

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребёнка - детский сад № 15 «Берёзка»
посёлка городского типа Ильского
муниципального образования Северский район

Принята:
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 30.08 2022г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБДОУ ЦРР-ДС № 15 «Берёзка»
И. М. Дягиль
Приказ № 48 от 30.08 2022г.

Авторизованная программа

«Будь здоров!»

по формированию здорового образа жизни детей
дошкольного возраста

Разработчик:
инструктор по физической культуре
Кушинова Жанна Петровна

пгт.Ильский

№ п/п	Содержание Программы	№ страниц
№ п/п	Содержание Программы	№ страниц
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	1 – 3
	- Цели и задачи реализации Программы	3 – 4
	- Принципы и подходы к формированию Программы	4 – 5
	- Значимые для разработки программы характеристики развития детей раннего и дошкольного возраста	6 – 8
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	8 – 9
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Содержание образовательной деятельности, представленными в пяти образовательных областях	10 – 14
2.2.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	15 – 17
2.3.	Содержание образовательной деятельности разных видов и культурных практик	17 – 18
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	19 – 20
2.6.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	21 – 26
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Описание материально-технического обеспечения Программы.	27 – 32
3.2.	Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.	32 – 44
3.4.	Культурно-досуговая деятельность (особенности традиционных событий, праздников, мероприятий)	45
3.5.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	46 – 47
3.6.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.	47 – 48
	Заключение	49 – 50

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Авторизованная программа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста «Будь здоров!» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения центра развития ребенка – детского сада №15 «Берёзка» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155), с учетом основной образовательной инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М. Дорофеевой.

Разработка Программы осуществлена в соответствии с нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию:

Федеральные документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 31 июля 2020 года №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 38 «Об утверждении СанПиН» 2.4.3648-20);

- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно – эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры детского сада, со всеми детьми ДООУ для детей и молодежи

- «Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Региональные документы:

- Закон Краснодарского края «Об образовании в Краснодарском крае» от 16.07.2013 № 2770-КЗ;

- Приказ Министерства образования и науки Краснодарского края от 12.07.2013 № 3727 «Об утверждении плана введения федерального образовательного стандарта дошкольного образования в Краснодарском крае».

Документы учреждения:

- Уставом МБДОУ ЦРР-ДС №15 «Берёзка», утвержденным постановлением главы муниципального образования Северский район 12.01.2022г. №31.

В Федеральном Законе «Об образовании в Российской Федерации» среди принципов государственной политики в области образования выдвигается приоритет жизни и здоровья человека, предусматривается создание условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающихся и воспитанников. Образовательное учреждение в соответствии с существующим законодательством несет ответственность за жизнь и здоровье воспитанников во время образовательного процесса.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования физическое развитие рассматривается как одна из образовательных областей направленных на «охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе и их эмоционального благополучия».

Программа «Будь здоров!» разрабатывалась с целью обеспечения единой ситуации включения взрослых и детей в совместную деятельность по сохранению и укреплению здоровья, формированию здорового образа жизни в системе: **педагог – ребёнок – родитель**. Дети должны получить знания о возможностях своего организма, о способах поддержки своего здоровья. Педагоги должны сформировать у них убеждение, что здоровье – высшая ценность, важный фактор благополучия человека в его жизни, подтверждая это личным примером. Родители должны понять пути сохранения и укрепления физического, эмоционального, интеллектуального и духовно-нравственного здоровья своих детей.

Программа «Будь здоров!» определяет основные направления оздоровления детей в детском саду, цели, задачи, а также пути их реализации

Цель программы «Будь здоров!» - сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, улучшение медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду. Приобщение ребенка дошкольного возраста к физической культуре, спорту и сохранению своего здоровья.

Задачи программы:

- Содействовать формированию системы представлений ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре.
- Обеспечивать формирование способов физкультурно-оздоровительной деятельности

- Формировать потребность в регулярных занятиях физической культурой, воспитывать систему отношений ребенка к своему «физическому Я», здоровью как главной ценности жизни.
- Содействовать развитию субъектного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности детей 3-7 лет.

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке педагогом различных форм детской активности и инициативы, начиная с первых дней пребывания ребенка в дошкольном образовательном учреждении. От педагогического мастерства каждого воспитателя, его культуры, любви к детям зависят уровень общего развития, которого достигнет ребенок, степень прочности приобретенных им нравственных качеств. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги дошкольных образовательных учреждений совместно с семьей должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребенка.

Принципы и подходы к реализации Программы

В соответствии с ФГОС дошкольного образования Программа «Будь здоров!» построена на следующих принципах:

- *Принцип научности* предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- *Принцип систематичности и последовательности* предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- *Принцип связи теории с практикой* формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- *Принцип повторения умений и навыков* – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

- *Принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания* предполагает то, что главной целью образования становится ребенок. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- *Принцип доступности* позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- *Принцип активного обучения* обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- *Принцип коммуникативности* помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- *Принцип взаимодействия ДОО и семьи*, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- *Принцип результативности* предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Подходы к организации взаимодействия между всеми участниками образовательных отношений:

1. Культурологический и антропологический.
2. Личностно-ориентированный.
3. Средовой и деятельностный.
4. Компетентностный.

Значимые для разработки программы характеристики развития детей

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая

подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

Особенности физического воспитания и развития детей 3-4 лет.

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Особенности физического воспитания и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети

осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество.

Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию моральноволевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствием, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

Особенности физического воспитания и развития детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность. Старшие

дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества).

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

1. Формирование внимания к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания.
2. Обобщение знаний о себе, своем организме.
3. Систематизация знаний о здоровье (что полезно и что вредно).
4. Закрепление культурно – гигиенических навыков, навыков самообслуживания.
5. Овладение элементарными навыками оздоровления: самомассаж, закаливающие процедуры.
6. Оптимальные условия для развития индивидуальности ребенка через осознание своих возможностей и способностей.
7. Снижение заболеваемости, уменьшение количества дней, пропущенных по болезни.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Содержание образовательная деятельность, представленными в пяти образовательных областях

В Программе «Будь Здоров!» даны задачи психолого-педагогической работы, обеспечивающие развитие ребенка в деятельности по пяти основным направлениям: физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому:

1. «Социально-коммуникативное развитие»: создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

2. «Познавательное развитие»: активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых). Обогащать знания о двигательных режимах, видах

спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его

ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

3. **«Речевое развитие»:** побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

4. **«Художественно-эстетическое развитие»:** привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр; организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

5. Образовательная область «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

«Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением

упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения,

крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

Содержание психолого-педагогической работы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

- Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

- Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.
- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).
- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.
- Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.
- Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.
- Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».
- Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).
- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

- Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

- Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
- Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
- Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
- Знакомить детей с возможностями здорового человека.
- Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
- Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

- Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.
- Формировать представления об активном отдыхе.
- Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

- Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеет разную направленность:

- Младшим дошкольникам они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки.
- В среднем дошкольном возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу).
- В старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Формы реализации Программы «Будь здоров!»

Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
<ul style="list-style-type: none"> • Игровая беседа с элементами движений • Игра • Утренняя гимнастика • Интегративная деятельность • Упражнения • Экспериментирование • Ситуативный разговор • Беседа • Рассказ • Чтение • Проблемная ситуация 	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурное занятие • Утренняя гимнастика • Игра • Беседа • Рассказ • Чтение • Рассматривание. • Интегративная деятельность • Контрольно - диагностическая деятельность • Спортивные и физкультурные досуги • Спортивные состязания • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Проектная деятельность

Способы работы по образовательной области «Физическое развитие»

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция;
- слушание музыкальных произведений.

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Культурные практики – это обычные для ребенка (привычные, повседневные) способы бытия и взаимодействия с другими людьми.

Это также постоянные пробы новых способов и форм деятельности и поведения в целях удовлетворения разнообразных потребностей и интересов. Именно в этом: самостоятельном выборе, собственном интересе – и состоит основная образовательная ценность подобных форм и способов деятельности.

В содержание культурных практик дошкольника важной частью входит также взаимодействие со взрослыми (родителями, педагогами и другими людьми). Чем многочисленнее, разнообразнее и продуктивнее культурные практики, тем больше условий для становления образованности и культурной идентичности дошкольника. В своей совокупности они во многом определяют особенности развития, становление личности ребенка.

Соотношение видов культурных практик, их конкретное содержательное и организационное наполнение может варьироваться с учетом местных условий, запросов и пожеланий со стороны семей воспитанников, задач и возможностей образовательного учреждения, что позволяет сделать образовательный процесс более гибким и отвечающим современным социальным вызовам. В частности, в более ранние возрастные периоды

преобладают продуктивные, игровые, художественно-эстетические практики. В старшем дошкольном возрасте, особенно на этапе подготовки детей к школе усиливается роль непосредственной образовательной деятельности, которая более отчетливо обретает форму учебной практики. Более конкретные рекомендации относительно содержания и организации различных видов культурных практик педагоги и родители найдут в учебно-методических материалах, обеспечивающих реализацию программы.

Основной показатель продуктивности образовательного процесса, основанного на организации культурных практик, – культурные умения ребенка, полученные им в культурных практиках (что фиксируется педагогом с помощью обычного наблюдения, педагогического мониторинга, а также индивидуального портфолио).

Процесс овладения культурными практиками – это процесс приобретения универсальных культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде.

К основным культурным практикам относятся:

- игра;
- продуктивная деятельность;
- познавательно-исследовательская деятельность;
- чтение художественной литературы и пр.

Образовательные области	Виды детской деятельности		Формы образовательной деятельности
Физическое развитие	«Физическая культура»	Двигательная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, игровая, музыкально-художественная.	Подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры и упражнения, двигательная активность на прогулке, физкультурные занятия (Игровые, соревновательные, контрольно-диагностические), гимнастика, физкультминутки, игры-имитации, физкультурные досуги и праздники, эстафеты, соревнования, дни здоровья, туристические прогулки, экскурсии, реализация проектов.
	«Здоровье»	Двигательная, игровая, продуктивная, коммуникативная,	Игровые упражнения, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры,

		<p>трудовая, познавательно-исследовательская, музыкально-художественная, чтение худ.литературы.</p>	<p>двигательная активность на прогулке, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, реализация проектов.</p>
--	--	---	--

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В ходе реализации Программы «Будь здоров!» дошкольники получают позитивный социальный опыт создания и воплощения собственных замыслов. Дети чувствуют, что их попытки пробовать новое, в том числе и при планировании собственной жизни в течение дня, будут поддержаны взрослыми. Это возможно в том случае, если образовательная ситуация будет строиться с учетом детских интересов.

Основной задачей воспитателя при поддержке детской инициативы является создание ситуации, побуждающей детей активно применять свои знания и умения, нацеливать на поиск новых творческих решений через:

- создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
- организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;
- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
- оценку индивидуального развития детей;

Способы поддержки детской инициативы:

- рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу;
- помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;
- поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости;

- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе;
 - учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
 - поощрять желание ребенка строить первые собственные умозаключения, внимательно выслушивать все его рассуждения, проявлять уважение к его интеллектуальному труду;
 - недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть, навязывать им сюжеты игры;
 - уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
 - привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу;
- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-

исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

- любознательность (включенность в экспериментирование, простую познавательную-исследовательскую деятельность).

2.5. Особенности взаимодействия с семьями

Большое значение имеет взаимодействие педагогов и родителей по вопросам состояния здоровья ребенка. Одним из показателей качества работы педагога является ориентация на взаимодействие с семьей. Только взаимодействие всех взрослых, объединенных общей заботой о здоровье ребенка, развитие его физической подготовленности и сформированности мотивации к здоровому образу жизни, может обеспечить разумный выбор подходов к индивидуальному развитию каждого ребенка.

Решение этого вопроса требует от воспитателя грамотного подхода к информированности каждого родителя. Немаловажным фактором в подаче информации является позиция воспитателя, то под каким «углом зрения» делается сообщение, поскольку направленность общения воспитателей с родителями, является «зеркалом» работы всего коллектива. Для того чтобы при общей занятости воспитателей и родителей нашлось время для такого общения, его необходимо специально планировать, целенаправленно осуществляя информирование каждого родителя о состоянии здоровья ребенка и мероприятиях, направленных на его улучшение. В связи с этим в структуру планирования работы с семьей, включен раздел «Индивидуальные беседы и консультации с родителями». Активную роль в информированности родителей, занимают памятки для родителей, где содержится информация, направленная на решение конкретных проблем.

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами

оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

- Систематичность и последовательность работы.
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закалывающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

- Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
- Обучение родителей современным технологиям закалывания и оздоровления детей.
- Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

- Просветительское
- Культурно - досуговое
- Психофизическое Просветительское направление
- Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки)
- Анкетирование, тесты, опросы
- Беседы

- Встречи со специалистами
 - Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях) •
- Оформление фотостендов, презентаций.

Культурно - досуговое направление

- Дни открытых дверей.
- Совместные праздники и развлечения.
- Посещение родителями открытых физкультурных занятий, Психофизическое направление
- Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
- Спортивные соревнования.
- Консультации, семинары – практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени

удовлетворенности родителей оказанными образовательными услугами. Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

Семья играет главную роль в жизни ребёнка. Важность семейного воспитания в процессе развития детей определяет важность взаимодействия семьи и дошкольного учреждения. Главной должна стать атмосфера добра, доверия и взаимопонимания между педагогами и родителями.

Ориентация на индивидуальность ребенка требует тесной взаимосвязи между детским садом и семьей, и предполагает активное участие родителей в педагогическом процессе.

Очевидно, что именно помощь родителей обязательна и чрезвычайно ценна. Потому что, во-первых, родительское мнение наиболее авторитетно для ребенка

и во-вторых, только у родителей есть возможность ежедневно закреплять формируемые навыки в процессе живого, непосредственного общения со своим малышом.

Задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- Изучение и распространение положительного семейного воспитания.
- Ознакомление родителей с основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, семинары – практикумы, консультации.
- Включение родителей в совместную работу по оздоровлению детей.

Перспективный план взаимодействия с родителями

Дата (месяц)	Физкультурно-оздоровительная работа	Организационно-массовая работа		Взаимодействие с родителями
		Спортивная работа	Праздники, досуги	
сентябрь	Проведение организованной образовательной деятельности по физкультуре на улице. Проведение мониторинга по физической подготовленности в группах.	Подготовка к проведению оздоровительного комплекса упражнений и подвижных игр.	Проведение оздоровительного комплекса упражнений, дыхательной гимнастики, подвижных и сортивных игр	Выступление на родительских собраниях «Задачи и содержание воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию»

октябрь	Проведение на прогулке вместе с воспитателями игровых упр-ний с элементами спортивной игры. Проведение мониторинга уровня физической подготовленности детей.	Подготовка к празднику «Осенний марафон»	Проведение «Осеннего марафона» (средняя, старшая подгот. группы) Совместный забег родителей и детей	Приглашение родителей для участия в спортивном празднике. Раздача листовок Профилактика гриппа.
ноябрь	Проведение мастер класса гимнастика пробуждения, воздушных ванн, бега по массажным коврикам. Семинар по теме «Нестандартное оборудование в спортивно-оздоровительной работе с детьми»	Разучивание комплекса зарядок и эстафет	Утренняя зарядка совместно с родителями на свежем воздухе	Консультация «Развиваем физические качества дошкольников»
декабрь	Подбор материала для проведения подвижные игры, зимние игры-забавы. игровых упр., направленных на развитие ловкости у детей	Разучивание эстафет и конкурсов подготовка к спортивнооздоровительному досугу «Зимние забавы»	Проведение семейного Спортивно-оздоровительного досуга «Зимние забавы» (подготовит. группа)	Консультация для родителей «Зимние игры и забавы для детей»
январь	Использование Нестандартного оборудования в спортивнооздоровительной работе с детьми	Подготовка к мастер классу, изготовление нестандартного оборудования	Мастер класс с применением нестандартного оборудования по профилактике ОРВИ	Консультация для родителей «Закаливание с рождения!»
февраль	Проведение подвижных игр на прогулке	Подготовка к спортивно-оздоровительному досугу команды детей подготовительных групп.	Спортивный досуг «А ну-ка парни» совместно с родителями посвященный Дню Защитника Отечества	Консультация и раздача листовок для родителей «Формирование навыков правильной осанки»

март	Соблюдение двигательного режима в течение дня, помощь воспитателям при организации и соблюдении двигательного режима.	Разучивание эстафет и конкурсов подготовка к спортивно-оздоровительному досугу	Спортивный досуг «Вечер подвижных игр с мамой»» (подгот. гр.)	Консультации для родителей «Физкультура с мамой»
апрель	Обследование детей. Проведение общей зарядки на улице ко «Дню здоровья»	Разучивание эстафет подготовка к веселым стартам, участие в городской спортивной олимпиаде среди ДОУ	Семейный спортивный праздник «Спорт, здоровье, радость, смех- наша сила и успех. «КВЕСТ» в рамках недели здоровья (подгот. гр.), спортивный досуг в младшей группе «Как быть здоровым»	Консультация и раздача буклетов для родителей «Основы формирования ЗОЖ» Фотовыставка для родителей об участии детей в спортивных соревнованиях.
май	Проведение физкультурных занятий на улице различного типа.	Подготовка к Велопробегу совместно с родителями	Проведение Велопробега посвященному Дню победы	Итоги тестирования детей по физической подготовленности во всех группах.
июнь	Проведение оздоровительного бега, физкультурнооздоровительная работа, и подвижные игры в летний период.	Разучивание эстафет и конкурсов	Спортивномузыкальный праздник «День защиты детей»	Фотовыставка для родителей: «Вот так мы закаляемся и спортом занимаемся!»
Июль	Проведение игр и забав на улице	Подготовка к веселым стартам	Спортивно-музыкальное развлечение для родителей и детей посвященных дню семьи любви и верности	Консультация и раздача листовок для родителей правила безопасности в период летнего отдыха

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы «Будь здоров!»

Материально-техническое обеспечение программы соответствует: санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам; правилам пожарной безопасности; возрасту и индивидуальным особенностям развития детей.

Состояние материально-технической базы ДОУ соответствует педагогическим требованиям современного уровня образования, требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта.

В соответствии с ФГОС, материально-техническое обеспечение программы «Будь здоров!» включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

Для реализации программы в дошкольном учреждении имеются следующие условия:

- медицинский кабинет, изолятор, оснащенные необходимым медицинским оборудованием;
- физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарем. методическая литература для организации эффективной двигательной активности детей, развития основных видов движений;
- физкультурный зал для занятий корригирующей гимнастикой и занятий с использованием тренажеров с детьми подготовительной физкультурной группы;
- комната психологической разгрузки и релаксации;
- кабинет психолога;
- в каждой возрастной группе имеются спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- в каждой возрастной группе имеется нестандартное оборудование для проведения профилактических и закаливающих мероприятий в группе (после сна, на утренней гимнастике, в самостоятельной деятельности детей и т.д.);
- на территории детского сада создана спортивная площадка, которая оборудована спортивными снарядами, тренажерами, спортивный теневики и стадион: беговая дорожка с полиуретановым покрытием, футбольное поле, спортивный комплекс, прыжковая яма, бумы, баскетбольные кольца, щиты для метания, дорожка здоровья.

Материально-техническое оснащение образовательного процесса:
интерактивная доска, интерактивный стол, ноутбуки; аудиоустройство:

- Комплект видеоматериалов: фильмы, мультфильмы, слайды, фотографии по здоровьесбережению и здоровому образу жизни;
- Наглядно – дидактические пособия: «Виды спорта», «Овощи», «Фрукты», «Одежда», «Олимпийское движение»;
- Дидактический, демонстрационный и раздаточный материал: карточки, игровые наборы, компьютерные игры;
- Комплект музыкального сопровождения;

Оборудование для занятий физической культурой: мячи, набивные мячи, мячи – хопы, скакалки, обручи, кегли, кубики, ленточки, платочки, султанчики, флажки, гантели, гимнастические скамейки, гимнастические палки, гимнастические лестницы, лестница – стремянка, мягкие модули, маты, кочки, массажные дорожки, балансиры, «рукоходы», тренажеры, атрибуты для спортивных игр.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В нашем дошкольном отделении имеется следующее оборудование:

Направление образовательной деятельности	Вид помещений	Оснащение
Двигательная деятельность		
<i>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости и координации). Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).</i>	Физкультурный зал, игровые помещения всех групп, участок учреждения	– оборудование для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ползания и лазания и общеразвивающих упражнений; – картотеки подвижных игр; – атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.) – игровые комплексы – материалы, учитывающие интересы мальчиков и девочек.
<i>Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</i>	Физкультурный зал, игровые помещения всех групп, участок учреждения	– оборудование для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ползания, лазания и общеразвивающих упражнений; – настольно-печатные игры («Виды спорта» «Олимпийские чемпионы» и др.); – игры на ловкость (кегли, кольцоброс и т.д.); – атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); – игровые комплексы – качели, карусели
<i>Сохранение и укрепление физического и психического</i>	Все пространство учреждения, участок учреждения	– развивающие игры; – художественная литература; – игры на ловкость; – дидактические игры на развитие психический

здоровья детей.		<p>функций (мышления, внимания, памяти, воображения);</p> <ul style="list-style-type: none"> – оборудование для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ползания и лазания и общеразвивающих упражнений; – картотеки подвижных игр; – атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); – игровые комплексы
<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков.</i>	Все пространство учреждения, участок учреждения	<ul style="list-style-type: none"> – алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков; – художественная литература; – игрушки – настольные игры соответствующей тематики; – иллюстративный материал, картины, плакаты.
<i>Формирование представлений о здоровом образе жизни</i>	Все помещения групп, участок учреждения	<ul style="list-style-type: none"> – иллюстративный материал, картины, плакаты; – настольные игры соответствующей тематики; – художественная литература для чтения детям и рассматривания самими детьми; – игрушки – предметы оперирования; – физкультурно-игровое оборудование; – оборудование для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ползания, лазания и общеразвивающих упражнений; – картотеки подвижных игр.
<i>Формирование представлений о здоровом образе жизни</i>	Все помещения групп, участок учреждения	<ul style="list-style-type: none"> – иллюстративный материал, картины, плакаты; – настольные игры соответствующей тематики; – художественная литература для чтения детям и рассматривания самими детьми; – игрушки – предметы оперирования; – физкультурно-игровое оборудование; – оборудование для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ползания, лазания и общеразвивающих упражнений; – картотеки подвижных игр.
<i>Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости и координации). Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными</i>	Физкультурный зал, игровые помещения всех групп, участок учреждения	<ul style="list-style-type: none"> – музыкальный центр; – оборудование для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ловли, ползания и общеразвивающих упражнений; – картотеки подвижных игр; – картотека «Игры, которые лечат»; – игры на ловкость (кегли, «Поймай рыбку» и т.д.);

движениями)		<ul style="list-style-type: none"> – атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); – игровые комплексы (горка); – качели, карусели; – материалы, учитывающие интересы мальчиков и девочек.
-------------	--	---

Кадровые условия реализации Программы «Будь здоров!»

Реализация Программы обеспечивается руководящими, педагогическими, учебно - вспомогательными, административно - хозяйственными работниками.

В штатное расписание ДОО включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию программы «Будь здоров!»:

Директор Учреждения:

- общее руководство по внедрению программы «Будь здоров!»;
- ежемесячный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Зам. директора по ВМР:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Будь здоров!»;
- проведение мониторинга (совместно с педагогами);
- контроль за реализацией программы «Будь здоров!».

Зам. директора по АХР:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в Учреждении;
- создание материально – технических условий;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно – гигиенических условий

Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).
- внедрение здоровьесберегающих технологий профилактика отклонений физического развития включение в физкультурные занятия:

- упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
- дыхательных упражнений
- облегченная одежда детей
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- пропаганда здорового образа жизни

Воспитатели, учитель-логопед

- внедрение и реализация здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- дыхательная гимнастика;
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - закаливания
 - дыхательной гимнастики
 - самоассажа

упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки

- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей

Младший воспитатель:

- соблюдение санитарно – охранительного режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

Медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- составление индивидуального плана реабилитации; □ гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- дыхательная гимнастика.
- пропаганда здорового образа жизни
- организация рационального питания детей

3.2. Организация режима

Физкультурно-оздоровительное направление образовательной деятельности осуществляется с учетом календарного планирования воспитателей, текущей ситуации в группе, а так же на основе инициатив детей.

В соответствии с СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»:

- продолжительность ООД не более 15 минут для детей от 3 до 4 лет, не более 20 минут для детей от 4 до 5 лет, не более 25 минут для детей от 5 до 6 лет, не более 30 минут для детей от 6 до 7 лет), перерыв между ООД не менее 10 минут (таблица 6.6)

- продолжительность прогулок не менее 3 часов (таблица 6.7)

- продолжительность дневного сна не менее 2,5 часов (таблица 6.7)

- суммарный объем двигательной активности, не менее 1 часа/день (таблица 6.7)

Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3- 4 часов.

Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного цикла должна занимать не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям (ЛФК, массаж, и другие) регламентируют индивидуально в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.

Требования к организации занятий по физическому воспитанию

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5 – 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 – 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей следует использовать оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Оценка эффективности физического развития осуществляется на основе динамики состояния здоровья детей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

Эффективность занятия по физической культуре зависит не только от его содержания и организации, но и от санитарно-гигиенических условий, в которых оно проводится. Проверку условий и санитарно-гигиенического состояния мест проведения занятий (групповые участки, спортивная площадка, физкультурный зал), физкультурного оборудования и инвентаря, спортивной одежды и обуви осуществляют директор, зам директора по ВМР, зам.директора по АХР, инструктор по физической культуре, медсестра.

Температура воздуха в помещении, где организуются занятия, должна быть 19-20°C. Перед проведением занятия проводится сквозное и угловое проветривание и влажная уборка. Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении. Широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года допускается в присутствии детей. Для соблюдения температурного режима, во время занятия, при необходимости, должны быть открыты фрамуги, форточки. На занятиях дети занимаются в

спортивной одежде (спортивная майка, трусы-шорты, носочки, обувь на светлой резиновой подошве).

С детьми второго и третьего года жизни непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию осуществляют по подгруппам воспитатели 2-3 раза в неделю. С детьми второго года жизни ее проводят в

групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию детей с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

Анализ физкультурно-оздоровительной работы в детском саду

В соответствии с ФГОС дошкольного образования задачи образовательной области «Физическое развитие» включают:

— приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;

— формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, — овладение подвижными играми с правилами;

— становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

— становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Таким образом, мы выделили два направления образовательной работы по физическому развитию дошкольников:

1) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;

2) физическая культура, развитие физических качеств.

В детском саду созданы благоприятные условия для физкультурно-оздоровительной работы с детьми: физкультурный зал, спортивная площадка, физкультурные уголки в каждой группе.

Для оздоровления детей используются все природные факторы: солнце, воздух, вода, земля. Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год, но их вид и методика меняются в зависимости от сезона и погоды.

Приём детей. Создание условий, гигиенические процедуры, беседы с родителями о здоровье детей, термометрия (в группах раннего возраста и при карантинах).

Утренняя гимнастика вовлекает весь организм ребенка в деятельное состояние, углубляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ, поднимает эмоциональный тонус, воспитывает внимание, целеустремленность, вызывает положительные эмоции и радостные ощущения,

повышает жизнедеятельность организма, дает высокий оздоровительный эффект.

Проводится ежедневно до завтрака, на воздухе или в помещении (в зависимости от экологических или погодных условий).

Физкультминутки проводятся в середине образовательной деятельности, снимают утомление и активизируют мышление детей, повышают умственную работоспособность. Занятия в музыкально-спортивном зале (два раза в неделю) 1 раз на прогулке по расписанию.

Эффективность занятий по физической культуре осуществляется за счет правильного распределения детей на подгруппы в зависимости от уровня физического развития. Используются различные варианты физкультурных занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные – интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями). Занятия проводятся по расписанию инструктором по физической культуре и воспитателями.

Организация детей на прогулку. С целью предупреждения перегревания, детского организма в детском саду организована помощь в одевании детей на прогулку на группах раннего и младшего дошкольного возраста. Воспитатель выходит на прогулку с подгруппой детей, которые оделись быстрее. Другую подгруппу на прогулку сопровождает помощник воспитателя.

Подготовка ко сну, сон включает в себя: гигиенические процедуры; полоскание рта после приема пищи (старший дошкольный возраст); во время укладывания детей на сон педагоги рассказывают или читают детям произведения художественной литературы, слушают спокойную музыку;

Гимнастика после дневного сна. Гимнастика после сна — это комплекс упражнений, которые обеспечивают нерезкий переход от спокойствия к бодрствованию. В каждой группе имеется картотека игровых упражнений для корригирующей гимнастики после сна. В групповой комнате дети под музыку

(или без музыки) выполняют упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки. Заканчивается комплекс дыхательными упражнениями.

Здесь же происходит закаливание организма - воздушные ванны (хождение босыми ногами по коррелирующим дорожкам). Так же используются самодельные массажные коврики как средство профилактики плоскостопия.

Модель организации физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОУ

Дошкольный возраст (3 – 7 лет)

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготов. группа	Особенности организации
Физкультурные мероприятия					
Утренняя гимнастика	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	Ежедневно (в благоприятные погодные условия – на свежем воздухе)
Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5 мин	5 мин	5-7 мин	5-7 мин	Ежедневно, с преобладанием статистических поз
Физкультминутка	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин	Во время занятий, по мере необходимости
Подвижные физические упражнения	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	Ежедневно, во время прогулки
Спортивные игры	-	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю
Гимнастика после сна	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10 мин	Ежедневно, по мере пробуждения
Коррекционная, развивающая работа (развитие физических качеств, овладение основными видами движений)	10-15 мин	20 мин	25 мин	30 мин	2 раза в неделю, во второй половине дня, на вечерней прогулке
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами				
Организованные виды образовательной деятельности					
НОД физической культурой	15 мин	20 мин	25 мин	25-30 мин	2 занятия в неделю в спортивном зале; 1 – во время прогулки на спортивной площадке.

Музыкально-ритмическая деятельность(часть НОД)	3-5 мин	5 мин	7-10 мин	10 мин	2 НОД в неделю, музыкально-ритмические упражнения, игры, хороводы
Физкультурно-массовые мероприятия					
Физкультурные досуги	15-20 мин	20 мин	25-30 мин	30-35 мин	1 раз в месяц
Физкультурные праздники	20-25 мин	25-30 мин	50—60 мин	50—60 мин	2-3 раза в год
Неделя здоровья					Апрель
Совместная физкультурная работа учреждения и семьи					
Заседания детско-родительского клуба «К здоровой семье через детский сад»	30-40 мин	30-40 мин	40-50 мин	50-60 мин	1 раз в квартал с родителями и воспитанниками одновозрастных групп
Участие родителей в семейных соревнованиях, физкультурных праздниках, Неделе здоровья	Согласно годовому планированию, но не реже 4-5 раз в год				

Организация закаливающих процедур:

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность в минутах			
		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	10	10	10	10
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями Босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков	15	20	25	30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15	до 20	до 25	до 30
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание световоздушной ванны с учетом погодных условий	2 раза в день по 1ч. 40 минут - 2 часа			

Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических и индивидуальных особенностей ребенка	В соответствии с действующими нормами СанПиН			
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5-7	5-10	7-10	7-10
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры	5-15			

Организации физического воспитания направлена на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и другие.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Перспективное планирование по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста

Сроки	Тема	Вид деятельности	Содержание
Сентябрь	«Ребенок и здоровье»	Занятие	«Помоги Незнайке сберечь здоровье»
		Опытно-исследовательская деятельность	Пройти небольшое расстояние с развязанными шнурками
		Экскурсия	В медицинский кабинет
		Беседа	«Как я буду заботиться о своем здоровье»

		Чтение	К. Чуковский «Доктор Айболит». Пословицы
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Кому что нужно?»
		Подвижные игры	Игры по желанию детей
		Продуктивная деятельность	Аппликация «Строим детскую больницу»
		Развлечения	«Доктор Айболит», «Мишка заболел», «Волк и семеро козлят»
Октябрь	«Полезные продукты»	Занятие	«Фрукты полезны взрослым и детям»
		Опытно- исследовательская деятельность	Определение продуктов по вкусу
		Экскурсия	На пищеблок
		Беседа	«О здоровой пище»
		Чтение	Г. Зайцев «Приятного аппетита», Ю. Тувим «Овощи», М. Безруких «Разговор о правильном питании». Загадки об овощах и фруктах
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи», «Разложи на тарелках полезные продукты»
		Подвижные игры	Игры по желанию детей
		Творческие игры	«Огуречик»
		Продуктивная деятельность	Рисование «Что за яблочко – спелое, наливное», «Хозяйка однажды с базара пришла ...», «Лепка, аппликация: «Консервируем овощи и фрукты»
Развлечения	«Праздник урожая»		
Ноябрь	«Личная гигиена»	Занятие	«Чтобы быть здоровым»
		Опытно- исследовательская деятельность	Опыты со снегом (качество талой воды)
		Экскурсия	На прачку
		Беседа	«Чистота и здоровье»
		Чтение	Г. Зайцев «Дружи с водой», К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая», С. Бялковская «Юля-чистюля», З. Александрова «Купание», Потешки: «Водичка, водичка», «Расти, коса, до пояса». Загадки

		Дидактические игры и упражнения	«Таня простудилась», «Сделаем куклам разные прически», «Вымоем куклу», «Правила гигиены»
		Творческие игры	«Парикмахерская»
		Продуктивная деятельность	Аппликация: «Мыло пенится в корыте, Мы стираем, посмотрите!»
		Развлечения	«Девочка чумазная»
Декабрь	«Тело человека»	Занятие	«Тело человека»
		Опытно-исследовательская деятельность	Определение частоты сердечных сокращений до и после бега. Определение роли отдельных органов: пройти с закрытыми глазами, послушать, зажав уши; дотянуться до игрушки, стоящей на некотором расстоянии; попрыгать, побегать, не сгибая колени, взять предмет одной рукой с зажатými в кулачки пальцами
		Чтение	С. Прокофьев «Румяные щечки», Н. Саксонская «Где мой пальчик?», Е. Пермяк «Про нос и язык», С. Маршак «Почему у человека две руки и один язык», «Один и два», Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», В. Бондаренко «Язык и уши». Загадки
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Запомни движение», «Что мы видели – не скажем, а что делали - покажем»
		Подвижные игры	«Сделай фигуру», «Затейники»
		Продуктивная деятельность	Аппликация «Цвета радуги»
		Развлечения	Спортивный досуг «Сердце свое сберегу – сам себе помогу»
Январь	«Витамины и здоровый организм»	Занятие	«Витамины и полезные продукты»
		Опытно-исследовательская деятельность	Посадка лука
		Беседа	«Полезное-не полезное»
		Чтение	Л. Зильберг «Полезные продукты», К. Чуковский «Федорино горе», К. Кузнецов «Замарашка», Г. Зайцев «Крепкие-крепкие зубы»
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Угадай на вкус», «Назови правильно»

		Продуктивная деятельность	Рисование: «В нашем саду растут витамины». Лепка: «Заходите в гости к нам, витамины я вам дам». Аппликация: «Бедный зайчик заболел, ничего с утра не ел»
		Развлечения	«Витамины растут на ветке, витамины растут на грядке»
Февраль	«Ребёнок на улице города»	Занятие	«Безопасность на дорогах»
		Экскурсия	В центр безопасности движения
		Беседа	«Всем ребятам надо знать, как по улице шагать, «Если ты потерялся»
		Чтение	В. Лебедев-Кумач «Про умных зверюшек», С. Михалков «Моя улица», «Дядя Степа – милиционер», В. Клименко «Зайка-велосипедист», «Происшествие с игрушками»
		Подвижные игры	«Цветные автомобили», «Воробушки и автомобили», «Ловкий шофер»
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«О чем говорит светофор»
		Творческие игры	«Автобус», «Путешествие по поселку»
		Продуктивная деятельность	Аппликация: «Стоп, машина! Тише ход! На дороге пешеход»
		Развлечения	Кукольный спектакль «Незнайка на улице города»
Март	«Будем спортом заниматься»	Занятие	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»
		Экскурсия	На стадион
		Беседа	«Кто спортом занимается»
		Чтение	Загадки
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Назови вид спорта», «Собери пазл»
		Творческие игры	Физкультурное занятие в детском саду
		Продуктивная деятельность	Рисование: «Мы делаем зарядку»
		Развлечения	Досуг «Мы со спортом дружим»
Апрель	«Врачи – наши помощники»	Занятие	«Айболит в гостях у детей»
		Экскурсия	Медицинский кабинет
		Беседа	«Мы были в гостях у врача»
		Чтение	Е. Шкловский «Как лечили мишку», «Осторожно – лекарство», «Как вести себя во время болезни»
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Если кто-то заболел»

		Творческие игры	«Аптека»
		Продуктивная деятельность	Рисование: «Я хочу быть здоровым, Я очень спешу. Помогите мне, знаки, Попасть к врачу»
		Развлечения	«Если ты заболел», «Советы доктора Айболита». День здоровья
Май	«Опасные предметы»	Беседа	«Я знаю, что можно, что нельзя», «Безопасность в нашей группе»
		Чтение	С. Маршак «Пожар». Загадки
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«Источники безопасности», «Игра – дело серьезное»
		Творческие игры	«Семья», «Больница», «Аптека»
		Развлечения	«Медведи в гостях у детей»
Июнь-август	«Опасности вокруг нас»	Беседа	«В мире опасных предметов», «Безопасность при общении с животными», «Как общаться с незнакомыми животными», «Кошки и собака – наши соседи», «Лекарственные растения», «Съедобные и несъедобные грибы»
		Чтение	Г. Новицкая «Дворняжка», А. Дмитриев «Бездомная кошка». Загадки и др.
		Дидактические, развивающие игры и упражнения	«На прогулке», «Что, где растет», «По грибы». Упражнение «Определение растений по запаху»
		Творческие игры	Семья (поездка в лес, в зоопарк)
		Развлечения	Рисование, лепка: «Мое домашнее животное». Аппликация: «Грибы съедобные и несъедобные»

3.4. Культурно-досуговая деятельность

Культурно-досуговые мероприятия – неотъемлемая часть в деятельности дошкольного учреждения. Организация праздников, развлечений, детских творческих дел способствует повышению эффективности воспитательно-образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Для организации традиционных событий используется комплексно-тематическое планирование образовательного процесса, которое составляется исходя из интересов и потребностей детей, необходимости обогащения детского опыта и интегрируют содержание, методы и приемы из разных образовательных областей.

При составлении планирования учитывается сезонность времен года, православный и народный календарь, а так же государственные праздники. Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольной организации. Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей.

Традиции, сложившиеся в МБДОУ ЦРР ДС №15 «Березка»

Мероприятие	Тема	Периодичность	Сроки
«Малые олимпийские игры»	Оценка индивидуального развития детей	2 раза в год	Сентябрь, май
Спортивные соревнования	«Папа, мама, я - спортивная семья»	1 раз в год	Ноябрь
Дни здоровья		2 раза в год	Ноябрь, апрель
День защитников Отечества		1 раз в год	Февраль
День семьи	Посвященное Международному Дню семьи	1 раз в год	Ноябрь

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Под понятием среды подразумевается окружающая обстановка природного, социально-бытового и культурно-эстетического характера.

Образовательная среда в детском саду предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства.

Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическом и духовном развитии в целом.

Современное понимание развивающей предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Основные требования к организации развивающей предметно-пространственной среды

МБДОУ ЦРР-ДС №15 «Берёзка» не предъявляет каких-то особых специальных требований к оснащению развивающей предметно-пространственной среды помимо требований, обозначенных в ФГОС ДО,

Программа «Будь здоров!» реализуется с использованием оснащения, которое уже имеется в дошкольной организации, главное, соблюдать требования ФГОС ДО и принципы организации пространства, обозначенные в Программе.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала:

- содержательно-насыщенная, развивающая;
- трансформируемая;
- полифункциональная;
- вариативная;
- доступная;

- безопасная;
- здоровьесберегающая;
- эстетически-привлекательная.

Пространство спортивного зала организуется в виде разграниченных зон, оснащенных большим количеством развивающего спортивного оборудования, которое безопасно и доступно детям. Оснащение уголков меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала выступает как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

3.6. Обеспеченность методическими материалами

№ п\п	Наименование литературы
1.	ФГОС Физическая культура в детском саду, младшая, средняя, подготовительная, старшая группа. Л.И.Пензулаева.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015
2.	ФГОС Сборник подвижных игр. Э.Я.Степаненкова - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015
3.	ФГОС Малоподвижные игры и игровые упражнения. М.М.Борисова.-М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015
4.	ФГОС Ребенок третьего года жизни. Под ред. С.Н.Теплюк. - М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015
5.	ФГОС Пензулаев а Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет.
6.	ФГОС Теплюк С. Н. Игры-занятия на прогулке с малышами. Для работы с детьми 2–4 лет.
7.	Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
8.	Степаненкова. Э. Я. Сборник подвижных игр
9.	Теплюк С. Н. Игры-занятия на прогулке с малышами
10.	Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. - М., 1983.
11.	Алямовская В. Г. Технология разработки базовой и профильной оздоровительной программы // Дошкольное образование, 2005.

12.	Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н., Саулина Т. Ф. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. - М., АРКТИ, 2001.
13.	Беззубцева Г. В., Ермошина А. М. В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 3-7 лет в спортивном зале и сценарии спортивных праздников по мотивам детских сказок и мультфильмов. - М., Издательство ГНОМид, 2003.
14.	Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. - М. : Мозаика-Синтез, 2005.
15.	Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства. Дошкольное воспитание № 1 / 2004.
16.	Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. - М. : АРКТИ, 2005.
17.	Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства. Дошкольное воспитание № 1 / 2004.
18.	Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми. - М. : Просвещение, 2003
19.	Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ методическое пособие. -М. ТЦ Сфера, 2007
20.	Голицына Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007
21.	Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века -М. АРКТИ,2000
22.	Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы, пути оптимизации Материалы Всероссийского совещания.-М.: ГНОМ, 2001.
23.	Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие. М., 2005
24.	Серия «Мир в картинках». Спортивный инвентарь.
25.	Серия «Рассказы по картинкам»: Зимние виды спорта; Летние виды спорта; Распорядок дня.
26.	Серия «Расскажите детям о...»: зимних видах спорта; Олимпийских играх; олимпийских чемпионах.
27.	Плакаты: Зимние виды спорта; Летние виды спорта

В МБДОУ ЦРР ДС №15 «БЕРЕЗКА» используются подписные издания «Растём вместе», «Дошкольная педагогика», «Дошкольное воспитание», «Здоровье дошкольника», «Инструктор по физкультуре», «Ребёнок в детском саду», «Обруч», «Учимся играя», «Медицинское обслуживание и организация питания в ДОУ», др.

Заключение:

Программа «Будь здоров!» - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей в соответствии с федеральным государственным стандартом.

Разрабатывая программу «Будь здоров!», мы стремились к тому, чтобы система оздоровления и физического воспитания, включала инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям.

Программа: «Будь здоров!» это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

Развитие детей обеспечивается за счёт создания предметно-развивающей среды и реализации определённых педагогических здоровьесберегающих технологий.

Программа «Будь здоров!» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

Созданная в МБДОУ ЦРР-ДС №15 «Берёзка» система работы позволяет нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей, в формировании у

родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду. Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность образовательной деятельности, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это дает положительный эффект в нашей работе: у большинства детей уже наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

Рецензия

на авторизованную программу «Будь здоров!» по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста

Автор программы: Кушнова Жанна Петровна, инструктор по физической культуре, специалист высшей квалификационной категории

Программа «Будь здоров!» по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста относится к образовательной области «Физическое развитие» и соответствует ФГОС ДО. Программа предназначена для детей 3-7 лет.

В пояснительной записке четко обосновываются актуальность, цель, задачи программы, принципы, методические рекомендации. Содержание программы носит практико-ориентированный характер.

Программа представлена в полном объеме: профессионально, системно, грамотно. Цели, задачи и способы их достижения согласованы. Язык и стиль изложения автором четкий, ясный, доказательный.

Программа является актуальной, так как её содержание направлено на воспитание у дошкольников стремления к здоровому образу жизни. Проблемы здоровья дошкольников всегда актуальны, а практический и методический материал программы, направленный на повышение уровня здорового образа жизни воспитанников, всегда будет востребован родителями.

Ведущей концептуальной идеей программы, является создание условий для укрепления здоровья детей на основе использования занимательных, нетрадиционных методов. Программа соответствует специфике дошкольного образования детей и способствует: развитию мотивации к регулярным занятиям физкультурой; формированию потребности в здоровом образе жизни и воспитанию дружеских взаимоотношений между детьми

В программе рассматриваются основные направления работы по оздоровлению детей, раскрываются современные формы, методы и средства организации физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников. Использование различных методик, позволяют использовать в работе как традиционные методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов, родителей

Реализация данной программы позволит обучать детей основам здорового образа жизни в занимательной форме на всех этапах: в ходе разминки, в комплексе общеразвивающих упражнений, в игровых упражнениях, в подвижных играх, на физкультурных развлечениях.

Программа «Будь здоров!» адресована и может быть применена в оздоровлении воспитанников воспитателями, специалистами ДО, а также родителями в становлении ценности здорового образа жизни.

Руководитель МКУ МО
Северский район «ИМЦ»



Е.В.Ганина