

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение – детский сад № 41

Программа
«Физкультурно-оздоровительной
программы»

г. Екатеринбург

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2.Цели и задачи Программы.....	4
3.Кадровое обеспечение реализации программы.....	5
4. Работа с педагогами.....	6
5.Реализация основных направлений программы.....	6
6.Организационные методические мероприятия.....	7
7.Физкультурное оборудование и инвентарь.....	8
8. Планирование физическо-оздоровительной работы	9
9. Организация питания.....	10
10. Система закаливания в ДОУ.....	11
11. Двигательный режим в ДОУ.....	12
12. Диагностика	13
13. Работа с родителями.....	14

1. Пояснительная записка

В уставе Всемирной организации здравоохранения говорится, что здоровье это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем отражающим биологические характеристики ребёнка, социально – экономическое состояние страны, условия питания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства.

Сохранение здоровья детей постоянно волнует специалистов в области дошкольного и школьного образования. В её решении принимают непосредственное участие воспитатели, инструктора по физической культуре, психологи, учителя начальных классов и специалисты других профессий. В современных условиях эта проблема чрезвычайно остра в связи с резким снижением процента практически здоровых детей и увеличением отстающих в развитии, имеющих хронические заболевания, неврозы. Причина такого положения – гиподинамия, нарушение питания, экологическая обстановка, общее состояние социальной среды.

Проблема сохранения здоровья – социальная и решать её нужно на всех уровнях общества. Работа детского сада должна быть ориентирована на сохранение и укрепление здоровья детей. И она может считаться полноценной тогда, когда в полной мере и в единой системе реализуется здоровьесберегающие и здоровье формирующие технологии. Осуществление здоровьесберегающей деятельности в воспитательно – образовательном процессе является основным требованием к дошкольному образовательному учреждению. Образование сегодня должно быть здоровьесберегающим, направленным на формирование личности, здоровой духовно и физически, развитой интеллектуально и обладающей для этого необходимыми знаниями и навыками, типом поведения и образом мышления. Развитие культуры здорового образа жизни сегодня является одной из основных социальных потребностей детей и родителей.

В основу разработки программы лёг принцип, что здоровье ребёнка – это его полноценное существование одновременно в трёх планах – телесном, психическом и социальном, здоровье это основной жизненный ресурс ребёнка.

Программа отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДООУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий.

Законодательно – нормативное обеспечение программы:

1. Закон РФ от 29. 12.2012 № 273 ФЗ «Об Образовании в РФ»;
2. Закон РФ от 29. 04 1999 № 80 – ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»;
3. СанПин;
4. Приказ министерства Образования и науки РФ от 17. 10 2013 3 1155 № «Об утверждении федерального образовательного стандарта дошкольного образования»;
5. Приказ министерства Образования и науки РФ от 30 августа 2013.г. 3 1014 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

2. Цели и задачи Программы

Основные цели Программы:

- содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами физической культуры;
- сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Основные задачи Программы:

- укрепление здоровья;
- совершенствование двигательных навыков, физических и личностных качеств дошкольника;
- развитие творческих и познавательных способностей;
- содействие педагогам и родителям в воспитании здорового ребёнка.

Объекты программы:

- дети дошкольного образовательного учреждения;
- семьи детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение;
- педагогический коллектив образовательного учреждения.

Ожидаемые результаты:

- положительная динамика уровня здоровья воспитанников;
- осознание взрослыми и детьми понятия «здоровья» и влияния образа жизни на состояние здоровья;
- повышение уровня ориентации к современным условиям жизни;
- овладение навыками оздоровления;
- положительная динамика физического развития дошкольников;
- сформированность безопасного для здоровья поведения, потребности соблюдения гигиенических норм и правил;
- повышения уровня физического и психического здоровья.
- снижение уровня тревожности;
- развитие эмоциональной сферы, создание условий психологического комфорта для ребёнка в ДОУ;
- положительная динамика самостоятельности в двигательной активности;
- сформированность у детей дошкольного возраста необходимых функции, которые позволяют им без ущерба для здоровья и чрезмерного напряжения справляться с учёбой в школе и снизить количество детей с показателями высокого уровня тревожности и признаками школьной дезадаптации;
- повышение профессионального мастерства педагогов.

Програмно – методическое обеспечение

Название программы, технологии	Цель	Критерии освоения программы, технологии
От рождения до школы.	Укрепление физического психического здоровья, формирование основ двигательной и гигиенической культуры.	- сформированность представлений и практических умений в области гигиенической культуры; - сформированность двигательной культуры.
Парциальная оздоровительная программа «Здоровье», руководитель – В.Г. Алямовская	Воспитание ребёнка – дошкольника, зрелого физически, разносторонне развитого, инициативного, с развитым чувством собственного достоинства.	- укрепление здоровья детей, - воспитание потребности в ЗОЖ; - развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка; - создание условий для реализации потребности в двигательной активности; - выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно – оздоровительной работы.
Педагогическая технология физического совершенствования дошкольников «Игровой стретчинг» В. Н. Сулим	Коррекция нарушений осанки и глубокое оздоравливающее воздействие на весь организм	- уровень развития физических качеств; - возможность самоманипулировать своим телом; - интерес к физическим упражнениям.

3. Кадровое обеспечение реализации программы

Заведующий ДОУ	
1.	<i>Общее руководство по внедрению оздоровительной программы.</i>
2.	<i>Ежемесячный анализ реализации программы.</i>
3.	<i>Ежедневный контроль над соблюдением охраны жизни и здоровья детей.</i>
Заместитель заведующего	
1.	<i>Нормативно – правовое, программное обеспечение реализации программы.</i>
2.	<i>Проведение мониторинга.</i>
3.	<i>Контроль над реализацией программы.</i>
Инструктор по физической культуре	
1.	<i>Определение показателей двигательной подготовленности детей.</i>
2.	<i>Коррекция отклонений в физическом развитии.</i>
3.	<i>Проведение физкультурных занятий.</i>
4.	<i>Внедрение здоровьесберегающих технологий.</i>
Воспитатели	
1.	<i>Организация и проведение закаливающих мероприятий.</i>
2.	<i>Внедрение здоровьесберегающих технологий.</i>
3.	<i>Пропаганда ЗОЖ.</i>
4.	<i>Использование вариативных режимов дня.</i>
Педагог – психолог	
1.	<i>Психологическое сопровождение развития ребёнка.</i>
2.	<i>Коррекция отклонений в психическом развитии ребёнка.</i>
5.	<i>Внедрение здоровьесберегающих технологий.</i>
3.	<i>Использование методов психологической разгрузки.</i>
Повар	
1.	<i>Осуществление контроля над соблюдением технологий приготовления блюд рационального питания.</i>
2.	<i>Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания.</i>
Младшие воспитатели	
1.	<i>Соблюдение санитарно – охранительного режима.</i>
2.	<i>Помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.</i>

4. Работа с педагогами

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- Просветительская работа по направлениям программы.
- Консультации для воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций.
- Консультации для воспитателей по основам психотерапии, нейрофизиологии.
- Обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, психическом, социальном аспекте, а также методике обучения дошкольников приемам личной самодиагностики.

5. Организационные методические мероприятия

- Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ оздоровительно – развивающих программ, педагогических технологий физического совершенствования дошкольников.
- Разработка системы физического воспитания, основанной на индивидуально – психологическом подходе.
- Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в физическом и психическом развитии, а также в системы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного учреждения.
- Педагогическая диагностика уровня физической подготовленности детей: определение уровня развития физических качеств, определение степени сформированности двигательных умений, использование результатов медицинского обследования для планирования физкультурно – оздоровительной работы.
- Обеспечение условий для овладения детьми жизненно – важными двигательными навыками.
- Формирование доступных знаний в области физической культуры.
- Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- Пропаганда ЗОЖ;
- Организация деятельности детей в условиях физической рекреации: физкультурно – оздоровительные мероприятия в режиме дня, занятия, физкультурные досуги, праздники, релаксация.
- Педагогический контроль за состоянием здоровья детей в процессе занятий физическими упражнениями.

6. Реализация основных направлений программы

Направления программы	Проведённые мероприятия
Оздоровительное	
Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ	➤ Приобретение необходимого оборудования
Изучение передового опыта по оздоровлению детей	➤ Отбор и внедрение здоровьесберегающих технологий
Пропаганда здорового образа жизни	➤ Проведение консультаций, семинаров по вопросам оздоровления детей
Сохранение уровня позитивного здоровья за счёт профилактических мероприятий	➤ Реализация плана оздоровительных мероприятий
Валеологическое	
Воспитание валеологической культуры дошкольников	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Формирование у детей основ ЗОЖ ➤ Классификация здоровьесберегающих технологий ➤ Апробация здоровьесберегающих технологий ➤ Отслеживание результативности внедрения здоровьесберегающих технологий ➤ Составления перспективного планирования по валеологическому образованию дошкольников
Физическое развитие	
- Развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Использование нетрадиционных форм при проведении физкультурных занятий, досуговой деятельности. ➤ Внедрение в физкультурную работу инновационных программ и технологии для ДОУ.
- Повышение резистентности организма с помощью комплекса закаливающих процедур с использованием природных факторов.	➤ Организация в весенне – осенний период двух физкультурных занятий на воздухе.
Создание условий для формирования правильной осанки, укрепления и охраны здоровья детей.	➤ Пополнение спортивных уголков в группах физкультурным оборудованием.
Психэмоциональное благополучие	
- Создание психологически комфортного климата в ДОУ.	➤ Режим дня в ДОУ.
- Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности.	➤ Пополнение развивающего и дидактического материала в группах.
- Личностно – ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми.	➤ Беседы детьми
- Психолого – медико – педагогическая поддержка ребёнка в адаптационный период	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Организация психопрофилактической работы с детьми ➤ Осуществление адаптационных мер при переходе детей из домашней среды в ДОУ.
Коррекционное	
- Создание условий для полноценного психофизического и эмоционального развития ребёнка.	➤ Двигательно – расслабляющая релаксация, сенсомоторная релаксация.
- Формирования навыка правильной осанки, развитие мышечно – суставного чувства правильной осанки.	➤ Организация работы с использованием педагогической технологии физического совершенствования дошкольников
- Профилактика плоскостопия.	➤ Использование нестандартного оборудования, дорожек для закаливания.
- Разработка дифференцированных методов и средств устранения речевых нарушений.	➤ Внедрение инновационных методик по использованию игровой деятельности в развитии речи.
- Совершенствование методов профилактики речевых расстройств.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Использование нестандартного коррекционного оборудования. ➤ Консультационная работа с педагогами, родителями.
Комплексная диагностика	
- Наблюдение, оценка, прогноз состояния здоровья детей с целью дальнейшей организации педагогического процесса.	➤ Выявление основных направлений и системы мониторинга.

7.Физкультурное оборудование и инвентарь

Для реализации активной двигательной деятельности используются физкультурный и музыкальный зал, игровые и спортивные площадки на участках, оборудованные спортивным инвентарём.

<i>П №</i>	<i>Наименование оборудования</i>	<i>Кол личество</i>
1	Палка гимнастическая	20
2	Гантели (пластмасс).	20
3	Кегли	20
4	Скакалка детская	20
5	Ворота	2
6	Мешочки для метания	20
7	Комплект мячей-массажеров	30
8	Лента гимнастическая с кольцом	30
9	Платки цветные	30
10	Мячи резиновые (комплект)	30
11	Тоннель	1
12	Мяч прыгающий.	2
13	Дуга для подлезания	2
14	Комплект тактильных ковриков	6
15	Мат детский	2
16	Флажки разноцветные	25
17	Комплект мячей-массажеров	20
18	Прыгающий мяч с ручкой	3
19	Спорткомплекс из мягких модулей	1
20	Баскетбольная стойка с регулируемой высотой	1
21	Гимнастический набор для построения полосы препятствий и развития основных движений (в сумке)	1
22	Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	15
23	Обруч пластмассовый плоский диаметром 50 см	15
24	Мяч баскетбольный	1
25	Кольцеброс	3
26	Канат для перетягивания 6м. д-30мм.	1
27	Гантели	16
28	Корзина для мячей	2
29	Льжи	30
30	Конус	6
31	Скамья гимнастическая	2
32	Доска ребристая	1

В каждой возрастной группе оформлен физкультурный уголок, оборудованный спортивным инвентарём, нетрадиционным физкультурным оборудованием, атрибутами спортивных игр. Спортивный инвентарь отвечает технике безопасности, соответствует санитарно – эпидемиологическим нормам.

9. Планирование физкультурно – оздоровительной работы

Физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ осуществляется с учетом важнейших принципов воспитательно-оздоровительной работы – органичного сочетания воспитания и обучения в соответствии с возрастными и индивидуальными, психофизиологическими, типологическими особенностями дошкольников.

<i>Блоки</i>	<i>Содержание</i>
Физкультурный	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурные занятия: <ul style="list-style-type: none"> - традиционные; - тренировочные (на освоение основных видов движений); - игровые; - занятия по интересам (по подгруппам); - тематические; - комплексные; - традиционные; - игрового характера; - с использованием полосы препятствий; - ритмические; - сюжетные; - гимнастика после сна: <ul style="list-style-type: none"> - пробуждение под музыку; • Гимнастика в постели <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для профилактики осанки; - комплекс дыхательной гимнастики; - водные процедуры; • Двигательная разминка: <ul style="list-style-type: none"> - игровые упражнения; - танцевальные движения; - подвижные игры. • Физкультминутка: <ul style="list-style-type: none"> - общеразвивающие упражнения; - подвижная игра; - дидактическая игра с различными движениями; - танцевальные движения; - игровые упражнения. • Логоритмическая гимнастика: <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры; - дыхательная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - массаж и самомассаж; - музыкотерапия; - упражнения имитационного характера. • Праздники и развлечения. • Спортивные игры. • Игры-эстафеты. • Спортивные соревнования. • Походы. • Музыкально-ритмические сюжетно-ролевые занятия. • Самостоятельная двигательная деятельность: <ul style="list-style-type: none"> - движения с различными игрушками, пособиями; - сюжетно-ролевые игры, основанные на движениях и имеющие спортивную и оздоровительную идею; - спектакли и театрализованные представления, разработанные и поставленные на сюжет сказок и рассказов на спортивную тематику; - подвижные игры разной степени интенсивности. • Использование оздоровительных технологий на занятиях и в свободной деятельности: <ul style="list-style-type: none"> - пальчиковая и артикуляционная гимнастика, - оздоровительные игры для дошкольников.
Оздоровительный	<ul style="list-style-type: none"> • Занятия с часто и длительно болеющими детьми. • Игровой массаж. • Комплексы дыхательной гимнастики. • Гимнастика для глаз. • Воздушные ванны. • Корректирующая гимнастика. • Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня.
Познавательный	<ul style="list-style-type: none"> • Познавательные занятия по развитию представлений и навыков здорового образа жизни, интереса и любви к физической активности в рамках проектной деятельности.
Индивидуально - ориентированный	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные и подгрупповые занятия.
Информационно - консультативный	<ul style="list-style-type: none"> • С родителями. • С педагогами.
Психогигиенические мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Психодиагностика. • Элементы арттерапии. • Элементы музыкотерапии. • Элементы сказкотерапии, смехотерапии.

	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные и подгрупповые сенсорные Обеспечение благоприятного психологического в ДОУ.
Профилактический	<ul style="list-style-type: none"> • Постоянный контроль осанки, профилактика нарушений зрения, переутомлений. • Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой. • Создание системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям. • Применение комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов снятия напряжения, стрессов; • Зонирование образовательного пространства ДОУ. • Подбор мебели в соответствии с ростом детей.
Реабилитационный	<ul style="list-style-type: none"> • Коррекционная работа с детьми, имеющими нарушение осанки. • Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, слабо сформированную стопу. • Коррекция психоэмоциональной сферы.

9. Организация питания

Интеллектуальные и физические нагрузки, которые испытывает ребенок при правильном подходе к воспитанию, приводят к определенным энергозатратам, которые требуется восполнять, в том числе и за счет питания. Поэтому в организации питания мы обращаем внимание не только на санитарно-гигиенический и нормативный компоненты, но и на оздоровительный и психологический.

Оздоровительный компонент предусматривает:

- введение в меню во время полдника кисломолочных продуктов, обогащенных бифидобактериями;
- обогащение меню натуральными соками, фруктами, свежей зеленью и овощами;
- С - витаминизация 3 – го блюда;
- включаются продукты, улучшающие аппетит, повышающие иммунозащиту.

Психологический компонент связан с комфортными условиями приема пищи. Здесь важно все: качество предлагаемых детям блюд, их соответствие потребностям растущего организма, разнообразие меню, внешний вид столовой и чайной посуды и сама процедура приема пищи. Для того чтобы у ребенка не было проблем со столовыми приборами, сервировка стола должна быть полной. Во время приема пищи включается спокойная негромкая музыка. Комфортность условий приема пищи в нашем детском саду обеспечивается возможностью для детей во время еды отдохнуть, немного расслабиться и пообщаться со сверстниками. Это достигается тем, что воспитатель обедает вместе с детьми. Он своим примером показывает, как пользоваться столовыми приборами, как общаться во время приема пищи. Культура еды, культура общения, доброжелательность во время приема пищи создают условия, при которых хорошие манеры поведения за столом вырабатываются достаточно быстро и остаются достоянием человека на всю жизнь.

Основные принципы организации питания в ДОУ:

- выполнение режима питания;
- гигиена приема пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- эстетика организации питания;
- индивидуальный подход к детям во время прием пищи;
- правильность сервировки стола и расстановки мебели.

Для того чтобы соблюдались физиологические интервалы между приемами пищи дети в нашем детском саду получают 3-разовое питание. При составлении циклического меню учитывается возрастная дифференциация в питании. Масса пищи строго соответствует возрасту ребенка.

10. Система закаливания в ДОУ

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)			
		2-3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5-7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально			
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 15	до 20	до 25	до 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	до 15	до 20	до 25	до 30
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день			
Полоскание горла (рта) после еды	Закаливание водой в повседневной жизни	3-7	3-7	3-5	3-5
Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	В соответствии с действующими СанПиН			
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	5-7	5-10	7-10	7-10
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры («расширенное» умывание, обтирание или обливание стоп и голеней и др.)	5-15			

11. Двигательный режим в ДОУ

В связи с учетом особенностей двигательной активности детей дошкольного возраста в ДОУ разработана рациональная модель двигательной активности.

При разработке данной модели учитывались следующие факторы:

- удовлетворение детьми биологической потребности в двигательной активности;
- рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов деятельности, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных способностей;
- двигательная активность должна соответствовать опыту ребенка, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма – что составляет основу индивидуального подхода;
- оптимизация двигательной активности за счет дополнительных видов занятий двигательного характера с использованием нетрадиционных методик.

Модель двигательной активности

Формы организации	Особенности проведения	ранняя	младшая	средняя	старшая	Подготовительная
Утренняя гимнастика	Ежедневно в помещении и на воздухе с учетом климатических условий	4-5 минут	5-6 минут	6-8 минут	8-10 минут	10 - 12 минут
Гимнастика после сна	Ежедневно, после дневного сна	4-5 минут	5-6 минут	5-8 минут	8-10 минут	10 – 12 минут
Подвижные игры	Ежедневно на прогулке и в помещении	10 – 15 минут	15 – 20 минут	25 -30 минут	30-35 минут	35 - 40 минут
Спортивные игры	не реже 1 раза в неделю	Целенаправленное обучение педагогом				
Занятия физкультурой	Три раза в неделю	10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Спортивные развлечения	1 раз в месяц	15 минут	20 минут	20 минут	30 минут	30-35 минут
Спортивные праздники	2 раза в год	20-25 минут	20-25 минут	20-25 минут	50-60 минут	50-60 минут
День здоровья		2 раза в год				
Неделя здоровья		2 раза в год				
Самостоятельная двигательная активность		Ежедневно индивидуально и подгруппами				

Организация работы в ДОУ с ослабленными и часто болеющими детьми

Воспитательно-образовательный процесс построен на основе создания благоприятных условий для обеспечения физического и психического развития детей, эмоционального благополучия каждого ребенка, повышения его познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей. Для каждого ребенка составляется индивидуальный план оздоровления, куда вносятся все проводимые с ним мероприятия, а в конце года подводятся итоги оздоровительной работы с ослабленными и часто болеющими детьми.

Формы работы:

- семинары-практикумы;
- консультации;
- РПС;
- взаимодействие с родителями.

Родителям рекомендован план оздоровления единый с дошкольным учреждением:

- регулярные закаливающие процедуры (не прекращать их после очередного ОРЗ, а только снизить интенсивность);
- дыхательная гимнастика (постоянно);
- обязательное полоскание рта после еды;
- достаточное количество в меню фруктов и овощей по сезону, в том числе лука и чеснока;
- настойка шиповника;
- витамины в возрастной дозе.

12. Диагностика

Диагностика самостоятельности в двигательной деятельности

Данная диагностика выявляет отношение ребёнка к двигательной деятельности.

Обследование двигательной активности детей

Двигательная активность важный показатель физической подготовленности детей. Обследование двигательной активности детей проводится 2 раза в год (осень, весна) по трём параметрам (объём, продолжительность, интенсивность) в разные режимные моменты дня, (во время физкультурных занятий на прогулке, за целый день пребывания ребёнка в дошкольном учреждении).

Комплексная оценка двигательной активности детей даётся с использованием методик:

Мониторинг здоровья воспитанников

Мониторинг проводится по следующим показателям:

1. общая заболеваемость (уровень и структура);
2. процент часто болеющих детей;
3. процент детей с хроническими заболеваниями;
4. процент детей с нарушениями в состоянии здоровья, вызванными адаптацией к дошкольному учреждению;
5. распределение детей по группам здоровья;
6. процент детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях.

Критерии оценки самостоятельности дошкольников в двигательной деятельности

Компоненты самостоятельности	Уровни				
	1 (низкий)	2 (ниже среднего)	3 (средний)	4 (выше среднего)	5 (высокий)
Интерес, его направленность	Действует с физкультурно – игровым материалом без ориентации на результат	Действия направлены на достижение результата	Действия направлены на достижение результата	Действия направлены на достижение высокого результата	Действия направлены на поиск новых способов решения двигательной задачи
Способ действия (характер деятельности)	Хаотически беспорядочные, малоосознанные	Частично – поисковые, репродуктивные и мыслительные	Практические поисковые	Практические поисковые и мыслительные	Практические поисковые и мыслительные
Результаты (качество и характер)	Нет или не соответствует цели	Низкое качество. Репродуктивный характер	Качество среднее, репродуктивный характер	Качество высокое, с элементами творчества	С элементами творчества
Автономность (независимость)	Ребёнок зависит от взрослого	Автономность низкая, требуется эпизодическая помощь взрослого	Помощь взрослого только эпизодическая	Практически полная независимость	Полная независимость
Прогнозирование	Нет	Частичное	Попытки	Полное	Полное
Применение умений новых условиях	Нет	Частичное, попытка	Попытка	Имеется	Адекватное условиям
Активность (степень проявления)	Нет	Пассивная	Эпизодическая, интерес избирательный	Инициативная	Эффективная, с элементами нового
Настойчивость	Нет	Стремится к цели, достигает её при помощи взрослого	Стремится к цели, пытается преодолевать трудности, помощь взрослого косвенная	Стремится к цели, пытается сам исправить ошибки. Помощь от взрослого как стимул к поиску решения	Стремится к цели и достигает её. Преодолевает трудности самостоятельно
Отношение к себе и деятельности	Пассивное, частично безответственное. Неадекватная самооценка (завышенная или заниженная)	Пассивное частично безответственное, неадекватное самооценка (завышенное или заниженное)	Безынициативное. Отношение к себе не критичное. Самооценка завышенная	Активное, позитивное отношение к деятельности. Отношение к себе более объективное. Самооценка адекватная, у отдельных детей заниженная	Активное, позитивное отношение к деятельности. Отношение к себе более объективное. Самооценка адекватная

13. Работа с родителями

Одним из основных направлений деятельности по формированию физически и психически здорового ребенка является работа с родителями.

ЗАДАЧИ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого - педагогических проблем развития ребенка.
5. Ознакомление родителей с основами психолого-педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.
8. Обучение родителей принципам оздоровительных технологий.
9. Ориентирование родителей на ознакомление с современной литературой, программами ТВ, освещающими вопросы закалывания, систематических занятий физкультурой в домашних условиях с учетом регионального компонента.

ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ СЕМЬИ

1. Структура семьи и психологический климат.
2. Основные принципы семейных отношений.
3. Стиль и фон семейной жизни.
4. Социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желаний воспитывать ребенка.
5. Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Формы работы с родителями

Наименование	Цель использования	Формы проведения общения
Информационно - аналитические	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности	1. Проведение социологических срезов, опросов 2. «Почтовый ящик» 3. Индивидуальные блокноты
Познавательные	Ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей	1. Семинары-практикумы 2. Тренинги 3. Проведение собраний, консультаций в нетрадиционной форме 4. Мини-собрания 5. Педагогический брифинг 6. Педагогическая гостиная 7. Устные педагогические журналы 8. Игры с педагогическим содержанием 9. Педагогическая библиотека для родителей 10. Исследовательско-проектные, ролевые, имитационные и деловые игры.
Досуговые	Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями, детьми	1. Совместные досуги, праздники 2. Выставки работ родителей и детей 3. Кружки и секции 4. Клубы отцов, бабушек, дедушек, семинары, практикумы
Наглядно-информационно-ознакомительные; информационно-просветительские	Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, особенностями воспитания детей. Формирование у родителей знаний о воспитании и развитии детей	1. Информационные проспекты для родителей 2. Альманахи 3. Журналы и газеты, издаваемые ДООУ для родителей 4. Дни (недели) открытых дверей 5. Открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей 6. Выпуск стенгазет 7. Организация мини-библиотек