

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка «Детский сад № 141» город Барнаул**

**ПРОЕКТ
«ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»**

Введение

Жизнь и здоровье человека – общепризнанные, высшие ценности, которые являются приоритетом в решении задач воспитания, обучения и развития личности. За последние 10 – 15 лет происходит неуклонное снижение уровня здоровья, особенно детского населения РФ. В этой ситуации необходимо изменение отношения человека к своему здоровью и здоровью окружающих. Как отмечают специалисты валеологи, пассивные попытки поддержания имеющегося уровня здоровья должны быть заменены активным подходом к его формированию и совершенствованию; повышению уровня физического, психического здоровья и социального благополучия людей. Формирование такого отношения начинается с дошкольного детства. Этот процесс должен иметь активный характер, быть направлен на все стороны жизни ребенка в детском саду и семье. Его нельзя сводить только к двигательной активности, или какой-то другой стороне физической культуры. Необходимо с раннего возраста закладывать положительное эмоциональное отношение ребенка к здоровью, подходить комплексно к решению задач физического воспитания, осуществлять преемственность со следующими ступенями образования.

Противоречия между социальным заказом и сегодняшним состоянием системы дошкольного образования, между реальным дошкольным учреждением и его нормативной моделью вывели специалистов на путь инновационных преобразований педагогического процесса, разных сторон деятельности.

В связи с этим проведенный многосторонний анализ результатов педагогического процесса определил основные направления в работе с детьми дошкольного учреждения:

- ориентация на физически и психически здоровую личность детей дошкольного возраста;
- создание благоприятного эмоционального климата в образовательном процессе;
- обеспечение преемственности в работе дошкольного учреждения и семьи в оздоровлении и развитии детей.

В следствие чего, приоритетным направлением МБДОУ ЦРР «Детский сад №141» (далее МБДОУ), является физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста. **Цель деятельности** - формирование психически и физически здоровой личности, готовой к адекватному взаимодействию с собой, другими людьми, окружающим миром во всех его проявлениях.

Для реализации цели определены следующие **задачи**

1. Обосновать собственную теоретико-методологическую позицию построения содержания и технологий физкультурно-оздоровительной работы, проходящей через весь образовательный процесс в дошкольном учреждении.

2. Выстроить планирование системы физкультурно-оздоровительной работы на основе:

- оздоровительной направленности всех видов деятельности детей в режиме дня;
- систематичности, последовательности, постепенности в процессе решения задач физического воспитания;
- комплексной направленности содержания, форм, методов и средств физкультурно-оздоровительной работы;
- органичной связи физического воспитания с другими направлениями воспитания дошкольников;
- единства воспитательных воздействий; индивидуализации системы мер физического воспитания детей.

3. Обеспечить интеграцию всех специалистов, направленную на разработку и решение приоритетной задачи развития дошкольного учреждения.

4. Создать регулируемые, последовательные, преемственные связи в работе педагогического коллектива и семьи.

5. Обеспечить систематическую связь МБДОУ с оздоровительными учреждениями, учреждениями образования, другими социальными институтами, с целью совместного решения задач физкультурно-оздоровительной работы.

На основании этого в дошкольном учреждении были выделены **принципы** построения оздоровительной работы:

1. Принцип ориентации педагогического процесса на воспитание ценностного отношения ребенка к своему здоровью, здоровью окружающих. Принцип означает постоянство внимания педагога к отношению детей к своему здоровью, здоровью окружающих и воспитание отношения к здоровью как ценности, через активную деятельность дошкольников.

2. Принцип оздоровительной направленности всех видов деятельности детей в режиме дня – предполагает организацию режима дня, питания, всех видов деятельности детей на основе здоровьесберегающих технологий. Все стороны образовательного процесса должны быть построены с учетом психофизиологических возможностей детей, при рациональном распределении нагрузок.

3. Принцип комплексной направленности содержания, форм, методов и средств физкультурно-оздоровительной работы – означает, что все виды физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении осуществляются в единстве, предполагают целостное, всестороннее использование содержания, форм, методов и средств физического воспитания, оздоровления, профилактики, реабилитации детей. При реализации этого принципа необходимо единство в воспитании отношений детей к своему здоровью, развитию двигательных умений, навыков детей, готовности и позитивного отношения к движениям, гимнастике, закаливанию, ЛФК и др. видам оздоровления.

4. Принцип систематичности, последовательности, постепенности в процессе решения задач физкультурно-оздоровительной работы предполагает построение всей работы в единой системе, во всех возрастных группах, с участием всех специалистов.

5. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка в организации и осуществлении физкультурно-оздоровительной деятельности. Возрастной подход предусматривает изучение уровня актуального развития ребенка, анатомических, физических, психических, личностных возможностей каждого возраста и построение на этой основе образовательного процесса. Индивидуальные особенности, накладываясь на возрастные, определяют своеобразие каждой личности, индивидуальную траекторию оздоровительной, физкультурной, профилактической, реабилитационной работы.

6. Принцип органичной связи физкультурно-оздоровительной работы с другими направлениями воспитания дошкольников – указывает на значимость решения задач физкультурно-оздоровительной работы в единстве с задачами нравственного, интеллектуального, эстетического, трудового, экологического воспитания. Физкультурно-оздоровительная деятельность органично включается в работу всех специалистов МБДОУ, при взаимосвязи с семьей.

7. Принцип диалогичности предопределяет характер взаимодействия всех участников педагогического процесса. В основе такого взаимодействия лежит диалог как форма общения. Действие этого принципа возможно при восприятии каждого участника педагогического процесса, физкультурно-оздоровительной деятельности как субъекта, обладающего признаками активности, самостоятельности, творчества, инициативы, индивидуальности. При таком подходе к взаимодействию участников педагогического процесса создается положительная эмоциональная атмосфера, позволяющая ребенку благоприятно развиваться психологически и физически.

Выделенные принципы являются основными в решении поставленных физкультурно-оздоровительных задач дошкольного учреждения.

В течение 2015 года нами был проведен анализ системы физкультурно-оздоровительной работы, накопленного практического и теоретического материала. На основании этого вывел творческую группу педагогов на создание проекта физкультурно-оздоровительной программы «**Здоровый дошкольник**», на период 2015-2020 год. Разработано положение о координационном совете по проекту оздоровительной программы (приложение 1). Эта работа по проекту программы позволит создать комплекс необходимых организационных, психологических, медицинских, педагогических условий для осуществления поставленной приоритетной задачи дошкольного учреждения – сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей, педагогов, родителей.

Разработанный проект оздоровительной программы включает пять разделов:

- «Диагностика исходного состояния здоровья и психического развития детей»
- «Организация двигательной активности детей»
- «Оздоровительно-профилактическая деятельность»
- «Психогигиена и психопрофилактика в педагогическом процессе »
- «Условия обеспечения оздоровительного режима деятельности дошкольного учреждения»

Содержание обозначенных разделов раскрывает логику работы педагогического коллектива в области оздоровительной работы.

В основу опыта легла Концепция дошкольного воспитания, Концепция построения развивающей среды в МБДОУ, Программа воспитания и обучения детей в детском саду «От рождения до школы» под редакцией Е.Н. Вераксы, Т.С. Комарова, М.А. Васильевой, использование современных программ и технологий передового педагогического опыта.

В дошкольном учреждении для оздоровительной работы были созданы определенные условия

- музыкальный зал оснащен спортивный современным физкультурным инвентарем;
- спортивная площадка оборудована разнообразными тренажерами;
- в группах оформлены островки для самостоятельной двигательной активности детей.

Для эффективной и планомерной работы создается и постоянно модернизируется дидактическая база, разрабатываются модели оптимизации двигательного режима детей, накапливается фонд оздоровительных мероприятий, консультаций для педагогов и родителей, выстраиваются картотеки, систематизирующие опыт физического воспитания в детском саду.

Двигательная деятельность осуществляется в регламентированной форме

- физкультурные занятия;
- утренняя гимнастика;
- динамический час;
- закаливающие мероприятия;
- праздники и развлечения.

Комплексное решение задач физического воспитания и развития осуществляется через систематичность, последовательность и преемственность в работе всех специалистов.

Режим работы обеспечивает распределение равномерной нагрузки на детей в течение дня, с учетом их психофизиологических особенностей.

В дошкольном учреждении утвердились традиции

- дни открытых дверей для родителей;
- ежегодная осеннее-весенняя спортивная олимпиада с участием детских садов и детей первоклассников общеобразовательной школы № 37;

- родительский клуб «Здоровый дошкольник», обсуждающий вопросы воспитания, обучения и развития детей при участии компетентных специалистов;
- литературные чтения с участием педагогов, детей и родителей;
- участие в праздниках микрорайона;
- детские экскурсии;
- проведение праздников и развлечений с участием родителей.

Дошкольным учреждением осуществляются взаимодействия с образовательными учреждениями

- АлтГПА;
- АКИПКРО;
- Алтайским Краевым врачебно-физкультурным диспансером;
- ЦДК Железнодорожного района;
- Краевой спортивной школой;
- домом творчества Железнодорожного района г. Барнаула;
- средней общеобразовательной школой № 37;
- городской детской библиотекой им. К.И. Чуковского;
- детской музыкальной школой № 8;
- детской поликлиникой № 6.

Системное решение базовых задач образовательного процесса позволит

- снизить заболеваемость дошкольников во всех возрастных группах;
- повысить сопротивляемость организма детей к вирусным заболеваниям;
- смягчить процесс адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения;
- развить у детей ловкость, быстроту, выносливость, потребность в двигательной активности;
- сформировать основные движения, скоординировать имеющиеся проблемы здоровья детей (исключая наследственные хронические заболевания);
- воспитать положительное эмоциональное, ценностное отношение детей к своему здоровью, здоровью окружающих, к физической культуре и спорту;
- эффективно реализовывать задачи всестороннего воспитания, обучения, развития детей раннего и дошкольного возраста;
- сформировать физический компонент готовности детей к школьному обучению, являющийся основой создающим для других компонентов готовности.

**Анализ деятельности по проекту программы за 2014-2015 год
показал следующие результаты работы**

- Обоснование собственной теоретико-методологической позиции в понимании принципов, целей, комплекса условий, содержания, технологий физкультурно-оздоровительной работы, проходящий через весь образовательный процесс в дошкольном учреждении.
- Осуществление единого планирования физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении с участием всех специалистов.
- Планирование системы физкультурно-оздоровительной работы на основе принципов: оздоровительной направленности всех видов деятельности детей в режиме дня; систематичности, последовательности, постепенности в процессе решения задач физического воспитания; комплексной направленности содержания, форм, методов и средств физкультурно-оздоровительной работы; органичной связи физического воспитания с другими направлениями воспитания дошкольников; принцип единства воспитательных воздействий.
- Увеличение роли медицинской службы в решении задач профилактической, реабилитационной работы в дошкольном учреждении.
- Построение управленческой системы в дошкольном учреждении на основе принципов диалогичности, мотивационной обеспеченности физкультурно-оздоровительной деятельности, последовательности, взаимосвязи и сотрудничества управляющей и управляемой систем.
- Совершенствование предметно-пространственной среды физического воспитания и развития участников педагогического процесса (в групповых комнатах, спортивном и музыкальном залах, уличных площадках дошкольного учреждения).
- Повышение компетентности педагогов в вопросах планирования, организации, системной диагностики и анализа хода и результатов физкультурно-оздоровительной работы, своевременной его коррекции в течение года.
- Создание регулируемых, последовательных преемственных связей в работе педагогического коллектива и семьи.
- Обеспечение систематической связи МБДОУ с оздоровительными учреждениями, учреждениями образования, другими социальными институтами, с целью совместного решения оздоровительных задач. Таким образом, разработанный проект программы «Здоровый дошкольник» предполагает систематизировать физкультурно-оздоровительную работу, ориентируя педагогов, команду управленцев детского сада на обеспечение функционирования и развития МБДОУ как целостной педагогической системы, развитие

которого зависит от новых форм, технологий, инноваций, экспериментально-исследовательской работы педагогов.

Этапы реализации проекта программы «Здоровый дошкольник» на период 2015-2020 год

1. Организационный этап (2015-2016 учебный год) предполагает:
 - Создание организационной основы для реализации программы «Здоровый дошкольник»
 - Прогнозирование положительных результатов, основных затруднений, возможных на основном и аналитическом этапах, продумывание вариантов их выполнения
 - Модульные физкультурно-психологические нововведения в педагогическую систему МБДОУ с учетом ее традиций, материально-финансового, информационно-методического потенциала
2. Деятельностный этап (2015-2017 учебный год) - цель которого, обеспечение в процессе работы с детьми диагностической, оздоровительной, развивающей, коррекционной деятельности на основе принципов оздоровительной направленности:
 - Систематичности
 - Последовательности
 - Постепенности в процессе решения задач физического воспитания
 - Комплексной направленности содержания, форм, методов и средств физкультурно-оздоровительной работы
 - Органичной связи физического воспитания с другими направлениями воспитания дошкольников
 - Единства воспитательных воздействий
 - Индивидуализации системы мер физического воспитания детей
 - Интеграции и координации физкультурно-оздоровительной работы (приложение 2)
3. Заключительный – обобщающий (2017-2020 учебный год), направлен:
 - На комплексную диагностику промежуточных и итоговых результатов по разделам проекта программы
 - Качественное и количественное обоснование, коррекцию действий педагогического коллектива, построение плана дальнейшей работы по всем направлениям, определение перспектив развития физкультурно-оздоровительной работы МБДОУ
 - Дальнейшее выполнение и совершенствование программы, оценка ее эффективности

Основное содержание разделов проекта программы «Здоровый дошкольник»

РАЗДЕЛ 1. Диагностика исходного состояния здоровья и психического развития детей всех возрастных групп

Цель: выявление уровня физического и психического развития детей дошкольного возраста, определение критериев диагностики результатов физкультурно-оздоровительной работы.

1. Систематический контроль динамики антропологических показателей, регистрируемых медицинским персоналом - карты здоровья .
2. Анализ физической подготовленности детей (уровень сформированности основных движений - ходьба, бег, лазание, метание, прыжки; развитость физических качеств - ловкость, быстрота, выносливость и др.
3. Ведение индивидуального «Паспорта здоровья ребенка», отражающего все особенности и характеристики ребенка.
4. Оценка уровня заболеваемости детей во всех возрастных группах в течение года (приложение 3)

РАЗДЕЛ 2. Организация двигательной активности детей

Цель: повышение двигательной активности детей через организацию комплекса мероприятий оздоровительной направленности.

1. Комплексы общих развивающих упражнений, направленных на развитие физиологических систем и биохимических процессов организма.
2. Систематическое проведение утренней гимнастики.
3. Целенаправленная организация занятий во всех возрастных группах детского сада.
4. Физическая нагрузка в помещении детского сада и на воздухе (занятия, подвижные игры, прогулки за территорию дошкольного учреждения и др.)
5. Спортивные игры и упражнения на воздухе, в спортивном зале.
6. Проведение спортивных праздников, развлечений, эстафет в одной, нескольких разных возрастных группах.
7. Включение физкульт-минуток, психогимнастик в структуру занятий (приложение 4)
8. Кружковая работа - кружок ритмической гимнастики «Грация» (приложение 5)
9. Создание организационно-педагогических условий для нерегламентированной двигательной активности детей (приложение 6)

10. Организация оздоровительной направленности физкультурных занятий:

а) 2\3 всех движений, входящих в содержание занятия, имеют циклический характер;

б) все нагрузки, предлагаемые детям, дозированы по частоте сердечных сокращений (ЧСС);

в) в структуру занятий включены специальные дыхательные упражнения, упражнения на развитие координации движений;

г) занятия содержат паузы, дающие возможность мышечного расслабления, и моменты, повышающие эмоциональное состояние детей;

д) занятия предусматривают периоды самостоятельной двигательной деятельности.

РАЗДЕЛ 3. Оздоровительно-профилактическая деятельность

Цель: организация работы на повышение уровня соматического здоровья детей дошкольного возраста.

Блок 1. Проведение физиолечения, массажа, витаминной и лекарственной терапии; применение адаптогенов (элеутерококк, сироп шиповника).

Блок 2. Реализация системы закаливания, как тренировка терморегуляции организма (приложение 7)

1. Соответствие одежды ребенка температуре воздуха в группе, на улице.

2. Регулярное проветривание групповых помещений (температура воздуха в группах не более 18-20 градусов).

3. Босохождение на физкультурных занятиях во всех возрастных группах в течение года, в летний период на улице по «Тропе здоровья».

4. Проведение закаливающих мероприятий: полоскание горла, ходьба босиком по мокрым, солевым дорожкам, закаливающее носовое дыхание, дыхательная гимнастика, обширное умывание, контрастное обливание конечностей, обтирание и обливание в летний период времени, точечный массаж и сухое обтирание в холодные периоды года и др.

5. Оздоровительная физкультура по профилактике и коррекции плоскостопия у детей (приложение 8)

6. Просветительская работа с персоналом МДОУ и родителями (принципы организации, формы, методы закаливания, особенности его организации в теплое и холодное время года, специфика проведения закаливающих мероприятий в разных возрастных группах).

Блок 3. Организация сна детей как способа восстановления жизненных сил.

1. Обеспечение необходимых временных промежутков для сна детей.

2. Создание санитарно-гигиенических условий, температурного режима.
3. Своевременность и регулярность сна.
4. Дифференциация условий сна в соответствии со временем года.
5. Индивидуальный подход к укладыванию и подъему детей.
6. Использование при укладывании способов релаксации, саморасслабления и самоотвлечения.

Блок 4. Обеспечение рационального питания детей, соответствующего характеру обмена веществ в организме и особенностям переработки пищи в желудочно-кишечном тракте

1. 4-кратный прием пищи.
2. Распределение суточного рациона по энергетической ценности (25%, 30-35%, 15-20%, 20%).
3. Максимальное разнообразие меню в течение каждого месяца.
4. Разработка сезонного меню.
5. Сервировка стола в соответствии с правилами этикета.

Блок 5. Воспитание привычек здорового образа жизни

1. Формирование умений и навыков самообслуживания.
2. Развитие культурно-гигиенических навыков.
3. Создание к старшему дошкольному возрасту четкого понимания важности ведения здорового образа жизни, формирование установки на его реализацию в своей жизнедеятельности и семье.

РАЗДЕЛ 4. Психогигиена и психопрофилактика в педагогическом процессе

Цель: обеспечение условий для комфортного пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

1. Обеспечение гибкого режима дня.
2. Комфортность для ребенка окружающих условий, периодическая сменяемость обстановки.
3. Благоприятная эмоциональная атмосфера в группе, в дошкольном учреждении.
4. Контроль самочувствия и настроения ребенка. Своевременная коррекция.
5. Музыкальное сопровождение различных видов деятельности, оказывающее психоэмоциональное оздоровительное влияние на детей и взрослых.
6. Использование в педагогическом процессе элементов аутотренинга (частичное или полное мышечное расслабление).
7. Реализация в целях психопрофилактики средств физического воспитания (массаж, водные процедуры, специальные оздоровительные игры и др.).

8. Консультации психолога и медицинского работника об актуальности этого раздела программы для педагогов и родителей (приложение 9)

РАЗДЕЛ 5. Условия обеспечения оздоровительного режима деятельности дошкольного учреждения

Цель: организация цикличности занятий, отдыха, двигательной активности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

1. Регулирование нагрузки в течение дня согласно биологическим ритмам детей:

а) двигательной активности с преобладанием циклических упражнений;

б) умственной нагрузки;

в) положительных эмоциональных впечатлений.

2. Обучение персонала, проведение семинаров и консультаций для педагогов, по оздоровлению дошкольников.

3. Пополнение материально технического обеспечения спортивного зала, тренажерного зала, физкультурных уголков, спортивной площадки.

Заключение

Разработанный проект программы «Здоровый дошкольник», предполагает собой попытку авторов систематизировать накопленный теоретический и практический материал по оздоровлению детей, ориентируя педагогов и родителей на обеспечение оптимального функционирования развития МБДОУ по выбранному приоритетному направлению, как целостной системы и на моделирование перспективного видения нового МБДОУ, развитие которого зависит от новых форм, технологий, инноваций, экспериментально-исследовательской работы педагогов.

**ПОЛОЖЕНИЕ
О КООРДИНАЦИОННОМ СОВЕТЕ
по проекту программы «Здоровый дошкольник»**

1. Общие положения:

1.1. Положение о Координационном Совете проекта программы МБДОУ ЦРР «Детский сад №141» регулирует деятельность координационного совета программы (КС), как педагогической структуры, осуществляющей деятельность по переводу дошкольного образовательного учреждения на приоритетное направление по физкультурно-оздоровительной работе.

1.2. Координационный Совет представляет собой объединение специалистов МБДОУ ЦРР «Детский сад №141».

1.3. Координационный Совет осуществляет комплексное, системное, постоянное руководство разработкой и внедрением проекта программы осуществляет организационную, психолого-педагогическую, методическую, управленческую, координационную и интеграционную деятельность в соответствии с программой, обеспечивает своевременный контроль и коррекцию работы специалистов в рамках плана развития образовательного учреждения.

1.4. Координационный Совет является самостоятельным объединением педагогов МБДОУ и не имеет статуса юридического лица. Члены КС выполняют соответствующую работу в рамках основного рабочего времени, имеющих функциональных обязанностей, корректируя план развития в соответствии с запросами родителей, воспитанников и получаемыми результатами педагогического процесса.

1.5. Деятельность Координационного Совета распространяется на период работы по проекту программы «Здоровый дошкольник» и составляет промежуток с 2015-2020 гг. Решение о продлении срока действия проекта программы развития образовательного учреждения, ее дальнейшей разработки и совершенствовании принимает Совет педагогов МБДОУ ЦРР «Детский сад №141».

1.6. Координационный Совет в своей деятельности руководствуется федеральными законами, Законом РФ "Об образовании", постановлениями и распоряжениями Правительства РФ, Конвенцией ООН о правах ребенка, постановлениями Комитета по образованию администрации края, Уставом МБДОУ и настоящим Положением.

2. Цели и задачи Координационного Совета:

2.1. Целью деятельности Координационного Совета является комплексное, системное руководство разработкой, внедрением и реализацией в педагогическом процессе проекта программы «Здоровый дошкольник»

2.2. Задачи Координационного Совета составляют:

- определение приоритетного направления развития дошкольного образовательного учреждения;
- постановка целей и задач его деятельности на последующие 5 лет с конкретизацией специфичности целей и задач каждого этапа развития МБДОУ;
- выявление организационных, педагогических, психологических, методических, материально-технических и других условий оптимизации образовательного процесса в соответствие с приоритетным направлением развития МБДОУ;
- осуществление организационной, психолого-педагогической, методической, управленческой, координационной и интеграционной деятельности в соответствии с разработанной программой;
- обеспечение своевременного контроля, оценки и коррекции работы специалистов МБДОУ в рамках проекта программы каждый год;
- подготовка и ведение документации, отражающей динамику деятельности МБДОУ в рамках проекта программы;
- организация взаимодействия участников педагогического процесса в реализации проекта программы;
- внесение предложений на Совет педагогов о продолжении (или завершении) деятельности по проекту программы;
- разработка перспективных линий развития дошкольного учреждения по истечении срока действия программы.

3. Организация деятельности и состав Координационного Совета

3.1 КС утверждается приказом заведующей МБДОУ.

3.2 Общее руководство КС возлагается на заведующую МБДОУ.

3.3.КС работает во взаимодействии с педагогическим коллективом ДОУ, с органами управления образованием.

3.4.Построение проекта программы развития дошкольного учреждения осуществляется с ориентацией на современные научно-педагогические исследования в данном направлении совершенствования педагогической практики дошкольного образования.

3.5.КС определяет цели и задачи деятельности педагогического коллектива на каждый год в рамках приоритетного направления развития, составляет план работы специалистов и других участников педагогического процесса, реализующих программу развития.

3.6.КС осуществляет системное управление, координацию и интеграцию деятельности МБДОУ в режиме развития.

4. КС готовится следующая документация:

4.1.Проект программа «Здоровый дошкольник» на период 2015 – 2020

4.2. Проблемный анализ состояния МБДОУ с точки зрения реализации плана его развития в течение 5 лет действия проекта программы;

4.3. Теоретические и методические материалы, обеспечивающие реализацию приоритетного направления развития МБДОУ;

4.4. Диагностические материалы, отслеживающие результативность реализации проекта программы развития МБДОУ.

4.5. КС имеет постоянный состав: председатель КС – заведующая ДОУ, старший воспитатель, психолог, логопед, педагоги дополнительного образования. К работе могут привлекаться другие специалисты на договорной основе.

4.6. КС и педагогический коллектив несут ответственность за системное, комплексное обеспечение работы МБДОУ в соответствии с нормативными документами, регламентирующими деятельность в сфере дошкольного образования.

Совет осуществляет комплексное, системное, постоянное руководство разработкой и внедрением проекта программы осуществляет организационную, психолого-педагогическую, методическую, управленческую, координационную и интеграционную деятельность в соответствии с программой, обеспечивает своевременный контроль и коррекцию работы специалистов в рамках плана развития образовательного учреждения.

Приложение 2

План действий педагогического коллектива по реализации задач физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ ЦРР «Детский сад №141» на 2015-2020 год

Задачи	Проводимые мероприятия	Ответственные
I. Обеспечение функциональности, динамичности оздоровительной программы «Здоровый дошкольник»	1. Заседание педагогического коллектива. Цель: Выбор координационного совета, определение механизма его деятельности.	Заведующий, Старший воспитатель
	2. Анкетирование педагогов детского сада, «Каким я вижу МБДОУ сегодня и завтра».	Заведующий, Старший воспитатель
	3. Анкетирование «Детский сад глазами родителей».	Воспитатели групп
	4. Родительские собрания во всех возрастных группах по ознакомлению с целями, задачами и этапами реализации программы развития.	
	5. Производственное совещание «Интеграция и координация сотрудников в процессе разработки и реализации программы развития МБДОУ».	Заведующий, Старший воспитатель
II. Обеспечение реализации проекта необходимыми кадрами	1. Обмен опытом. «Создание развивающей среды в группе». Анализ имеющегося опыта по организации физкультурно-оздоровительной работы в группах .	Совет педагогов
	2. Курсы повышения квалификации педагогов.	Старший воспитатель
	3. Посещение методических объединений района и города с целью повышения квалификации педагогических кадров.	Старший воспитатель
	4. Заседание Координационного Совета с целью оценки необходимости внесения кадровых изменений.	Заведующий

Задачи	Проводимые мероприятия	Ответственные
<p>III. Обеспечение научно-практических, психолого-педагогических преобразований проводимых в МБДОУ</p>	<p>1. Круглый стол «Концепция физкультурно-оздоровительной деятельности в МБДОУ».</p>	<p>Старший воспитатель, Инструктор по физической культуре</p>
	<p>2. Семинар «Пути создания психологической комфортности ребенка в МБДОУ» с привлечением специалистов ЦДК.</p>	<p>Старший воспитатель, психолог</p>
	<p>3. Консультация для педагогов «Организация уголков психологической разгрузки в группах дошкольного учреждения».</p>	<p>Старший воспитатель</p>
	<p>4. Анализ и самоанализ работы педагогов, с точки зрения, решения задач ориентационного этапа программы развития МБДОУ.</p>	<p>Педагогический коллектив МБДОУ</p>
	<p>5. Диагностика физического развития детей всех возрастных групп. 6. Диагностика «Как я чувствую себя в группе, в детском саду». Обсуждение результатов. 7. Коррекция педагогического взаимодействия.</p>	<p>Инструктор по физической культуре, воспитатели</p>
	<p>8. Заседание Координационного Совета по вопросам создания комплекса психолого- педагогических, медицинских условий реализации физкультурно - оздоровительного подхода в педагогическом процессе.</p>	<p>Заведующий</p>
	<p>9. Круглый стол «Возможности разных видов деятельности МБДОУ в реализации физкультурно - оздоровительного подхода с учетом возраста, индивидуальности, уровня здоровья детей».</p>	<p>Координационный Совет, воспитатели</p>
	<p>10. Консультации для родителей разных возрастных групп по организации физкультурной оздоровительной работы в семье.</p>	<p>Воспитатели</p>

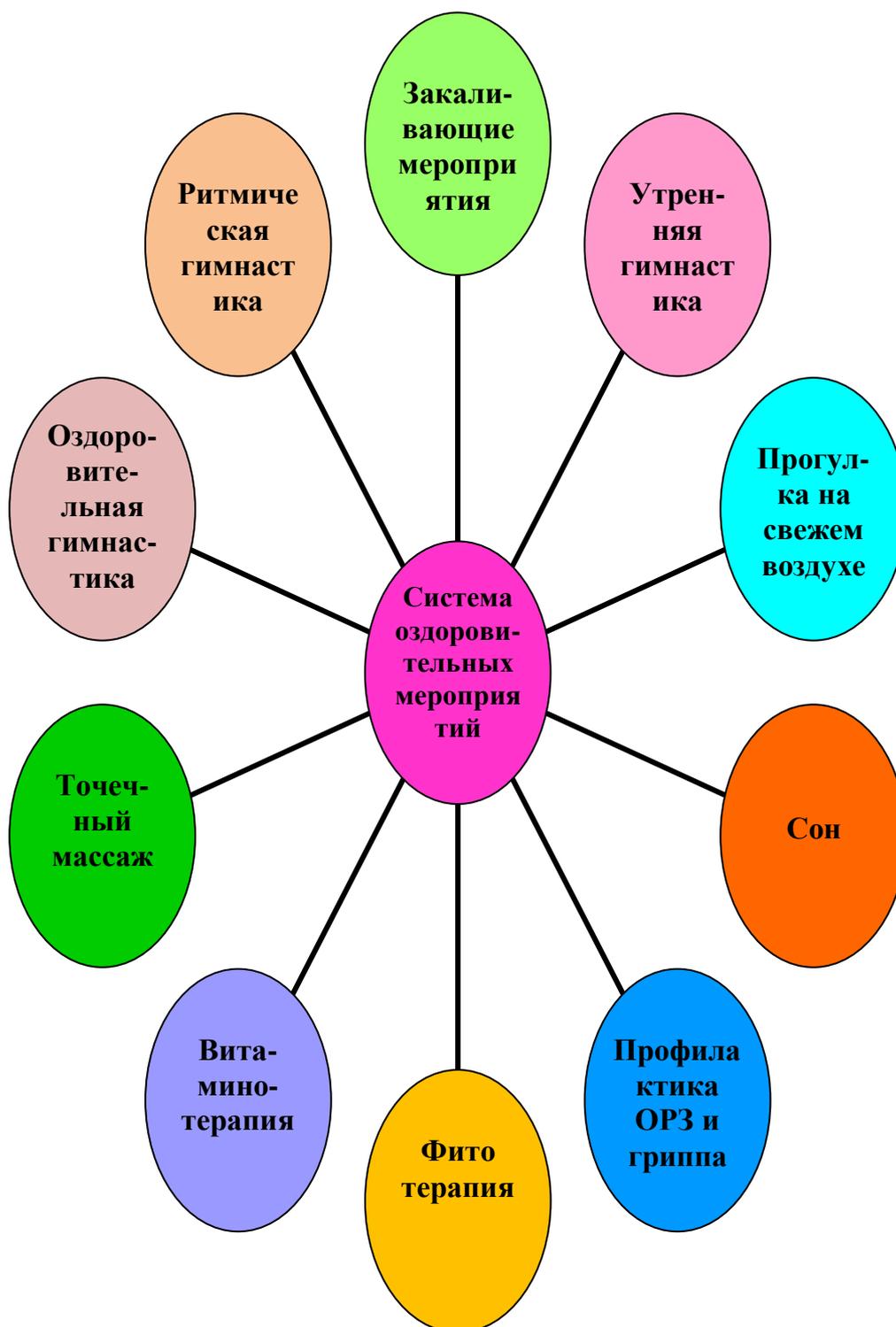
Задачи	Проводимые мероприятия	Ответственные
	11. Рекомендации для воспитателей по организации двигательного режима в течение дня.	Инструктор по физической культуре
	12. Смотр предметно-развивающей среды с точки зрения реализации физкультурно-оздоровительного подхода в МБДОУ, возможностей накопления ребенком опыта самореализации, саморазвития и самоактуализации.	Старший воспитатель, Совет педагогов
	13. Заседание Координационного Совета «Возможности педагогов дополнительного образования в обеспечении физкультурной оздоровительной работы в детском саду».	Координационный Совет
IV. Внедрение методических и информационных изменений в обеспечение реализации программы	1. Научно-методическое пополнение педагогического кабинета по направлению «Физкультурной оздоровительная работа в МБДОУ и семье».	Заведующий, старший воспитатель
	2. Комплексное, перспективное планирование педагогического процесса в МБДОУ с учетом приоритетного направления деятельности.	Старший воспитатель
	3. Создание библиотеки для детей и родителей.	Заведующий, старший воспитатель
	4. Выставки литературы, методических материалов, рекомендаций, обеспечивающих реализацию физкультурной оздоровительной деятельности в МБДОУ.	Старший воспитатель, педагогический коллектив
	5. Обмен опытом работы по реализации физкультурной оздоровительной работы в районе, городе.	Координационный совет

Задачи	Проводимые мероприятия	Ответственные
<p>V. Организация работы с детьми, формирование у них ценностей здорового образа жизни</p>	<p>1. Систематическое проведение закаливающих мероприятий, согласно разработанным схемам. 2. Проведение диагностики физической подготовленности детей. 3. Проведение физкультурных занятий в спортивном зале и на спортивной площадке. 4. Коррекционная работа с детьми по профилактике плоскостопия. 5. Работа кружка ритмической гимнастики «Грация». 6. Организация и проведение «Осенней олимпиады» «Недели здоровья» «Летней спартакиады» Музыкально – спортивных праздников.</p>	<p>Воспитатели, инструктор по физической культуре, старший воспитатель</p>
<p>VI. Воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи</p>	<p>1. Родительские собрания в группах: «Здоровый дошкольник». «Закаливание дошкольника в домашних условиях». «Здоровье без лекарств». 2. Консультации для родителей. 3. Праздники и развлечения с участием родителей. «День защиты детей».</p>	<p>Воспитатели, инструктор по физической культуре, старший воспитатель</p>
<p>VII. Оптимизация сферы управления в ДОУ</p>	<p>1. Анализ деятельности МБДОУ за период с 2015- 2020 гг.</p>	<p>Заведущий, старший воспитатель, воспитатели, руководитель по физическому воспитанию</p>
	<p>2. Системное управление всеми видами деятельности в МБДОУ с точки зрения осуществления физкультурно – оздоровительного подхода.</p>	<p>Заведующий</p>

Задачи	Проводимые мероприятия	Ответственные
	3. Регулярное информирование участников педагогического процесса о деятельности МБДОУ по приоритетному направлению развития («Родительская почта», информационные уголки и др.).	Координационный совет
	4. Заседание попечительского совета по теме " Семья и МБДОУ в реализации физкультурно – оздоровительной работы».	Заведующий
	5. Презентация МБДОУ «Создание психолого-педагогических условий для физического и психического развития дошкольника».	Заведующая, координационный совет
	6. Проблемно-ориентированный анализ деятельности МБДОУ за период 2015-2020 гг.	Координационный совет
	7. Заседание Координационного Совета по построению плана работы педагогического коллектива по программе развития.	Координационный совет

Системный подход оздоровительной работы с детьми в дошкольном

Система оздоровительных мероприятий в МБДОУ ЦРР «Детский сад №141»



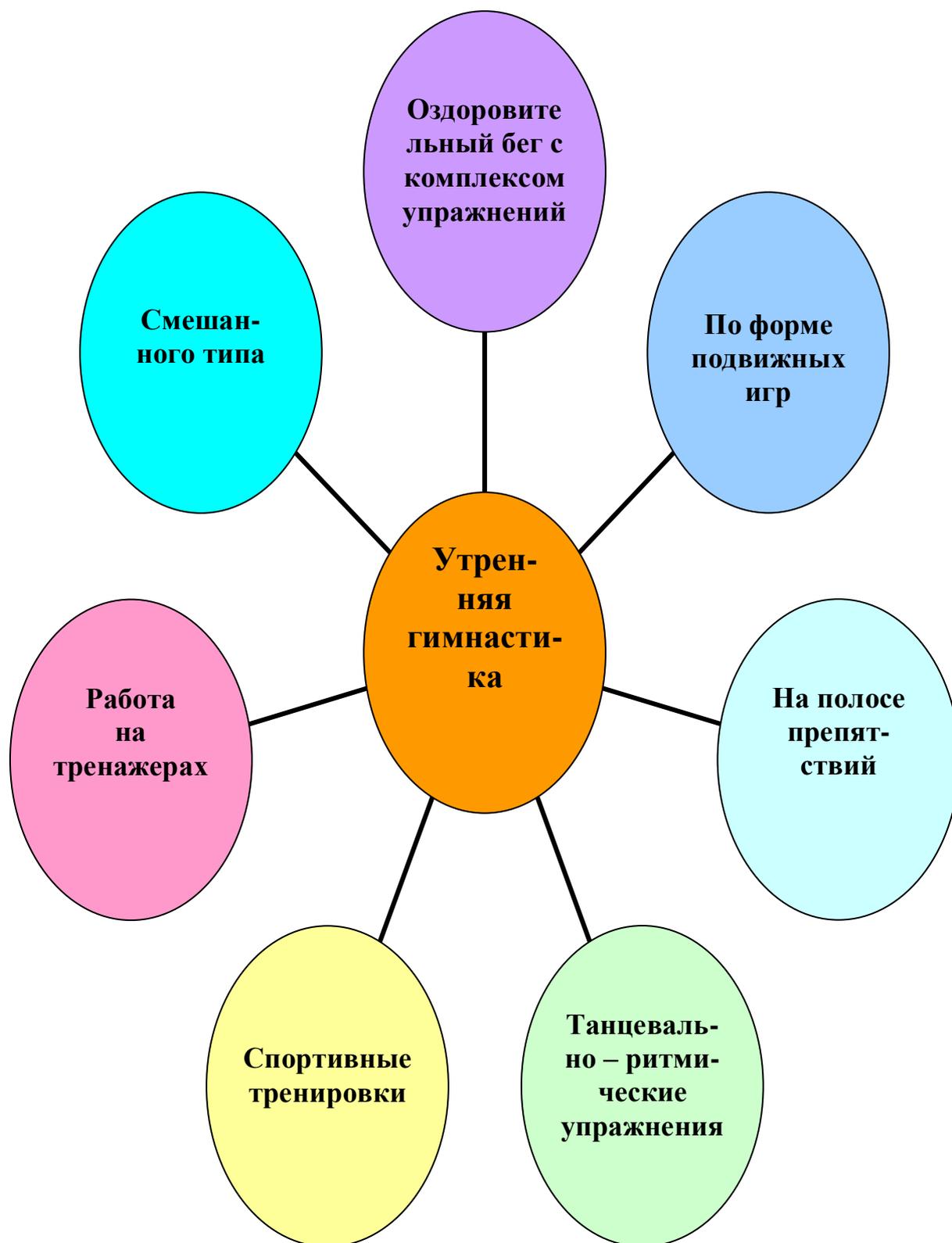
Направление работы по воспитанию здорового ребенка



Виды физкультурных занятий



Виды утренней гимнастики



Виды гимнастик после дневного сна



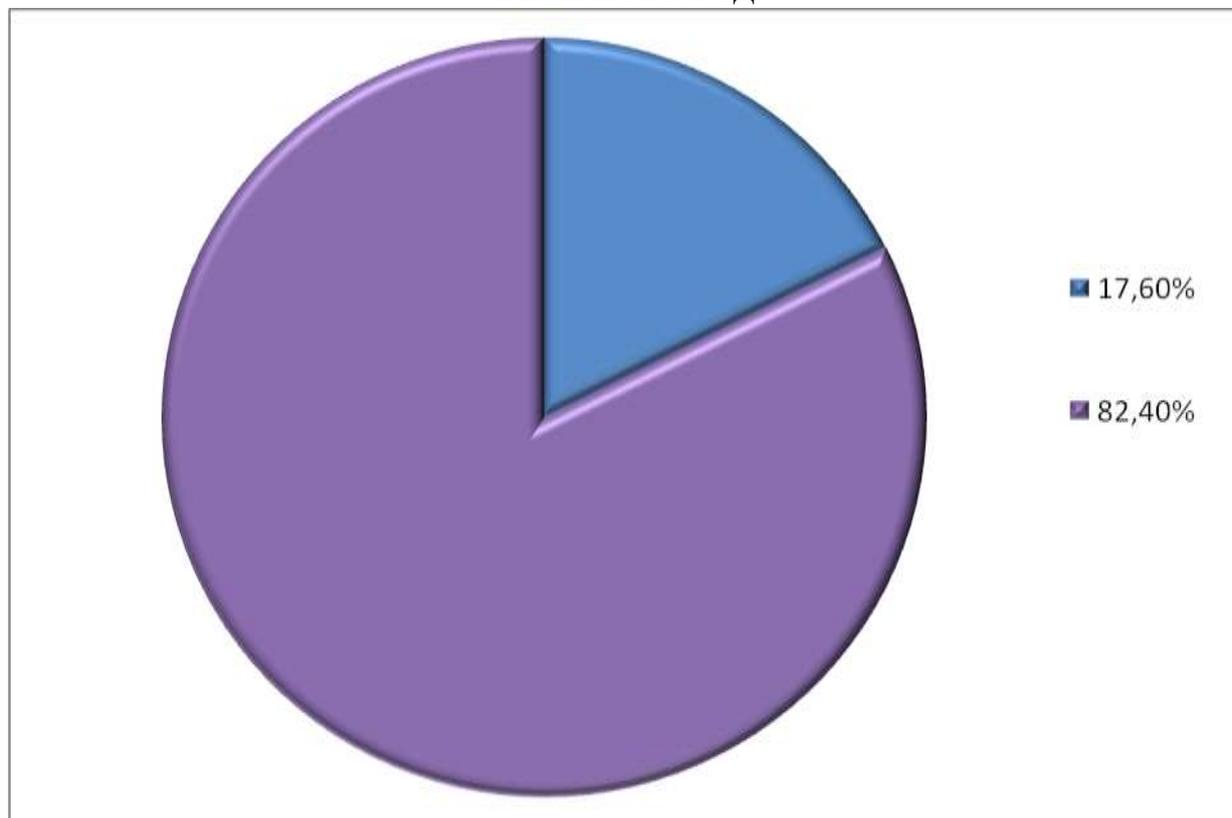


ДИАГНОСТИКА ФИЗИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ

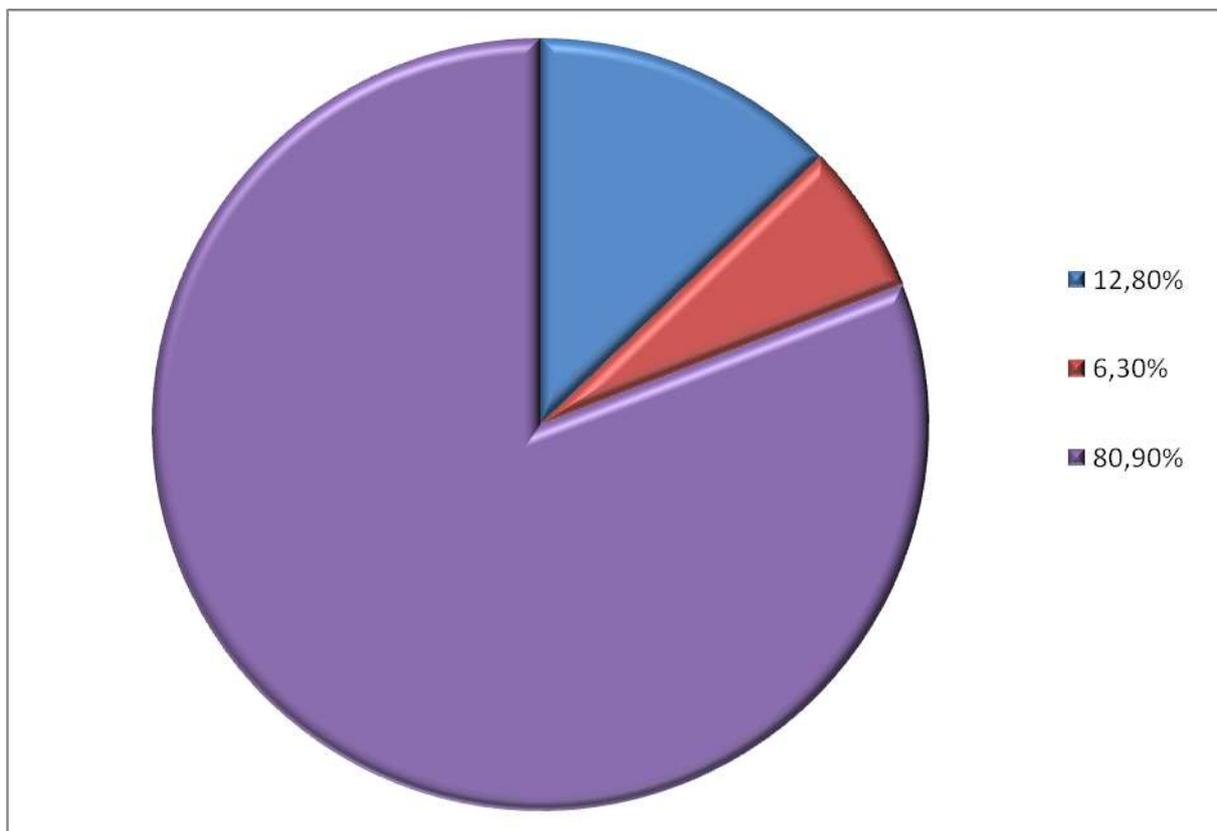


**Диагностика физических показателей детей
МБДОУ ЦРР «Детский сад №141»**

Май 2016 год

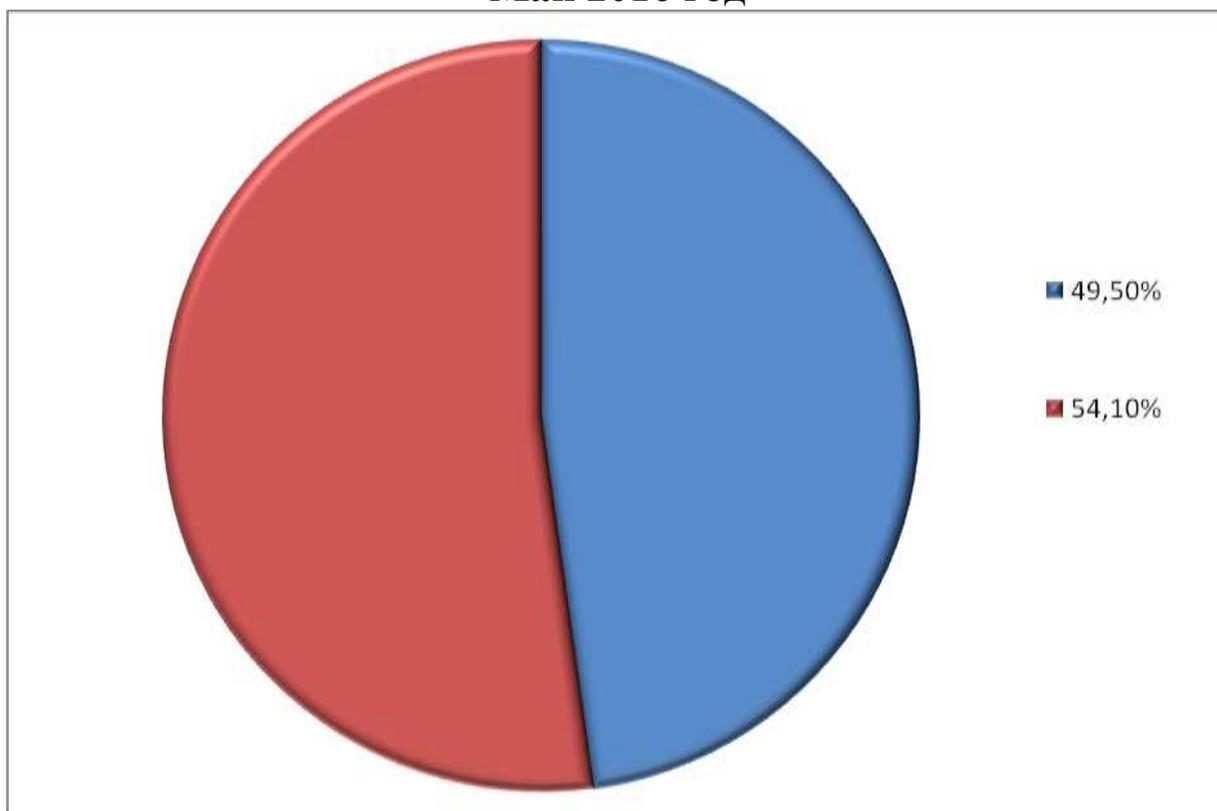


Сентябрь 2015 год

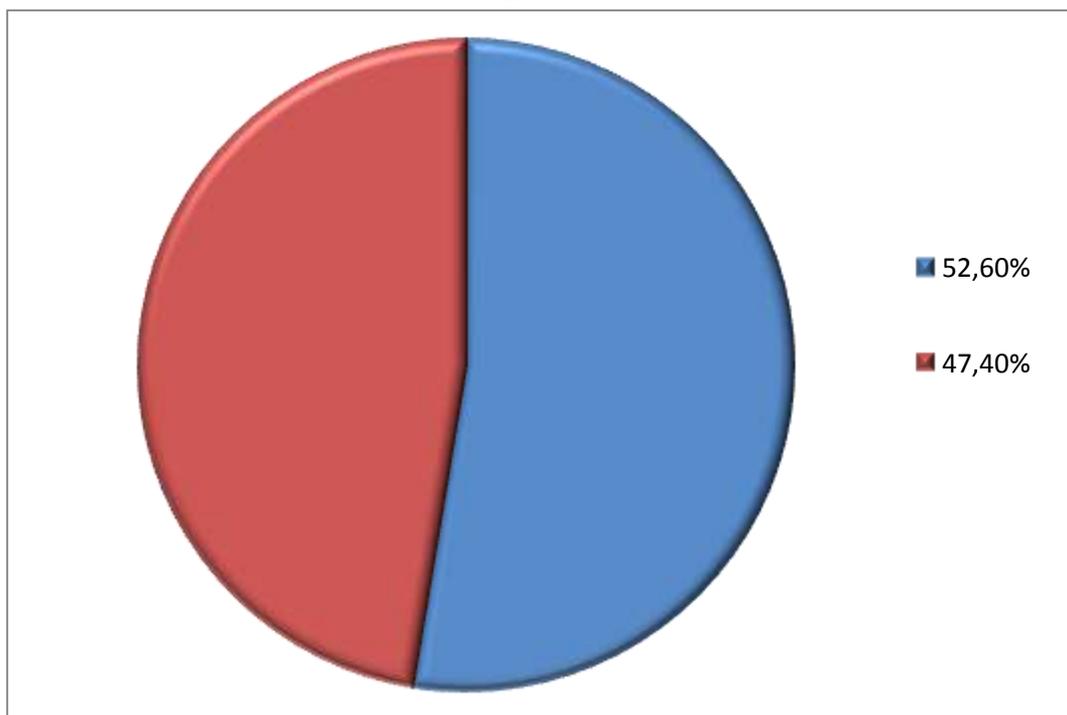


Прыжки в длину с места

Май 2016 год

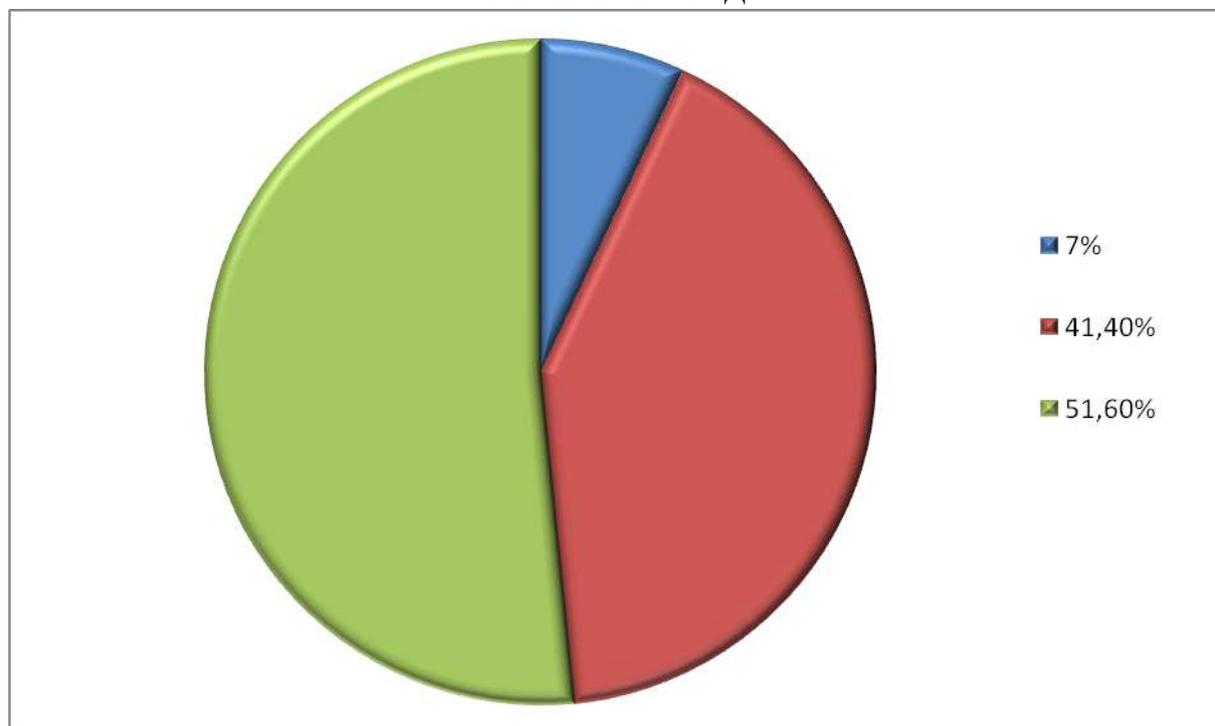


Сентябрь 2015 год

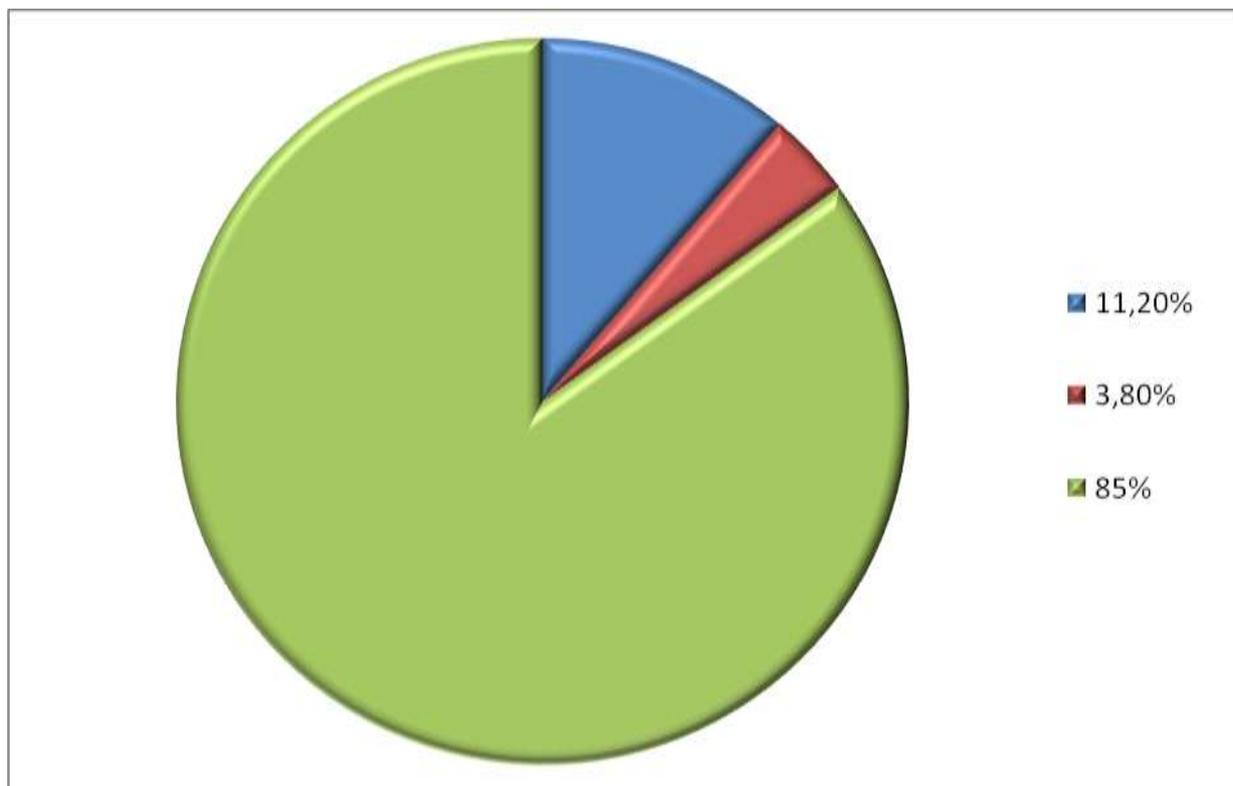


Метание набивного мяча из-за головы (1кг.)

Май 2016 год



Сентябрь 2015 год

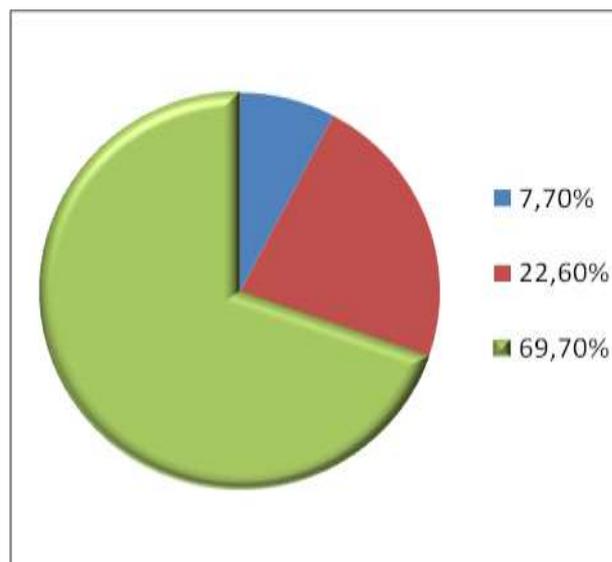
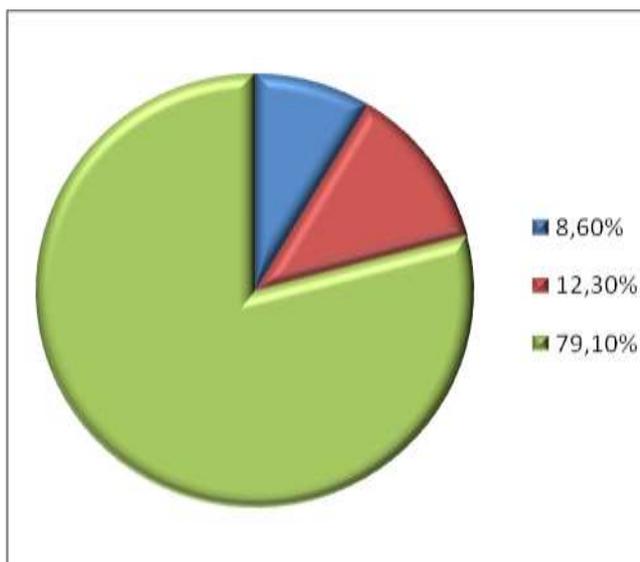


**Метание мешочка с песком (100гр.)
из-за головы правой и левой рукой.**

Май 2016 год

Левая рука

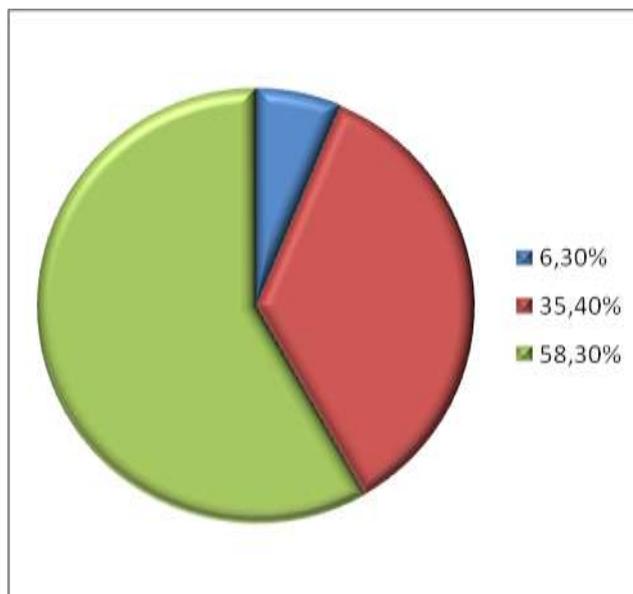
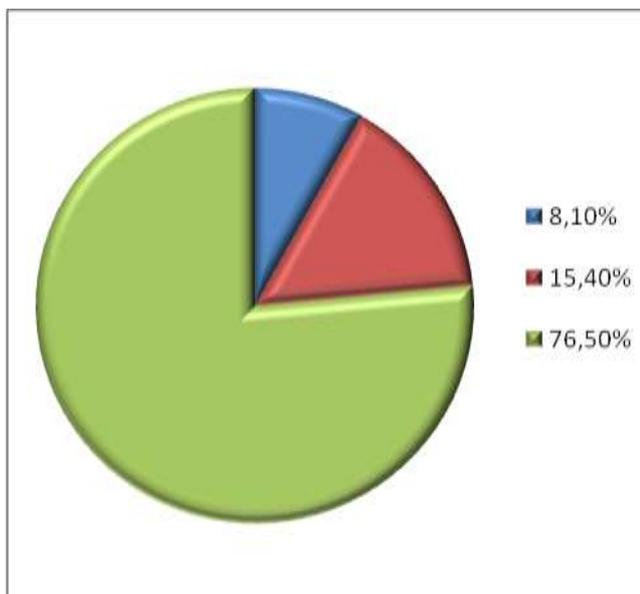
Правая рука



Сентябрь 2015 год

Левая рука

Правая рука



● Низкий уровень ● Средний уровень ● Высокий уровень

Вывод: общие показатели физической подготовленности находятся на среднем и высоком уровне, что соответствует возрастным особенностям развития детей дошкольного возраста.

Паспорт здоровья и физического развития ребенка

Ф.И. – Карнаухов Роберт

Дата рождения – 17.02.2013г.

Группа – №3

Содержание	Динамика здоровья, физического развития и двигательных способностей	
	Сентябрь	Май
1. Определение уровня привычной двигательной активности	Среднее	Среднее
2. Психофизическая характеристика	Соответствует возрасту	Соответствует возрасту
3. Физическое развитие	Среднее	Среднее
Масса (кг)	22,5	23
Рост(см)	123	127
Окружность груди (см)	42	43
Осанка	н/осанки	н/осанки
4. Уровень двигательных способностей:		

Прыжки в длину с места Скорость 10м с места (сек) Скорость 30м со старта (сек) Степ-тест (%) Сила легких Дальность броска мешочка с песком (вес 200гр) -правая рука (м) -Левая рука (м) Дальность броска набивного мяча из-за головы (1кг)	136см (выс. уровень) 4,2с (низ.уровень) 8,5с(ср.уровень) 47% (ср.уровень) 1200мл (норма) 5,5м (ср. уровень) 4,7м (ср.уровень) 3,3м (ср. уровень)	142см(выс. уровень) 3,3с(ср. уровень) 7,9с (ср.уровень) 23% (выс. уровень) 1200мл (норма) 6,4 м (выс. уровень) 5,7м (ср. уровень) 4,3м (выс.уровень)
5. Состояние здоровья Основной диагноз Хронические заболевания Заболевания в течение года Острота зрения Стоматологический статус	Группа здоровья -2 ОНР 3 уровень ОРЗ Норма Норма	

Воспитатели: Кабанова Л.В., Рослякова Н.А.

№	Фамилия, имя ребенка	Соматическое здоровье ребенка	Скоростно-силовые качества				Мышечная выносливость			Степ-тест. %	Быстро-та бега. (30м со старта)	Гибкос-ть
			рук		ног		Шея (до 30 сек.)	Спина. «Рыбка» (1мин.)	Живот. Уголок» (30сек.)			
			Метание набивного мяча из-за головы (1кг).	Метание правой рукой	Метание левой рукой	Прыжки в длину с места						
1.	Безвозюк Евгения	2группа здоровья					25сек..	60 сек.	30 сек.	27,7%		
2.	Кобевка Елена	2группа здоровья					30сек.	57сек.	25сек.	25%		
3.	Бородкин Павел	2группа здоровья					15сек.	60сек.	30сек.	26,4%		
4.	Савельева Евгения	2группа здоровья					30сек.	60сек.	30сек.	37,7%		
5.	Краснова Елена	2группа здоровья					28сек.	60сек.	35сек.	45,3%		
6.	Шевченко Виталий	2группа здоровья					30сек.	56сек.	25сек.	25,9%		
7.	Исаенко Ирина	2группа здоровья					15сек.	33сек.	48сек.	70%		
8.	Гаршин Евгений	2группа здоровья					30сек.	50сек.	24сек.	44,4%		
9.	Сорокин Иван	2группа здоровья					30сек.	40сек.	35сек.	42,4%		
10.	Андреев Никита	2группа здоровья					16сек.	55сек.	30сек.	52%		
11.	Есин Евгений	2группа здоровья					25сек.	50сек.	30сек.	36,6%		
12.	Савочкин Олег	2группа здоровья					30сек.	44сек.	30сек.	29,9%		
13.	Сереброва Настя	2группа здоровья					20сек.	45сек.	30сек.	33,4%		
14.	Громова Соня	2группа здоровья					24сек.	50сек.	40сек.	32,5%		
15.	Артемьев Дима	2группа здоровья					30сек.	45сек.	30сек.	26,8%		
			93,3%	86,6%	86,6%	60%				86,6%	14%	6,6%
			6,6%	6,6%	6,6%	26,6%				14%	86,6%	93,3%
				6,6%	6,6%	13,3%						

Высокий уровень
Средний уровень
Низкий уровень



Организация двигательной активности



Протокол медико-педагогического контроля на физкультурном занятии

1. Дата, время: 21 сентября 2015 года
 2. Группа: подготовительная группа
 3. Количество детей: 18
 4. Место проведения: музыкальный зал
- Гигиенические условия: проветривание, подготовка оборудования
5. Длительность:
 - Вводная часть: 4 минуты.
 - Основная часть: 20 минут.
 - Подвижная игра: 3 минуты
 - Заключительная часть: 3 минуты
 6. Плотность занятия (хронометраж)

Секунды	Минуты																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
10	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+
20	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+
30	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-
40	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-
50	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	-
60	-	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+
	Вводная часть				Общие развивающие упражнения														Основные виды движения					Подвижная игра			Заключит. часть			

Плотность занятия:
Моторная плотность -62%
Общая плотность -84%

Физиологическая кривая по показателям пульса

ФИ ребенка	Возраст	Группа здоровья	Пульс				
			До занятия	Вводная часть	Основная часть	Подвижная игра	Заключительная часть
Волчек Ваня	6 лет	2 группа	80	95	120	150	100



Колебания частоты сердечных сокращений при различных физических упражнениях (ударов в минуту) у детей 5-7 лет

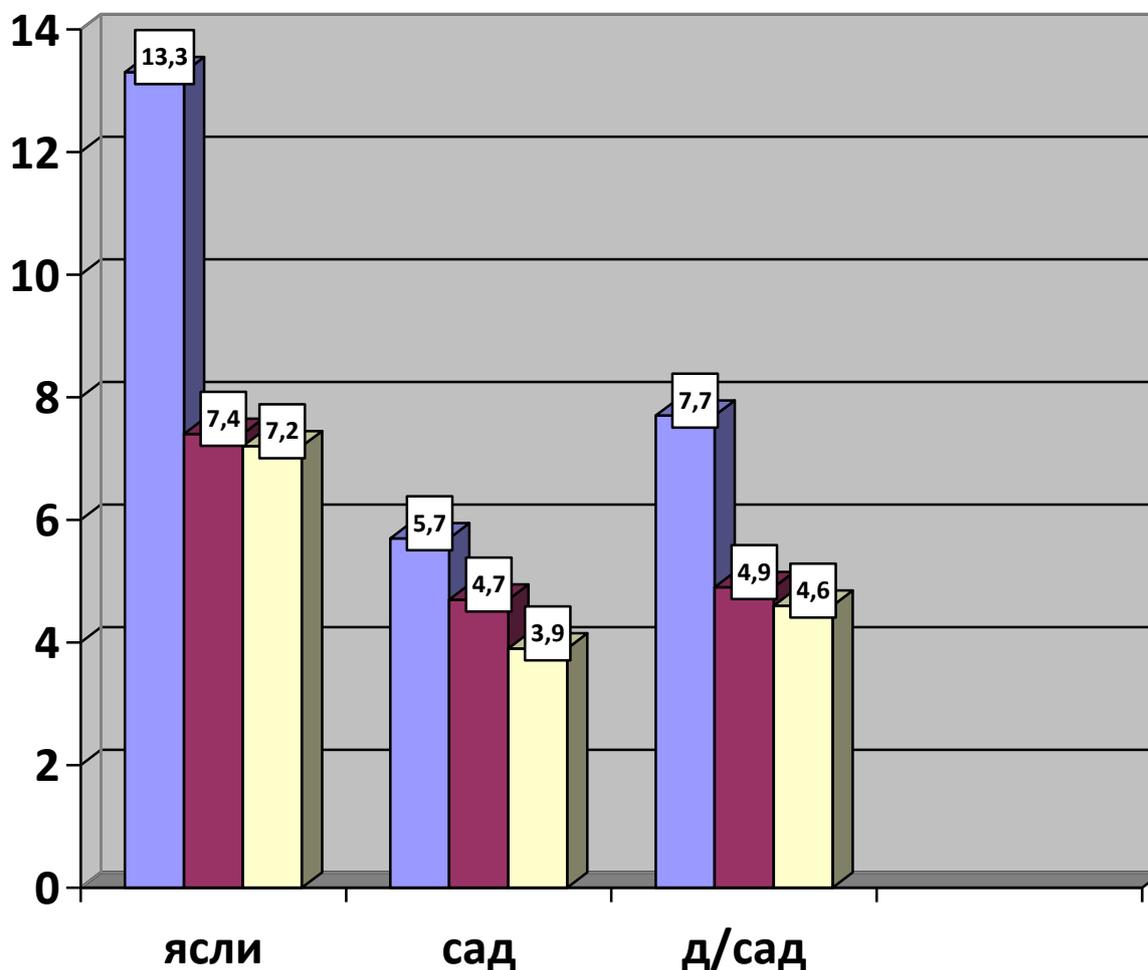
Виды физических упражнений	Минимальная - максимальная	Время восстановления в минутах
1. Общие развивающие упражнения	100-140	1-2
2. Умеренная ходьба	120-150	1-2
3. Усложненная ходьба (степ-тест, ходьба по лестнице)	130-160	3
4. Бег на месте	130-170	3
5. Бег средней интенсивности	150-180	3-4
6. Медленный бег трусцой	150-170	2-3
7. Прыжки в длину	130-165	1-2
8. Прыжки со скакалкой	140-170	3-4
9. Подскоки	130-160	2-3
10. Равновесие	120-150	1
11. Езда на велосипеде	130-160	3
12. Игра с мячом	145-195	3

Оценка двигательной активности детей на занятиях проводится путем вычисления общей и моторной плотности.

Общая плотность: полезное время разделить на продолжительность занятия умноженное на 100%.

Моторная плотность: время, затраченное на движение разделить на общее время занятия умноженное на 100%

Диаграмма
«Результаты уровня заболеваемости детей
МБДОУ ЦРР «Детский сад №141» за 2015-2016 год»



Вывод.

На основании данной диаграммы выявлено, что за период с 2015 по 2016 год существенно снизился уровень заболеваемости детей в дошкольном учреждении, и составил уменьшения на 3,1% пропусков по болезни на одного ребенка за год.

КРУЖОК РИМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ «ГРАЦИЯ»



Объяснительная записка

Кружок ритмической гимнастики «Грация» в дошкольном учреждении функционирует на протяжении 10 лет. Комплексы ритмической гимнастики составлены с использованием авторской программы «Ритмическая гимнастика» Бурениной А.И.

Посещая кружок ритмической гимнастики, дети получают возможность развивать музыкально-пластические способности, двигательные навыки и умения.

Основные задачи, которые ставятся на ритмической гимнастике, воспитание у детей потребности в движении под музыку, развитие координации движения, ловкости, гибкости, пластичности, выразительности. Реализация этих задач является основой для самого главного – свободного самовыражения ребенка посредством движения под музыку, развития творческих способностей.

На занятиях ритмической гимнастики используются разные виды композиций в русско-народном, латиноамериканском, восточном стиле, образно-игровые и ритмичные танцы. В каждом комплексе гимнастики используются соответственно подобранные музыкальные композиции, что способствуют созданию музыкально-пластического образа.

К работе кружка «Грация» привлекаются родители. Они являются активными участниками, помогают в подготовке выступления детей.

Ритмическая гимнастика проводится с детьми подготовительной группы два раза в неделю по 25-30 минут. Один комплекс ритмической гимнастики разучивается с детьми в течение 4 месяцев. Результатом кружковой деятельности являются выступления на праздниках, развлечениях, которые проходят в детском саду. Такие выступления помогают детям чувствовать себя свободно, уверенно и благодаря этому их исполнения артистичны и выразительны.

**Перспективный план работы
кружка ритмической гимнастики
«Грация»**

**Руководитель кружка
Н.В. Наумова,
музыкальный руководитель**

Месяц	Занятие	Задачи
Октябрь	№1	Рассказать детям о ритмической гимнастике. Предложить послушать современную музыку, выполнять танцевальные движения. Разучивание вводной части комплекса ритмической гимнастики. Определение степени нагрузки вводной части.
	№2	Продолжать разучивать упражнения вводной части комплекса. Обращать внимание на ритмичность выполнения движений.
	№3	Под музыкальное сопровождение отрабатывать упражнения вводной части комплекса. Обращать внимание на выполнение ходьбы с поворотами, добиваться одновременного поворота головы.
	№4	Продолжать работу над движением вводной части комплекса. Познакомить детей с основной частью комплекса. Выполнять упражнения в среднем темпе. Следить за пульсом.
Ноябрь	№1	Выполнение вводной части, включая упражнения из основной. Обращать внимание на выполнение некоторых упражнений, которые требуют синхронности выполнения.
	№2	Под музыку выполнение вводной части. Упражнения на восстановления дыхания.
	№3	Прослушивание музыки для третьей части – прыжки. Учить детей при выполнении прыжков дышать носом. Прыжки делать ритмичные, активные. Выполнение дыхательных упражнений. Домашнее задание: придумать интересные элементы в прыжках.
	№4	Выполнение прыжковых упражнений под счет без музыки. Обращать внимание на выполнение прыжков и подскоков. Следить за утомляемостью детей.
Декабрь	№1	Выполнение под музыку разученных частей комплекса ритмической гимнастики. Обращать

		внимание на технику выполнения упражнений.
	№2	Соединить воедино все три части ритмической гимнастики. Обращать внимание на ритм выполнения упражнений, на синхронность. Следить за нагрузкой детей. Выполнение упражнений на расслабление.
	№3	Приступить к разучиванию четвертой части – партер – это упражнения, сидя и лежа.
	№4	Выполнение вводной части. Повторить сложные упражнения из основной части комплекса. Отрабатывать упражнения из исходного положения, сидя и лежа в среднем темпе, ритмично под музыку.
Январь	№1	Продолжать отрабатывать четвертую часть комплекса ритмической гимнастики. Начинать все упражнения из исходного положения, сидя и лежа, начинать с правой ноги, синхронно со всеми, слушать музыку.
	№2,3,4	Под музыку выполнение всего комплекса ритмической гимнастики. Обращать внимание на технику выполнения, ритмичность, пластичность, синхронность
Выступление детей кружка «Грация» перед родителями и коллективом детского сада с отчетной программой.		

Комплекс ритмической гимнастики

Вводная часть.

Обычная ходьба, ходьба на носках, руки на поясе; ходьба с легкими поворотами; бег по залу; ходьба и бег с захлестом ног; ходьба с постепенным замедлением и остановкой.

Упражнение на дыхание.

И.п. руки вдоль туловища, потянуться на носках, руки поднять вверх и развести в стороны.

Свободное построение по залу.

Основная часть.

1. И.п. ноги на ширине плеч, руки на поясе, повороты головы вправо-влево, вперед, назад, вернуться в и.п. (в медленном темпе, 6 раз).
 2. И.п.о.с. руки опущены, поочередно поднимать правое, левое плечо, затем оба вместе (8 раз).
 3. И.п.о.с. руки согнуты в локтях, разведены в сторону, пальцы сжаты в кулаки. Слегка приседая, сводить локти перед собой (8 раз).
 4. И.п. ноги на ширине плеч, руки на поясе, наклоны туловища вперед, разводя руки в стороны, вернуться в и.п. (8 раз).
 5. И.п.о.с. присесть, выпрямиться, наклоны туловища вправо-влево рука над головой, другая на поясе (8 раз).
 6. И.п. ноги на ширине плеч, руки в стороны, наклоны туловища вперед, пальцами рук касаться пола (по 4 раза).
 7. И.п. ноги вместе, руки сжаты в кулаки, выбрасывание прямых ног вперед (по 4 раза).
 8. И.п.о.с. руки на поясе, к плечам, вверх, на пояс, присесть руками коснуться пола, на пояс... (8 раз).
 9. И.п.о.с. подпрыгивание на правой и левой ноге, на обеих; ходьба на месте.
- Упражнение на дыхание.

Упражнения, сидя и лежа.

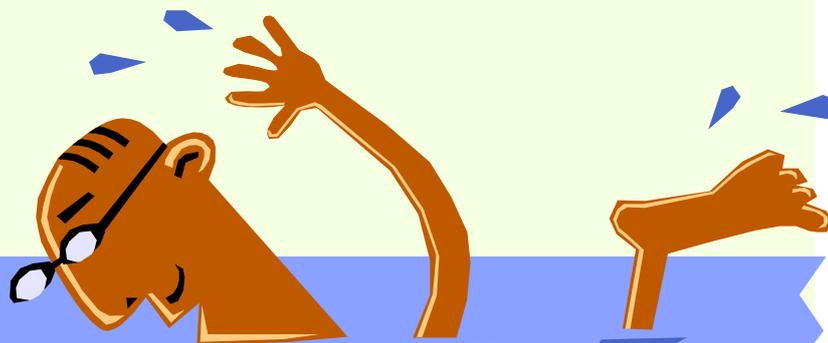
1. И.п. стоя на коленях, руки в стороны, повороты вправо-влево, сесть на пятки, посмотреть на руки (8 раз).
2. И.п. сидя, ноги вытянуты, носки тянуть, сгибание по очереди с движение рук под музыку (по 5 раз).
3. И.п. упор, лежа сзади на предплечье, поднять правую, затем левую ногу вверх (по 5 раз)
4. И.п. сидя ноги вместе, упор рук сзади, переступить вправо – влево три шага, приподнять носки ног, не отрывая пяток от пола (по 5 раз).

5. И.п. лежа на спине, руки вдоль туловища, махи прямых ног (по 5 раз).
6. И.п. лежа на боку, упор на предплечье, согнуть ногу, выпрямить вверх, опустить прямую ногу (по 5 раз).
7. «Рыбка» (не более 1 минуты).
8. И.п. стоя на коленях, упор рук впереди, поднять прямую ногу вверх, прогнуться (по 5 раз).
9. Упражнение на дыхание.

Растяжка.

1. И.п. сидя, ноги в стороны, наклоны к правой – левой ноге, взять обе ноги за голени, потянуться вперед.
2. И.п. сидя, хват руками за пятки ног, тянуться вперед.
3. И.п. сидя « по-турецки», растяжка рук – заводите правую и левую руки за спину.
4. И.п. сидя, руки в замок за спиной, зафиксировать движение на 5 секунд, поменять положение рук.
5. И.п. потянуться вверх, напрячь все мышцы, встать на носки, расслабиться.
Спокойная ходьба по залу.

ЗАКАЛИВАНИЕ ДЕТЕЙ



Объяснительная записка

Самый драгоценный дар, который человек получил от природы – здоровье.

Необходимым компонентом режима дня и одним из основных факторов всей оздоровительной работы является закаливание, как в повседневной жизни, так и в процессе проведения специальных воздушных и водных процедур.

Любой вид закаливания является хорошим средством повышения сопротивляемости организма заболеваниям, изменению внешних условий, перепадам температуры воздуха и даже некоторым инфекционным заболеваниям.

При правильном проведении закаливания:

- повышается устойчивость организма к меняющимся условиям внешней среды
- возрастает сопротивляемость организма к заболеваниям
- повышается выносливость организма к физическим, умственным нагрузкам

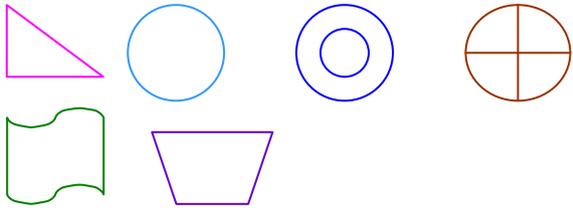
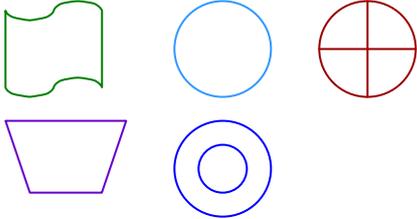
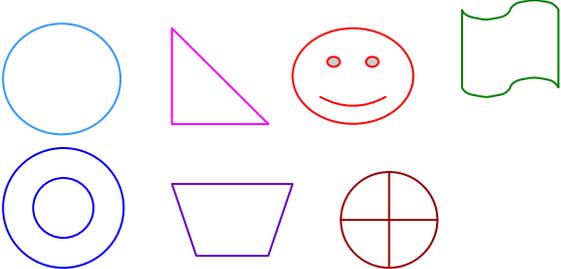
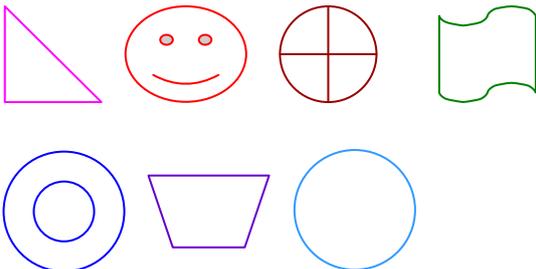
В детском саду для каждой возрастной группы разработан определенный вид закаливания, учитывая индивидуальные особенности детей и группу здоровья: воздушное, солевое закаливание, полоскание горла, влажное обтирание. Закаливание проводится с учетом основных принципов: адекватность, постепенность, системность, комплексность

Дети разделены на три группы закаливания: 1-здоровые, ранее закаливаемые дети, 2-здоровые, ранее не закаливаемые дети, 3-дети с хроническими заболеваниями или после длительной болезни. В каждой возрастной группе ведется тетрадь закаливания, где фиксируется группа здоровья, вид закаливания, систематичность проведения закаливающих мероприятий, посещение детьми закаливающих процедур.

Через консультации. Информационные стенды, индивидуальные беседы родители получают полезную информацию о закаливании организма ребенка, учитывая возраст, состояние здоровья, общее физическое развитие и другие индивидуальные особенности. Прилагается консультация для родителей «Закаливание».

Проводимые закаливающие мероприятия в детском саду способствуют снижению заболеваемости, повышению сопротивляемости организма к сезонным изменениям, наполняют ребенка положительными эмоциями.

Схема закаливания детей старшей группы

Осень	Зима
	
Весна	Лето
	

-  - Воздушные ванны
-  - Утренний прием на свежем воздухе
-  - Солнечные ванны
-  - Солевое закаливание
-  - Босохождение
-  - Полоскание горла
-  - Сон с доступом свежего воздуха

Табель посещаемости закаливающих мероприятий

№	Группа закаливания	Фамилия ребенка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	25	27	28	29	30	
1	1групп																																
2	1групп																																
3	1групп																																
4	1групп																																
5	1групп																																
6	1групп																																
7	1групп																																
8	1групп																																
9	1групп																																
10	1групп																																
11	1групп																																
12	1групп																																
13	1групп																																
14	1групп																																
Здоровые дети, впервые приступившие к закаливающим мероприятиям																																	
15	2групп																																
16	2групп																																
17	2групп																																
18	2групп																																
19	2групп																																

+ посещали закаливающие мероприятия;

- не посещали закаливающие мероприятия;

* перерыв по болезни более 10 дней, дети закаливаются с первого этапа

1 группа детей – здоровые, раннее закаливаемые

2 группа детей – здоровые, впервые приступившие к закаливанию

**СПОРТИВНАЯ
СЕКЦИЯ
«ЮНЫЙ
БАСКЕТБОЛИСТ»**



Объяснительная записка

Секцию «Юный баскетболист» в детском саду посещают дети старшего дошкольного возраста, один раз в неделю, по 30-35 минут. Перспективный план работы составлен с использованием авторского пособия Э.И. Адашкявичене «Баскетбол для дошкольников».

При систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Дети свободно держат его, передают, бросают, следят за полетом и устремляются в сторону летящего мяча. Такие движения с мячом, как перебрасывание друг другу, ловля, бросание в цель, у детей старшего дошкольного возраста становятся правильнее, свободнее, достигаются определенного уровня совершенства. Поэтому на базе уже имеющихся движений появляются возможности формировать достаточно сложные действия с мячом, навыки выполнения их определенными способами.

На секционных занятиях дети в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и правила ее. Во время игры они определяют расстояние, траекторию полета мяча, его вес и упругость, умение ориентироваться на площадке, находить более удобное место для ведения игры.

Игра в баскетбол – командная. Играя в нее, игроки обдумывают совместные действия, так как состав команды ограничен установленным количеством участников, а продолжительность игры – определенным временем и кроме этого необходимо соблюдать установленные правила, которые контролирует судья.

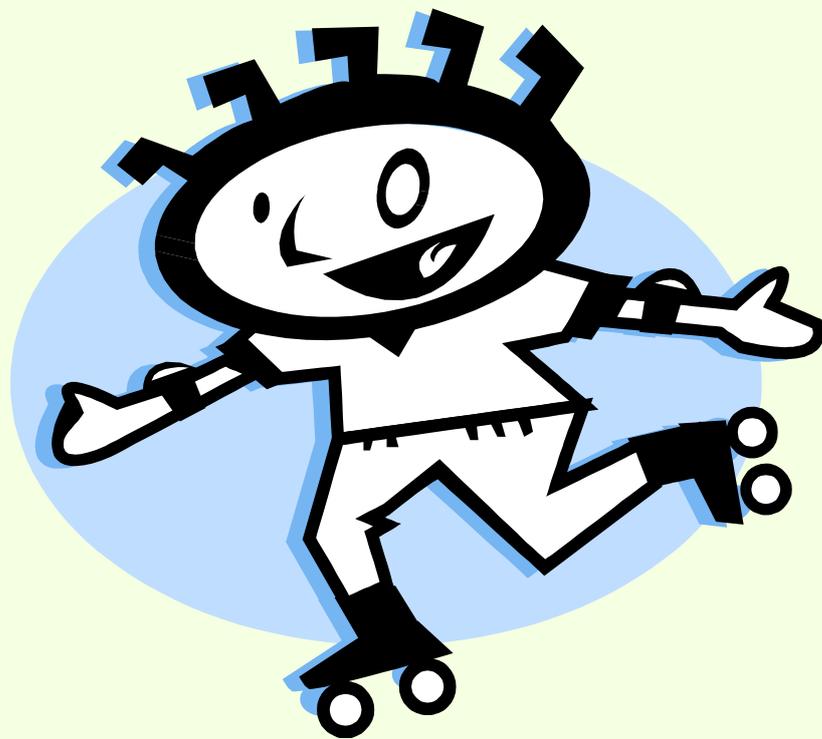
Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игре.

**Перспективный план
работы секции
«Юный баскетболист»**

Месяц	Тема занятия	Содержание
Октябрь	Занятие №1. «Поговорим о баскетболе»	Познакомить детей со спортивной игрой – баскетбол. Рассказ о баскетболе, просмотр альбомов. Игра с мячом «Мяч водящему», «Подбрось – поймай»
	Занятие №2 «Играй, играй – мяч не потеряй»	Бросание мяча вверх, ловля его двумя руками не менее 10 раз. Бросание мяча вниз перед собой с отскоком и ловлей. Перебрасывание мяча партнеру любым способом.
	Занятие №3 «Мой веселый звонкий мяч»	Бросание мяча из-за головы двумя руками; одной рукой. Перебрасывание мяча в пере от груди из положения стоя. Игры «Ловишки с мячом», «Поймай мяч»
	Занятие №4 «Учимся играть»	Бросание мяча вверх с ударом об пол двумя руками. Подвижная игра «Поймай мяч», «Займи кружок». Передача мяча в паре, в тройках (отработка техники передачи и приема мяча)
Ноябрь	Занятие №1 «Основы баскетбола»	Ходьба с мячом в руках, по сигналу подбрасывание мяча вверх и ловля его. То же с бегом в медленном темпе. Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Подвижная игра «Пристеноч», «10 передач»
	Занятие №2 «Брось-поймай»	Перебрасывание мяча в тройках – повторение. Отбивание мяча об пол одной рукой на месте. Подвижная игра «за мячом», «Подбрось-поймай», «Мяч водящему»
	Занятие №3 «Эстафета с мячом»	Прокатывание мяча под дугами, бег с мячом с остановкой по сигналу. Передача мяча в парах, над головой, с боку. Между ног. Беговая эстафета с передачей мяча.
	Занятие №4 «Повторение»	Передача мяча двумя шеренгами. Игра «Бросай и поймай» - бросание мяча вверх, вниз, с отскоком и ловлей. Подвижная игра «Сделай фигуру».
Декабрь	Занятие №1 Обучение стойки баскетболиста	Передвижение по площадке в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками, поворотами.

	Занятие №2 Повторение упражнений в передачи мяча от груди	Подвижные игры: «за мячом», «Мяч в середину». «Горячая картошка», «Шмель».
	Занятие №3	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Перебрасывание мяча из руки в руку. Бросание мяча одной рукой с ловлей. Подвижная игра «10 передач», «Салки с мячом»
	Занятие №4	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Передача мяча из-за головы в паре из положения стоя на коленях. Подвижные игры «Будь внимателен», «Обгони мяч», «У кого меньше мячей», «Сделай фигуру».
Январь	Занятия 1,2,3,4	Ведение мяча на месте левой и правой рукой попеременно. Бросание мяча в корзину двумя руками с расстояния 2-2,5 метра. Пребрасывание мяча в парах с расстояния 2,5-3 метра. Подвижные игры: «Мяч водящему», «Поймай мяч», «Встречай бой».
Февраль	Занятия 1,2,3,4	Ведение мяча правой и левой рукой \. Ведение мяча по залу огибая предметы. Бросание мяча в цель двумя руками. Подвижные игры : «Успей поймать», «10 передач», «Мотоциклисты»
Март	Занятия 1,2,3,4	Ведение мяча с остановкой и передачей в паре. Передача в парах и тройках. Броски мяча в баскетбольную корзину после ведения мяча с фиксацией остановки. Броски мяча в корзину от плеча, от груди. Подвижные игры «Чья команда больше», «Займи свое место», «Эстафета с передачей мячей»
Апрель	Занятия 1,2,3,4	Ведение мяча с передачей партнеру. Ведение мяча в сочетании с броском в корзину без остановки. Ознакомление с правилами игры в баскетбол. Командная игра в баскетбол.
Май	Занятия 1,2,3	Освоение правил игры. Подвижная игра «Борьба за мяч». Командная игра в баскетбол.

ЛФК
ПО
ПРОФИЛАКТИКЕ
ПЛОСКОСТОПИЯ



Объяснительная записка

Для правильной осанки и красивой походки большую роль играет правильное формирование голеностопного сустава. Любое нарушение в области этого сустава может отрицательно повлиять на походку, осанку ребенка. Вот почему очень важно знать особенности развития и формирования опорно-двигательного аппарата, приемы и способы профилактики и устранения некоторых деформаций.

Наиболее распространенной деформацией двигательного аппарата у детей 2-7 лет, является плоскостопие и косолапость. Эффективным способом предупреждения плоскостопия является укрепление костно-мышечного аппарата специальными упражнениями, гигиена и массаж ног с использованием особых предметов: камушков, деревянных палок, мешочков с песком, веревок, набивных мячей и т.д. плоскостопие у детей можно объяснить функциональной незрелостью костно-связочного аппарата, слабостью мышц.

Дети, страдающие плоскостопием, быстро устают, при ходьбе жалуются на боли в области голеностопного сустава и позвоночника. Одним из способов борьбы с утомлением, коррекция недостатков и деформации является закрепление опорно-двигательного аппарата специальными упражнениями, массажем рефлексорных зон стопы.

Для предупреждения и коррекции плоскостопия с дошкольниками необходимо проводить лечебную физкультуру со специальными приемами и методиками. Упражнения проводятся в три этапа в определенной последовательности. На первом этапе дети выполняют упражнения без предметов, на втором с предметами, а на третьем этапе сравнительно усложняются двигательные действия ребенка, используя различные приспособления универсального типа.

План работы ЛФК по коррекции плоскостопия

Месяц	Этап	Задачи	Форма работы	Методические указатели	Методы контроля
Сентябрь	Диагностика	Выявить с помощью плантограмм плоскостопие у детей старшего дошкольного возраста	Физические упражнения, наблюдения за детьми на занятиях	Обработка данных плантограмм	Плантография стоп
Октябрь	Комплекс №1	Общее укрепление свода стопы; создание правильного представления постановки стоп при и.п. стоя и в ходьбе	Упражнения по коррекции плоскостопия. Дозировка каждого упражнения по 1 минуте, в среднем темпе	Занятия проводятся босиком, следить за правильным выполнением упражнений	Следить за дозировкой и нагрузкой детей
Ноябрь	Комплекс №2	Укрепление мышц стопы ног на спортивных тренажерах	Дозировка упражнений в течение 1 минуты, в среднем темпе. Самомассаж стоп ног	Следить за осанкой, техникой выполнения упражнений	
Декабрь	Комплекс №3	Укрепление мышц голеностопного сустава и свода стопы ног	Массаж рефлекторных зон стопы. Работа на ножных тренажерах	Обращать внимание на выполнение упражнений, чередовать нагрузку с отдыхом и расслаблением	Оценка силовой выносливости стоп при поднимании отягощенных мешочков 100гр, одной ногой
					10-12 раз
Январь	Комплекс №4	Продолжать работу по укреплению и развитию	Специальные физические упражнения в чередовании	Следить за осанкой и техникой выполнения	Самомассаж голеностопного

		голеностоп-ного сустава и стопы у детей	с работой на тренажерах. Упражнения с мелкими предметами	упражнений	сустава
Февраль	Комплекс №5	Развитие гибкости стопы у детей специальными упражнениями	Использование «Тропы здоровья», ребристых дорожек, велотренажеров	Обращать внимание на технику выполнения упражнений	Следить за дозировкой выполняемых упражнений утомляемостью детей
Март	Комплекс №6	Тренировка мышц стопы, формирование навыка правильной походки	Выполнение комплекса, самомассаж свода стоп ног	Следить за осанкой во время выполнения упражнений	
Апрель	Комплекс №7	Тренировка мышц стопы, сохранение правильного свода стопы при выполнении упражнений из разных и.п.	Дозировка упражнений в течении 1 минуты в среднем темпе, самомассаж на коррекционных дорожках	Следить за качеством выполнения упражнений, за сменой двигательной нагрузки	
Май	Комплекс №8	Оценка силовой выносливости свода стопы детей. Сравнительный анализ плантограммст оп детей	Упражнения по коррекции плоскостопия, самомассаж стоп, работа на ножных тренажерах	Следить за качеством выполнения упражнений	Плантография свода стоп детей

Комплекс №1

Ходьба обычная, на носках руки на поясе, ходьба на пятках руки за головой, ходьба на носках руки вверх, ходьба с высоким подниманием колен, ходьба. Легкий бег по залу. Ходьба.

УПРАЖНЕНИЯ.

1. Стоя, руки на поясе, перекал с пятки на носок и обратно.
2. «Гусеница» - одновременно сгибать пальцы обеих ног, продвигаясь вперед.
3. Стоя, руки на поясе, поочередное поднимание пяток, без отрыва пальцев от пола, ходьба на месте.
4. Встать на наружные края стоп, вернуться в исходное положение.
5. Приседания на носках, руки на поясе.
6. Сидя, ноги согнуты в коленях, стопы параллельно, приподнимание пяток вместе и поочередно.
7. Сидя, ноги вытянуты вперед, сгибание и разгибание стоп.

Разделить детей на две подгруппы.

- Работа на ножных тренажерах.
- Захват пальцами стоп легких и мелких предметов и перекладывание их в сторону другой стопой, то же в другую сторону.

Каждое упражнение выполняется 1-1,5 минут.

Комплекс проводится в течение одного месяца.

Комплекс №2

Ходьба, ходьба на носках руки вверх, ходьба скользящим шагом, ходьба на наружных краях стоп, ходьба по наклонной доске, ходьба по коррекционным дорожкам. Легкий бег с изменением темпа и направления, ходьба, ходьба на восстановление дыхания.

УПРАЖНЕНИЯ С ГИМНАСТИЧЕСКИМИ ПАЛКАМИ.

1. И.п. ноги на ширине плеч, палка внизу, плавно руки вверх, подняться на носки.
2. И.п. ноги на ширине плеч, палка на полу, руки на поясе. Поднимание носков ног параллельно палке, не отрывая пяток от пола.
3. И.п., тоже, поднимание пяток попеременно, затем вместе.
4. И.п., тоже, перекал с пятки на носок и обратно.
5. И.п. носки ног на полу, пятки на гимнастической палке. Ходьба по палке скрестным шагом, топающим шагом.
6. И.п. стоя на палке, присесть руки вперед, спину держать прямо.
7. И.п. сидя на полу, упор руками сзади, ноги согнуты в коленях. Выпрямление и сгибание ног, катание палки ногами.
8. И.п. тоже, упор руками сзади, поднимание пяток одновременно и попеременно.
9. Захват пальцами стопы мелких предметов и перекладывание их с одного места на другое.



**Коррекционная работа с детьми по профилактике
плоскостопия**



Советы родителям для предупреждения и лечения плоскостопия

- ❖ Делайте своему ребенку массаж стоп и икроножных мышц, проводите с ними лечебную гимнастику, ножные ванны.
- ❖ Выполняйте простейшие упражнения: хождения на носках, на наружном крае стопы, катание палочки.
- ❖ Разложите на полу мелкие предметы, которые ребенок будет собирать пальцами ног, брать и перекладывать их.
- ❖ Следить за тем, чтобы обувь ребенка была из натуральных материалов, внутри с супинатором, поднимающим внутренний край стопы.

Желательно, чтобы она была достаточно жесткой и с хорошим задником, который держит пятку в правильном положении. Подошва, напротив, должна быть гибкой и иметь небольшой каблук.

- ❖ Для предупреждения плоскостопия обувь для ребенка должна иметь каблук, искусственно повышающий свод стопы, защищающий пятку от ушибов.
- ❖ Старайтесь следить за тем, чтобы обувь ребенка соответствовала форме и размеру стопы, была удобна при носке и не мешала естественному развитию ноги, не сдавливала стопу, нарушая кровообращение и вызывая потертости.
- ❖ **Помните:** жесткая обувь ограничивает движение суставов стоп, затрудняет ходьбу, вызывает быстрое утомление мышц, что может способствовать развитию плоскостопия.
- ❖ Покупая обувь, **помните:** длина следа должна быть больше стопы в носочной части, перед пальцами – небольшой припуск в 10мм.
- ❖ Отнеситесь с вниманием к проблеме плоскостопия у вашего ребенка.
- ❖ Не допускайте развитие этого заболевания у детей, так как оно может привести к неприятным последствиям в будущем.

«МАЛЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ»



В дошкольных учреждениях Железнодорожного района стало традицией проводить в январе и мае месяце спартакиады с участием детей, педагогов и родителей. Цель этих мероприятий – пропаганда здорового образа жизни через организацию малого Олимпийского движения среди дошкольных учреждений. Творческий союз МДОУ, ДЮСШ №6 и школ №80, №37 направлены на профессиональную компетенцию педагогов результатом которого являются: мастер-класс, спортивные турниры, зимние «Недели здоровья».

Подобные мероприятия доставляют огромную радость детям, объединяют педагогов, родителей, ведут к накоплению и обогащению опыта в реализации творческого потенциала, способствуют повышению интереса к занятиям физкультурой и спортом.



Зимний турнир по футболу в рамках «Недели здоровья»





«Малые олимпийские игры – 2015 »





**Волейбольный турнир среди педагогов МБДОУ
спортивный зал №80**





**Футбольный матч среди родителей МДОУ
стадион школы №80**



Литература

1. Баскетбол для дошкольников (Адашкявичене Э.Й., М., Просвещение 1983)
2. Воспитание здорового ребенка (Маханева М.Д., М., 1997)
3. Дошкольное образовательное учреждение: управление по результатам (Третьяков П.И., Белая К.Б., М., 2003)
4. Закон РФ «Об образовании»
5. Здоровьесберегающие технологии (Чупаха И.В., Пунаева – Соколова Ю.З., М., 2001)
6. Наш взрослый детский сад (Изергина К.П., Плеснякова Т.В., М., Просвещение 1991)
7. Рекомендации по организации оздоровительной работы в дошкольном учреждении (Шумилова О.А., Барнаул, 2000)
8. Создание ДОУ с приоритетным направлением развития (Биличенко Г.Г., М., ТЦ Сфера, 2005)
9. Управление методической работой в современном ДОУ (М., ТЦ Сфера, 2005)
10. Физическое воспитание детей дошкольного возраста (Луури Ю.Ф., М., Просвещен