Коммуникация</p>	<p>Разучивание потешек, стихов, чистоговорок, использование артикуляционной гимнастики по теме.</p> <p>Составление рассказов по картине, сюжетным картинкам и т.п.</p> <p>Сочинение сказок, загадок на тему здоровья.</p> <p>Интервьюирование людей тех профессий, которые помогают сохранить и укрепить здоровье.</p>
<p>Чтение художественной литературы</p>	<p>Чтение художественной и познавательной литературы по теме проекта, рассматривание энциклопедий.</p> <p>К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»; А. Барто «Девочка чумазая» и др.</p> <p>Русские народные сказки по типу «Петушок и бобовое зёрнышко» и т.д.</p> <p>Фольклор: пословицы, поговорки, загадки, потешки, пестушки на тему здоровья и т.п.</p>

<p>Художественное творчество</p>	<p>Изготовление коллажей «Где живут витамины», «Как сохранить здоровье» и т.д.</p> <p>Составление схем выполнения упражнений, продуктивная деятельность детей (рисование, лепка, аппликация) по спортивной тематике, по охране жизни и здоровья детей (ОБЖ), пользе витаминов, свежего воздуха и т.д. в соответствии с возрастными возможностями детей группы и тематическим планированием в рамках проекта.</p>
<p>Музыка</p>	<p>Музыкальное сопровождение:</p> <ul style="list-style-type: none"> -игр и занятий физической направленности; -утренней гимнастики. <p>Прослушивание музыки на тему спорта.</p> <p>Разучивание песен на тему здоровья.</p>

**Тематика НОД по реализации проекта
«Учись быть здоровым, или как стать Неболейкой».**

Познавательное-речевое развитие.

1.Непослушный Стобед.

- Как Стобед решил убить микроба, а заболел сам.
- Лекарство – не игрушка.
- Зарядка для ребят и зверят.
- Как Стобед качался на качелях (профилактика травматизма).
- Непослушный Стобед решил: буду закаляться.
- Стобед в королевстве столовых приборов.
- О сердитых микробах: мой овощи и фрукты перед едой!

2.Ребенок и его здоровье.

- Изучаем свой организм.
- О профилактике заболеваний.
- Здоровье и безопасность.
- Навыки личной гигиены.
- Забота о здоровье окружающих.
- Правила первой помощи.
- Особое внимание здоровью весной.

3.Уроки Мойдодыра.

- Дружи с водой.
- Чтобы глазки видели, ушки слышали.
- Пожалей свою бедную кожу.
- Руки и ноги тебе еще пригодятся.
- Держи осанку.
- Приятного аппетита!
- Спокойной ночи!

- Как настроение?

4. Уроки Айболита.

- Откуда берутся болезни?
- Как вести себя во время болезни.
- Как здоровье? Осторожно – лекарство!
- Правила на всю жизнь. Лучше не рисковать.
- Расти здоровым.

5. Крепкие-крепкие зубы.

- Экскурсия в стоматологическую поликлинику.
- НОД, игровые ситуации, упражнения по гигиене полости рта.
- Познавательные сказки:

«Почему у зайцев здоровые зубы» И. Рахманинова

«Зубик-зазнайка» Н. Кабанова

«Сказка о девочке, которая не любила чистить зубы и купаться»

6. Эмоциональное благополучие ребенка.

- Детские страхи.
- Мы среди людей.
- Наша дружная семья.
- Конфликты между детьми.
- Вместе весело шагать по просторам.

II. Продуктивная деятельность.

- Королева «Зубная Щетка».
- Как стать Неболейкой.
- Вместе весело шагать по просторам.
- Тот, кого я боялся, а теперь не боюсь и т.д. (по выбору педагога).

III. Викторины (по выбору педагога).

- Праздник Почемучек. Умники и Умницы.
- Что сказал бы и что сделал бы Стобед.

- Как стать Неболейкой.

IV. Развлечения.

- Если хочешь быть здоров.
- Воспитатель, няня, я – наша дружная семья.
- День здоровья.

V. Выставки.

- Выставка детского рисунка «Здоровыми в XXI веке».
- Информационная выставка для родителей.

VI. Работа с родителями.

- Беседы врача, воспитателя на темы профилактики здоровья ребенка.
- Индивидуальные консультации по вопросам предупреждения заболеваний.
- Информационные уголки для родителей.
- Оформление доски вопросов и ответов, санитарного бюллетеня, памятки.
- Тематические выставки.

**Перспективный план проведения активного
отдыха и дней здоровья в ДОУ**

Приложение 1.5.

Месяц	Содержание работы	Возраст, лет	
		3 - 5	5 - 7
Сентябрь	<p>-тематическая прогулка «Здравствуй, спорт» (знакомство со спортивными объектами на территории ДОУ).</p> <p>-народные игры с пением: «Бояре, а мы к вам пришли»</p> <p>-игры-забавы: «мыльные пузыри», «Жмурки в пруду».</p> <p>-подвижные игры: «Хитрая лиса», «Ловкие ребята», любая игра-соревнование и т.д.</p>	<p>+</p> <p>-</p> <p>+</p> <p>-</p>	<p>+</p> <p>+</p> <p>+</p> <p>+</p>
Октябрь	<p>-целевая прогулка в лес (парк, сквер) вместе с родителями:</p> <p>-сбор природного материала (шишки, желуди, камешки) для использования в различных играх – забавах: «Стрельба шишками», «Найди самую маленькую шишку», «Найди камешек необычной формы» и др.</p> <p>-подвижные игры: «Прятки», «Совушка», «Ловкие ребята» и др.</p> <p>-упражнения со скакалкой.</p> <p>-целевая прогулка на участке. Игры с природным материалом, подготовленным педагогом:</p> <p>-подвижные игры (по выбору педагога): «По</p>	<p>-</p> <p>+</p> <p>+</p> <p>+</p> <p>+</p>	<p>+</p> <p>+</p> <p>+</p> <p>+</p> <p>+</p>

	<p>ровенькой дорожке», «Лохматый пес», «Поезд», «Мой веселый звонкий мяч»;</p> <p>-катание на трехколесном велосипеде, детском педальном автомобиле, лошадке;</p> <p>-катание на двухколесном велосипеде, самокате;</p>	+	-
		-	+
Ноябрь	<p>-спортивный досуг «Наш веселый звонкий мяч»:</p> <p>-бросьте мяч как можно дальше;</p> <p>-сбей кеглю (катить мяч по земле);</p> <p>-попади в корзину;</p> <p>-кто больше наберет мячей за определенное время (для разных возрастных групп разное количество мячей);</p> <p>-подбери мячи по цвету;</p> <p>-угадай, сколько мячей в мешке;</p> <p>-забрось мяч в обруч, расположенный вертикально.</p>	+	+
		-	+
		-	+
		+	+
		+	+
		+	+
		+	+
Декабрь	<p>-экологическая прогулка: «Как природа готовится к зиме»</p> <p>-подвижные игры на воздухе: «Зима пришла», «Зайка беленький сидит», «Снайперы», «Кто дальше?»</p>	+	-
		-	+

	<ul style="list-style-type: none"> -игры-забавы: «Санный путь», «Веселые тройки» -упражнения на ледяной дорожке (дети выполняют с помощью педагогов и родителей) -оздоровительная прогулка «Если хочешь быть здоров – закаляйся» 	+	+
Январь	<p>Каникулы:</p> <ul style="list-style-type: none"> -индивидуальная работа по развитию движений -оздоровительно-развлекательные мероприятия: <ul style="list-style-type: none"> -работа со снегом; -катание на санках, лыжах; -спортивно-театрализованное представление «Сказки – герои зимы» 	+	+
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> -конкурс «Мы скульпторы» (лепка фигур из снега и цветного льда) -тематическая прогулка «Наши улицы зимой» -игры-упражнения на горке с санками, самокатами -«Широкая масленица» - музыкально-фольклорное развлечение и спортивно-оздоровительное мероприятие. Ярмарка. 	-	+
Март	<ul style="list-style-type: none"> -элементы спортивных игр: «передай шайбу», «Ледяная карусель», «Хоккеисты» -экскурсия родителей, педагогов вместе с детьми по теме «Кто как весну встречает?» (в ближайший двор или по микрорайону) -спортивная викторина на прогулке (проводит инструктор по физической культуре вместе с 	-	+
		+	+

	педагогом группы)		
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> -тематическая прогулка «Наш город спортивный» (игры, соревнования, спортивные развлечения по возвращении с прогулки на участке группы) -субботник по уборке территории участка -спортивно-музыкальное развлечение -спортивные и музыкальные конкурсы 	<ul style="list-style-type: none"> + + + - 	<ul style="list-style-type: none"> + + + +
Май	<ul style="list-style-type: none"> -спортивный досуг вместе с родителями (по плану воспитателя по физической культуре) -народные подвижные игры по желанию детей -спортивные упражнения по желанию детей -элементы спортивных игр по желанию детей 	<ul style="list-style-type: none"> + + + - 	<ul style="list-style-type: none"> + + + +

Комплексно-тематическое планирование «Как стать здоровым»

Цель: - формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни;

Непосредственно образовательная деятельность

Понедельник

Художественное творчество Рисование «Дети делают зарядку».

Цель: Учить рисовать человека в движении; - воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни;

Музыка.

Вторник:

Познание. РЭМП. Колесникова.

Физическая культура

Среда

Познание. Окружающий мир: «Путешествие в город Здоровья»

Цель: развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь; закрепить и расширить знания о влиянии витаминов на здоровье человека;

воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни;

Музыка.

Четверг

Коммуникация. Развитие речи: Беседа «Если хочешь быть здоров – закаляйся».

Цель: обогащать знания о закаливании, расширять представление о возможностях организма, развивать мышление, воспитать желание вести здоровый образ жизни, постепенно закалять свой организм.

Физкультура на улице.

Пятница

Познание. Конструирование/лепка:

Физкультура

Организация совместной деятельности

Понедельник: Почему мы так живем (режим).

Коммуникативная, здоровье: Беседа: Беседа "С утра до вечера"
Познакомить детей с распорядком дня. Показать важность соблюдения режима в укреплении здоровья каждого человека; Закрепить понятие о значимости режима дня; Воспитать желания придерживаться правил по его выполнению

Беседа: «Зачем мы спим?» Цель: рассказать о влиянии правильного распорядка дня на здоровье; формировать привычку к определенному режиму.

Игровая: Д/игра: «Мой день». «Когда это бывает», «Точное время».

Двигательная: игровые упражнения с мячом.

Чтение художественной литературы: «Деловой человек» Л. Рыжова, «Наоборот» Е. Карганова

Познавательно-исследовательская: Что будет, если днем спать, а ночью бодрствовать?

Музыка: Сопровождение режимных моментов музыкальными произведениями.

ОБЖ: правила игры с мячом в помещении.

Чтение художественной литературы: - О сне - П. Воронько «Спать пора»; Н. Лоткин «Тихий час»; С. Михалков «Не спать»; С. Маршак «Дремота и зевота».

Вторник: Еда без вреда.

Коммуникативная:

Игровая: Дигра «Полезно - вредно» Цель: уточнить знания детей о полезных и вредных продуктах питания; развивать внимание, память, воспитывать желание быть здоровым.

«Съедобное - несъедобное», «Положи в корзинку».

Чтение художественной литературы: - З. Александрова «Большая ложка»; А. Кардашова «За ужином»; С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»; Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду».

ОБЖ: «О «вреде» витаминов». Если съесть за один раз много витаминок, то это вредно для здоровья.

Познавательно-исследовательская: «Отгадай, на вкус».

Двигательная: игровые упражнения с кеглями.

Музыка: сопровождение режимных моментов музыкальными произведениями.

Продуктивная: лепка «Угощение для кукол».

Среда. Мойдодыр.

Коммуникативная, здоровье, ОБЖ: Беседа познавательного характера «Друзья Мойдодыра»

Беседа о здоровье, о чистоте. Решение провокационных вопросов, проблемных ситуаций

Познавательно-исследовательская: «Чего боится грязь?» Почему руки нужно мыть с мылом.

Чтение художественной литературы: А. Кузнецова «Кто умеет?»; Н. Найденова «Наши полотенца»; М. Яснов «Я мою руки»; К. Чуковский «Мойдодыр».

Продуктивная: аппликация «Красивые полотенца». Выкладывание узора из геометрических фигур.

Игровая: с/ролевая «Парикмахерская», д/и «Сделаем куклам разные прически», «Вымоем куклу».

Четверг. «День весёлой игры»

Коммуникативная, здоровье: беседа «Во что лучше всего играть на прогулке» .

Цель: Помочь понять детям, что двигательная деятельность очень полезна для здоровья; выяснить любимые подвижные игры детей.

Игровая: п/и «Гуси-Лебеди», «Бабочки и сова», «У медведя во бору».
д/и «Путаница», «Собери своего животного».

Двигательная: Спортивные упражнения «Сбей кеглю», «Кто выше бросит мяч», «Забрось мяч в обруч».

Игры с бегом: "Самолеты"; игры с прыжками: "Зайцы и волк"; игры с бросанием и ловлей - "Брось - поймай", на ориентировку "Кто ушел?"

ОБЖ: для чего нужны правила в игре.

Продуктивная: ручной труд – изготовление султанчиков для игры на улице.

Чтение художественной литературы: А. Барто «Прогулка»; И. Беляков «На санках»; Е. Благинина «Прогулка»; И. Залетаева «Скакалочка»; В. Донникова «На катке»; Г. Глушнев «Горка»; А. Кузнецова «Качели»; «Зимой»; Г. Ладонщиков «Золотистая гора»; «В день морозный»; «Помощники весны»; С. Михалков «Прогулка».

Пятница. Физкульт – ура!

Коммуникативная, здоровье: Беседа «быть здоровыми хотим»

Цели: обогащать знания о закаливании, расширять представление о возможностях организма, развивать мышление, воспитать желание вести здоровый образ жизни, постепенно закалять свой организм.

Рассматривание иллюстраций, фотографий, картин о здоровом образе жизни.

Рассматривание иллюстраций о разных видах спорта, беседа о том, каким бы видом спорта хотели заниматься дети.

Чтение художественной литературы: - Е. Кан «Наша зарядка»; В. Суслов «Про Юру и физкультуру». Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.

Продуктивная: Выставка детских рисунков по теме здоровья

Здоровье: Спортивное развлечение.

Музыка: «Если хочешь быть здоров, закаляйся»

Ежедневная профилактическая работа

Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения)

Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»

Воздушное контрастное закаливание, проветривание.

Использование природных фитонцидов.

Работа с родителями.

- "Рекомендации родителями по питанию детей"

- "Рекомендации родителями по укреплению здоровья"

Выучить стихотворение вместе с детьми и делать упражнение лежа в кровати перед подъемом.

«Поднимайся, детвора» Ну, теперь вставать пора,

Поднимайся, детвора! Поднимайся детвора!

Завершился тихий час, Все по полу босиком,

Свет дневной встречает нас. А потом легко бегом.

Мы проснулись, потянулись, Сделай вдох и поднимайся,

Вправо, влево повернулись. На носочки поднимись.

Приподняли мы головку Опускайся, выдыхай

Кулачки сжимаем ловко И еще раз повторяй

Ножки начали плясать, Стопу разминай,

Не желаем больше спать. Ходьбу выполняй.

Обопремся мы на ножки, Вот теперь совсем проснулись

Приподнимемся немножко. И к делам своим вернулись!

Все проснулись, округлились.

-Коллаж «Еда без вреда»

Детская художественная литература .

О психологическом климате в группе и дома - З. Александрова «Шарик»; И. Демьянов «В детский сад пришла я с мамой»; А. Кузнецова «Подружки»; Н. Найденова «Новая девочка»; Г. Ладонщиков «Я не плачу».

О болезнях, их лечении и профилактике - Р. Кудашева «Петушок»; С. Михалков «Прививка». М. Кривич, О. Ольгин «Школа пешехода»; С. Михалков «Дядя Степа—милиционер», «Шагая осторожно...»; В. Семернин «Запрещается — разрешается!»; И. Серяков «Горят огни на перекрестках»; О. Тарутин «Для чего нам светофор».

О поведении в различных ситуациях - Шалаева Г.П. Большая книга правил поведения для воспитанных детей.-М.: «Эксмо», 2005.

Неделя здоровья « Зимушка-зима».

Цель. Формировать представления о здоровом образе жизни, вызвать эмоционально-положительные отношения к зимним играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям спортом зимой.

Задачи.

Физическая культура	Здоровье	Безопасность	Познание	Социализация
Развивать	Закаливать	Продолжать	Обогащать	Воспитывать

ловкость, быстроту реакции, координацию движений, внимание, выносливость, настойчивость в достижении цели;	детей на свежем воздухе.	знакомить детей с правилами безопасного поведения в игре (подвижные игры на улице, санки, лыжи и др.), при выполнении спортивных упражнений.	представлены дети о времени года зима. Продолжать знакомить с зимними видами спорта.	дружеские отношения в игре, умение действовать в коллективе согласованно, воспитывать волевые качества.
--	--------------------------	--	--	---

Область	Содержание
ЗДОРОВЬЕ	<p>Подбор иллюстраций о зимних видах спорта, о спортивной одежде зимой.</p> <p>Беседы о пользе движения на улице зимой. Соблюдение режима дня.</p> <p>Закаливающие мероприятия: соревнования на улице, игры на спортивном участке, санки, лыжи, хоккей и т.д.</p> <p>Подбор комплексов дыхательной гимнастики «Снежинки», «Новый год», «Зимняя прогулка», «На елке» и др. с учетом возрастных особенностей детей.</p>

<p style="text-align: center;">ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</p>	<p>Использование элементов занимательной гимнастики: « Дед Мороз», «На лыжах», «Зимняя прогулка»,</p> <p>Нетрадиционные формы проведения игры-занятия физической направленности.</p> <p>Проведение спортивных мероприятий «Снег-снежок», «Путешествие в зимний лес», «Зимние забавы»,</p> <p>Подвижные, малоподвижные игры по теме «Ах ты, Зимушка-Зима»</p> <p>Подбор комплексов артикуляционной, пальчиковой гимнастик, гимнастики после сна по теме «Ах ты, Зимушка-Зима»</p>
<p style="text-align: center;">БЕЗОПАСНОСТЬ</p>	<p>Беседа о ценности здоровья «Уроки безопасности», «Что значит быть здоровым?»</p> <p>Беседы: «Опасные предметы», «Безопасность на катке». «Мы на горке...», «Спортивное снаряжение» и т.п.;</p> <p>Правила поведения при занятии гимнастикой, правильность выполнения элементов упражнений;</p> <p>Правила безопасного поведения на спортивном участке зимой, при использовании физкультурного оборудования, катании на санках, лыжах, в играх с клюшками и т.п.</p>

СОЦИОЛИЗАЦИЯ	<p>Экскурсии на рабочие места людей тех профессий, которые помогают сохранить и укрепить здоровье;</p> <p>Организованные формы непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию по теме «Зимушка-зима».</p> <p>Подвижные игры с правилами (подборка игр по теме «Зимушка-Зима» и возрастам).</p> <p>Приглашение кукольных театров города для показа спектаклей на тему здоровья.</p> <p>Встречи с интересными людьми (приглашение мамы – врача, парикмахера, тренера и т.п.).</p> <p>Семейные соревнования, праздники, развлечения «Зимние забавы»</p> <p>Совместное изготовление атрибутов для игр, аттракционов, эстафет: родители-дети-воспитатели: «снежки», «ледяные дорожки» и др.</p>
ТРУД	<p>Изготовление альбомов «Безопасность», «Первая помощь», «Зимние виды спорта», «Загадки о зимних видах спорта», «Зимняя Олимпиада»</p> <p>Знакомство с профессиями: тренер, инструктор по физкультуре, учитель физкультуры и др.</p> <p>Изготовление атрибутов для подвижных игр, эстафет, аттракционов (маски, костюмы, схемы упражнений, мячи из бумаги, дорожки и т.д.</p>

ПОЗНАНИЕ	<p>Знакомство со строением человека, зимними видами спорта, как человек движется</p> <p>Дидактические игры: собрать целое из частей: лото «Лыжи», «Спорт зимой», «Виды спорта», «Полезные продукты питания» и др.</p> <p>Сенсорное развитие: цвет, форма, размер на физкультуре, на прогулке.</p> <p>Счет: спортивный инвентарь, пособия, упражнения, очки, баллы и т.п.</p> <p>Измерение роста, веса детей; длины и высоты прыжка, лыж, дистанций, определение формы и размера мяча и т.д.</p> <p>Беседы о родственниках, занимающихся спортом.</p> <p>Экскурсии на стадион.</p>
КОММУНИКАЦИЯ	<p>Разучивание потешек, стишков и использование их при формировании культурно-гигиенических навыков;</p> <p>Составление рассказов по картине, сюжетным картинкам и т.п. по теме «Зима», «Зимние виды спорта».</p> <p>Сочинение сказок, загадок на тему здоровья;</p> <p>Разучивание чистоговорок, использование артикуляционной гимнастики по теме «Зима», «Спорт», «Новый год».</p> <p>Игры по типу «Назови вид спорта, который начинается на звук «б» и т.п.;</p> <p>Интервьюирование людей тех профессий, которые помогают сохранить и укрепить здоровье.</p>

ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	<p>Чтение литературы на тему здоровья: энциклопедии, справочники и т.д.;</p> <p>К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»;</p> <p>А. Барто «Девочка чумазая» и др.;</p> <p>С. Михалков «Дядя Стёпа» и др.;</p> <p>Стихотворения о спорте. А. Барто «Прогулка», И. Беляков «На санках», Е. Благинина «Прогулка». И. Залетаева «Скакалочка», В. Донникова «На катке», Г. Глушнев «Горка», А. Кузнецова «Качели». «Зимой»; Г. Ладонщиков «Золотистая гора», «В день морозный» С. Михалков «Прогулка».</p> <p>Фольклор: пословицы, поговорки, загадки, потешки, пестушки на тему здоровья, о спорте, о зиме и т.п.</p>
ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО	<p>Изготовление коллажей «Спорт полезен для здоровья», «Как сохранить здоровье», «Зима и спорт» и т.д.;</p> <p>Лепка «Зима и спорт» (человек на санках, лыжах; мяч и др.)</p> <p>Рисование: «Зимушка-Зима» «Спортсмены» (зимние виды спорта» и т.п.;</p> <p>Конструирование из бумаги по типу оригами («снежки» и др.);</p> <p>Аппликация: «Спортивный магазин » и др.</p> <p>Игры-драматизации под музыку, с предметами; импровизация под музыку.</p> <p>Имитация движений (предметы, животные, спортсмены; состояния: холодно, жарко и т.п.)</p>

МУЗЫКА	<p>Музыкальное сопровождение игр-занятий физической направленности; соревнований по теме «Зимушка-Зима» («Белая метелица», «Новый год», «Марш снеговиков» и др.)</p> <p>Выполнение музыкальной зарядки по теме «Зимушка-Зима», упражнений под музыку;</p> <p>Прослушивание музыки на тему спорта (музыкальный сборник «Сочи-2014»);</p> <p>Разучивание песен на тему здоровья, спорта; и т.п.</p>
---------------	---

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Направление взаимодействия	Формы взаимодействия, примерная тематика
Информационное	<p>Оформление стендов о состоянии здоровья, физическом развитии детей «Как мы растем».</p> <p>Информация в родительских уголках «Как стать Неболейкой», «Стартуем вместе», «Секреты домашней аптеки» и т.д.</p> <p>Индивидуальное консультирование (по текущим вопросам состояния здоровья).</p> <p>Традиционные родительские собрания: «Особенности физического развития дошкольников», «Как укреплять здоровье ребенка», «Вместе на прогулку» и др.</p>
Аналитическое	Анкетирование родителей: «Что я знаю о здоровье своего ребенка», «Семейные традиции»
Практическое	<p>Совместная двигательная активность.</p> <p>Спортивные развлечения «Осторожно, дорога!», «Богатырские потехи», «Вместе с папой веселей!».</p> <p>Дни здоровья.</p> <p>День открытых дверей для родителей</p> <p>Нетрадиционные формы родительского собрания: тренинги, семинары, круглые столы с целью обучить родителей приемам и методам оздоровления.</p>

В помощь родителям созданы тематические портфолио

Тема	Разделы и содержание портфолио
«Зачем ребенку нужен мяч»	<p>-движения и упражнения с мячом для детей 3-7 лет;</p> <p>-мяч и речь, игры с мячом;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> -школа мяча; -баскетбол для самых маленьких; -упражнения с большим ортопедическим мячом; -упражнения с воздушными шарами; -обучение детей метанию; -пособия своими руками.
«Физическое здоровье и безопасность ребенка»	и	<ul style="list-style-type: none"> -о безопасности ребенка (ОБЖ); -меры безопасности; -как бороться с инфекциями; -роль витаминов в детском питании; -высота – это не страшно; -учите детей падать.
«Развлекайтесь на здоровье»	на	<ul style="list-style-type: none"> -народные подвижные игры; -праздники в детском саду и дома; -загадки, рассказы, сказки о здоровье и спорте; -во что играли наши бабушки; -спортивные игры и аттракционы;
«Профилактика нарушений осанки и плоскостопия»	и	<ul style="list-style-type: none"> -как исправить осанку: «Не сутулься, Иванушка, Кощеем станешь», «Спину держать»; -комплексы упражнений по профилактике сколиоза; -игры и упражнения для формирования правильной осанки; -профилактика плоскостопия; -дыши правильно; -босиком от простуды и других болезней.
«Помогите малышу подготовиться к школьной жизни»	к	<ul style="list-style-type: none"> -подготовка детей к овладению графикой письма средством физической культуры; -игры для развития мелкой моторики рук для детей 3-7 лет; -гимнастика для пальчиков; -развивающие игры для дошкольников.

Приложение 3

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Остеопатическая гимнастика	После сна в постелях каждый день. Старшая и подготовительная к школе группы	«Техническая» простота применения, взаимное дополнение методов при отсутствии дублирующего воздействия и взаимное усиление эффекта	Воспитатель
Фитбол	Один раз в неделю во второй половине дня. Физкультурный и музыкальный залы, начиная со второй младшей группы	На специальных мячах	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
Ритмика	Два раза в неделю во второй половине	По программе И. Бурениной	Музыкальный руководитель

	<p>дня.</p> <p>Музыкальный зал, начиная со второй младшей группы.</p>		
<p>Игровой час (бодрящая гимнастика)</p>	<p>После сна в группе каждый день. Первая и вторая младшие группы</p>	<p>Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Динамические паузы</p>	<p>Во время занятий 2— 5 мин по мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы</p>	<p>Комплексы физкультминутки могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Подвижные и спортивные игры</p>	<p>Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы</p>	<p>Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр</p>	<p>Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели</p>

Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени	Воспитатели
Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Кинезотерапия	Один раз в неделю, вся группа в первой или второй половине дня, начиная со средней группы. Комплексные занятия	Комплексное применение различных движений для оздоровления детей	Воспитатель
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3—5 мин в любое свободное время, в зависимости от интенсивности	Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога	Воспитатели

	нагрузки, начиная с младших групп		
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	Воспитатели
Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурные занятия	Три раза в неделю в спортивном и музыкальном залах, в группе, на улице, начиная с раннего дошкольного возраста	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в музыкальном и физкультурном залах, в группе. Вес возрастные группы	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей	Воспитатели
Спортивные игры (баскетбол)	Один раз в неделю в физкультурном зале, начиная со	По программе Э.Й. Адашквичене,	Инструктор по физической культуре

	старшего дошкольного возраста. Подгруппа	«Баскетбол для дошкольников»	
Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со средней группы	Технологии «Азбука здоровья» - авторская технология ДОУ	Воспитатель
Точечный самомассаж	Сеансы или в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Проводится по специальной методике, показан детям с частыми ОРЗ. Используется наглядность	Старшая медсестра, воспитатели
Веселые старты	Один раз в неделю во второй половине дня в физкультурном и музыкальном залах, на прогулке, начиная со второй младшей группы	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме	Инструктор по физической культуре

<p>ОФП (общая физическая подготовка)</p>	<p>Один раз в неделю в физкультурном зале, подгруппа одаренных детей. Старший дошкольный возраст</p>	<p>Сверх программы, упражнения на кольцах, канате, силовые гимнастические упражнения</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
<p>Физкультурные досуги, праздники</p>	<p>Один раз в квартал в физкультурном и музыкальном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста</p>	<p>Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие</p>	<p>Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели</p>
<p>СМИ (ситуативные малые игры)</p>	<p>Два раза в месяц в группе в музыкальном и спортивном залах. Младший дошкольный возраст</p>	<p>Ролевая подражательная имитационная игра</p>	<p>Воспитатель</p>
<p>Плавание, купание</p>	<p>Один раз в неделю выезд в бассейн, начиная со старшего дошкольного</p>	<p>Программа «Воспитание и обучение в детском саду», раздел «Спортивные</p>	<p>Инструктор по плаванию, воспитатели</p>

	возраста	упражнения, плавание»	
Коррекционные технологии			
ЛФК	Сеансы по 10—12 занятий, начиная со средней группы по медицинским показателям	По специальной методике по показаниям отклонений здоровья	Старшая медсестра
Арт-терапия	Сеансы по 10—13 человек в группе в музыкальном зале, в группе. Старший дошкольный возраст	Оздоровление психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, ИЗО)	Музыкальный руководитель; педагог дополнительного образования
Технология музыкального воздействия	Сеансы по 10—13 человек в группе во второй половине дня в музыкальном зале. Старший дошкольный возраст	Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И. Чайковский, С.В. Рахманинов), звуки природы	Музыкальный руководитель
Сказкотерапия	Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного	Использование мне-мотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый	Воспитатели групп

	возраста	двигательный комплекс	
Психогимнастика	Один раз в месяц, по 10—12 человек в группе в музыкальном и физкультурном залах, начиная со средней группы	Проводится по методике Е.А. Алябьевой	Воспитатель
Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в музыкальном и физкультурном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Цель — фонематическая грамотная речь без движений	Воспитатели групп
Библиотерапия	Сеансы по 6—8 человек в группе, по 10—12 занятий в музыкальном зале, в группе, начиная с	Лечение книгой, формирование поведенческой реакции	Воспитатель

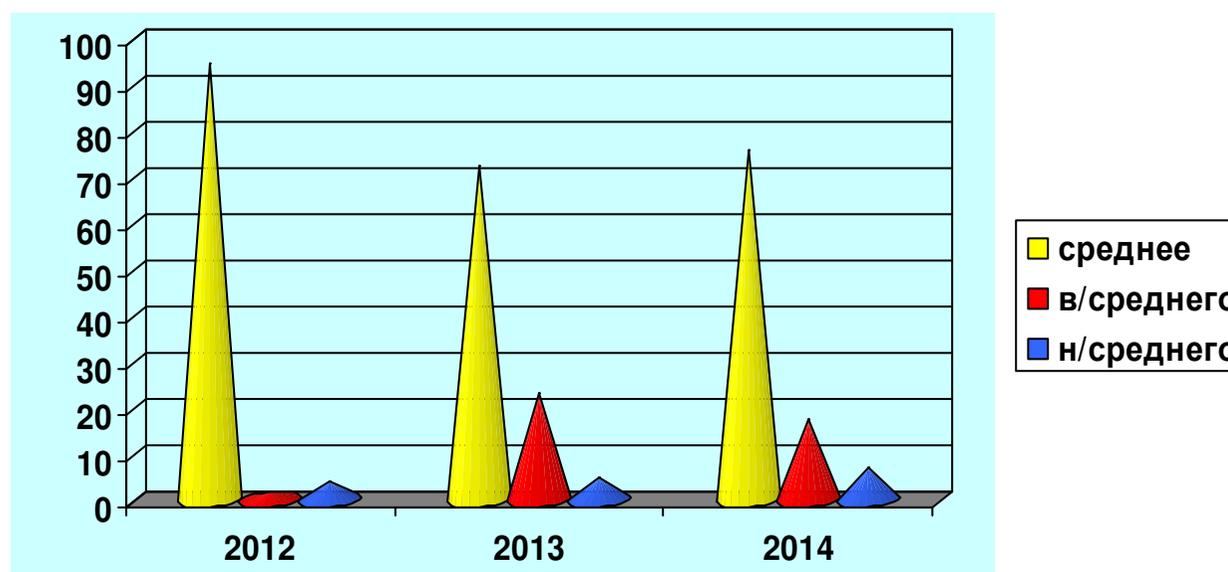
	младшего дошкольного возраста		
Технология применения аппликаторов Кузнецова	Сеансы по 8—10 человек в группе, по 10 занятий в музыкальном и физкультурном залах, в группе, начиная со средней группы	Проводится строго по специальной методике, показана детям, часто болеющим ОРЗ	Старшая медицинская сестра
Массаж с помощью сухого обтирания	После сна ежедневно в группе или спальне в постелях, начиная со средней группы	Объяснить серьезность процедуры и дать детям элементарные знания, как не нанести вред своему организму	Воспитатели
Технология коррекции поведения	Сеансы по 8—10 человек в группе, по 10 занятий в группе, на прогулке, начиная со средней группы	Программы «Познай себя», «Давайте познакомимся»	Воспитатель, педагог-психолог

Приложение 4.

ТАБЛИЦА 1.

Пропуски	Годы /количество детей, посещающих ДОУ.			Изменение, %
	2012 / 136 детей	2013 / 156 детей	2014/ 230 детей	
По болезни (число детей)	2,19	1,64	1,04	-37
На одного ребенка	17,52	13,73	9,01	-34

Динамика показателей физического развития детей (%).



Приложение 5.

ТАБЛИЦА 2.

Группы здоровья детей (абсолютные и относительные показатели).

Группы здоровья	Годы / количество детей, посещающих ДОУ.		
	2012/ 136 детей	2013 / 156 детей	2014 / 230 детей
I	1 (0,8%)	2(1,7%)	5(4,3%)
II	123(98,4%)	114(95%)	106(92,2%)
III	1(0,8%)	4(3,3%)	4(3,4%)

ТАБЛИЦА 3.

Уровень и динамика физической подготовленности.

Уровень	Годы / количество детей, посещающих ДОУ.		
	2012 / 136 детей	2013 / 156 детей	2014 / 230 детей
Средний	44	46	77
Высокий	—	—	14
Низкий	56	54	9

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Т.Ф. Пальцевая дерматоглифика и физические способности: - М., 2003.
2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий./ Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П.Шестакова. - М.:СпортАкадемПресс, 2002.
3. Беляев Е.Н., Куценко Г.И., Чибураев В.И., Шевырева М.П., Маркелова. Здоровые дети России в XXI веке. - М., 2000.
4. Е.Н. Вавилова Укрепляйте здоровье детей. – М., 1986
5. Дубровинская Н.В., Фарбер Д.А., Безруких М.М. Психофизиология ребёнка: психофизиологические основы детской валеологии. - М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2000.
6. Изаак СИ. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - М., 2004.
7. Комиссарова Е.Н. Комплексная оценка индивидуально-типологических особенностей детей периода первого детства. - СПб., 2000.
8. Лебедева Н.Т. Профилактическая физкультура для детей. - Минск: "ВШ", 2004
9. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов н./Д: Феникс, 2002.
10. Осокина Т.И, Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе - М., 1983.
11. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина Игры и развлечения детей на воздухе - М., 1983
12. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. –М.:МОЗАИКА –СИНТЕЗ, 2014.
- 13.
14. Практикум по спортивной психологии./ Под ред. И.П.Волкова. - СПб.: Питер, 2002.

15. Программа для ДЮСШ, СДЮСШОР по спортивной гимнастике. - Москва, 2000.
16. Программа для ДЮСШ, СДЮСШОР по спортивной аэробике. - Москва, 2000.
17. Программа физического развития для спортивных школ - М. МПГУ, 1998 г.
18. Скачкова Е. Ю. Особенности преподавания спортивной аэробики в учреждениях дополнительного образования детей. - СПб, 2002.
19. Сонькин В.Д., Корниенко И.А., Тамбовцева Р.В., Зайцева В.В., Изаак СИ. Физиология развития ребенка: теоретические и прикладные аспекты. - М.: Образование от А до Я, 2000.
20. Спортивная аэробика. Программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Министерство образования Российской Федерации. - М., 2000.
21. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2005
22. Е.А. Тимофеева Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста – М., 1979
23. Физиология развития ребенка: теоретические и прикладные аспекты./ Под ред. М.М. Безруких. - М.: Образование от А до Я, 2000.
24. Филиппова Ю.С. Организация и методика проведения соревнования по спортивной аэробике. – Новосибирск, 2003.
25. Филиппова Ю.С. Программа по спортивной аэробике для детско-юношеской спортивной школы. - Новосибирск, 2005.
26. Филиппова Ю.С. Ранняя профилактика остеохондроза. - Новосибирск: Изд-во ГЦРО, 2003
27. Филиппова Ю.С. Рекомендации для учителей физической культуры по безопасному выполнению упражнений. - Новосибирск, 2003.
28. Филиппова Ю.С. Учебно-методическое пособие по аэробике. Новосибирск, 1999.

29. Г.В. Шалыгина Совершенствование физической подготовленности детей в процессе прогулки в природных условиях // Физическая подготовленность дошкольников. – М., 1988

30. Шпилина И.А. Оздоровительная аэробика. Краснодар: КГУФКСТ, 2003.

