



ПРОГРАММА «Здоровье» МДОУ «Детский сад № 158» на 2023 – 2026 г.г.

Разработчики программы:
Заведующий Шомина Г.Л.
Старший воспитатель Полякова Н.В.
Инструктор по ФК Артемичев Ф.П.

Пояснительная записка

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к дошкольникам предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности. Вместе с тем, результаты научных исследований свидетельствуют: количество здоровых детей не превышает 15- 20%. По данным Министерства здравоохранения России, к 6-7-летнему возрасту только 13% детей могут считаться здоровыми, а к моменту окончания школы это число уменьшается в 2,5 раза.

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей - одна из основных задач федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

С каждым годом растет количество детей, страдающих различными заболеваниями и с ограниченными возможностями здоровья. Отмечаются нарушения зрения, осанки, физической подготовки (недостаточная ловкость, нарушение координации движений), так же страдает мелкая моторика. Это обусловлено многими факторами. На здоровье детей отрицательно влияют: ухудшение экологической обстановки, увлечение компьютерными играми, длительное пребывание перед телевизором, громко звучащая музыка, вредные привычки родителей. Поэтому одним из приоритетных направлений в дошкольном воспитании является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

При этом следует помнить, что здоровье — это не только отсутствие болезней, но и состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности. Выделяется несколько компонентов здоровья:

1. Соматическое здоровье — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.
2. Физическое здоровье — уровень роста и развития органов и систем организма.
3. Психическое здоровье — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

От чего же зависит здоровье ребенка?

Статистика утверждает, что на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т. е. экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.

Если на первые 50% здоровья мы, педагоги, повлиять не можем, то другие 50% мы можем и должны дать нашим воспитанникам. Педагоги должны привить ребёнку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка. Одним из главных условий успешности работы в этом направлении является грамотная организация здоровьесберегающего процесса в детском саду.

Ведущие цели деятельности по здоровьесбережению в дошкольном учреждении

1. Обеспечение физического, психологического и эмоционального благополучия воспитанников.
2. Улучшение соматических показателей.
3. Снижение заболеваемости и риска возникновения осложнений после заболеваний.
4. Снижение роста хронической патологии.
5. Улучшение функционального состояния дошкольников.

А в свете введения практики инклюзивного образования добавляется еще одна цель - это обеспечение условий для полноценного проживания детства детьми с ограниченными возможностями здоровья, создание для них доступной и безопасной среды в учреждении.

В нашем учреждении особое внимание уделяется физкультурно-оздоровительному направлению. Ведь все вы знаете распространённое выражение: «Движение - это жизнь!» Физическое воспитание - это не только занятия физкультурой, а целая система организации двигательной деятельности детей дома и в детском саду.

В раннем возрасте у ребенка очень высока двигательная и двигательноречевая активность, которая в дошкольном возрасте дополняется познавательной активностью. Двигательная активность оказывает многостороннее оздоровительное влияние на организм ребенка: развивает мышечную и центральную нервные системы, опорно-двигательный аппарат, обеспечивает усвоение ребенком доступных его возрасту движений, укрепляет потребность в движениях. Регулярная физическая активность приводит к повышенному снабжению кислородом жизненно важных органов, предупреждает риск сердечно-сосудистых заболеваний и мышечной слабости, стимулирует здоровый образ жизни. Для нормального роста, развития и функционирования детского организма физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении должна быть направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. Это - необходимое условие построения фундамента жизни ребенка, которое и обеспечит ему возможность заниматься спортом, и откроет доступ к самым различным видам человеческой деятельности, и просто позволит наслаждаться сильными, уверенными и ловкими движениями собственного тела.

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности

- оздоровление средствами закаливания;
- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- воспитание здорового образа жизни.

Основные принципы системы работы по здоровьесбережению воспитанников

- 1) *Принцип активности и сознательности* — определяется через участие всего

коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов здоровьесбережения и в осуществлении целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

2) *Принцип систематичности и последовательности.* Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

3) *Принцип «не навреди».* Этот принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка

4) *Принцип доступности и индивидуализации.* Оздоровительная работа в детском саду должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

5) *Принцип оздоровительной направленности* нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

6) *Принцип комплексного междисциплинарного подхода.* Работа учитывает тесную связь между медицинским персоналом ДОУ и педагогическим коллективом.

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи программы:

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия детей во время пребывания в дошкольном учреждении;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;
- оказывать всестороннюю помочь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Программа реализует следующие направления:

- Работа с детьми
- Работа с педагогами
- Работа с родителями (законными представителями)
- Укрепление материально – технической базы учреждения

Нормативно-правовая база

Уровни нормативных документов:

- > всемирный;
- > федеральный;
- > региональный;
- > муниципальный;
- > уровень ОУ.

Ведомственная принадлежность:

- > Министерство образования и науки РФ;
- > Министерство здравоохранения и социального развития РФ;
- > Министерство спорта, туризма и молодёжной политики РФ.

Федеральные и региональные документы регламентируют:

- > организацию учебного процесса, в том числе промежуточной и итоговой аттестации обучающихся;
- > гигиенический режим ОУ (тепловой, световой, режим двигательной активности и т. д.);
- > организацию питания обучающихся;
- > систему мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- > расследование несчастных случаев в ОУ;
- > деятельность по профилактике распространения ВИЧ-инфекции и аддиктивного поведения среди несовершеннолетних.

Локальные акты ОУ:

- > приказы;
- > должностные инструкции;
- > положения.

Перечень нормативно-правовых документов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность образовательных учреждений

1. Конвенция о правах ребёнка (1989г.).

2. Кодексы РФ:

- Гражданский процессуальный кодекс РФ (с изменениями на 28 июня 2009 года);
- Семейный Кодекс РФ (с изменениями на 30 июня 2008 года) (редакция, действующая с 1 сентября 2008 года);
- Трудовой кодекс РФ с изменениями и дополнениями;
- Кодекс РФ об административных правонарушениях;
- Уголовный кодекс РФ.

3. Федеральные законы:

- "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- "Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан" от 22 июля 1993 года № 5487-1 (в ред. Указа Президента от 24.12.93 № 2288, в ред. ФЗ от 02.03.98 № 3О-ФЗ);
- "Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний" от 24.07.98 № 125-ФЗ, 22.04.2003 № 47-ФЗ;
- "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24.07.98 г. № 124-ФЗ (с изменениями от 20 июля 2000 г.);
- "Об утверждении Федеральной программы развития образования" от 10.04.2000 г. № 51-ФЗ;

- "Об иммунопрофилактике инфекционных болезней" от 17.09.98 г. №157- ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17.10.2013 г. №1155;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

4. Постановления Правительства РФ:

- Постановление Правительства РФ от 22 января 2007 года №30 «Об утверждении Положения о лицензировании медицинской деятельности» (с изменениями на 7 апреля 2008 года, редакция, действующая с 1 января 2009 года);
- Постановление Правительства РФ от 29 декабря 2001 года №916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи»;
- Указ Президента РФ от 01.06.2012 года №761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы»;
- Распоряжение Правительства РФ «Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 г.» от 17.11.2008 года №1662-р.

5. Приказы и другие нормативно-правовые акты Министерства образования и науки РФ:

- «Об утверждении примерного положения о Центре содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения». Приказ Министерства образования Российской Федерации от 15 мая 2000 г. № 1418.;
- «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации». Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта России и РАО от 16 июля 2002 г. № 2715/227/166/19,
- «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях». Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации от 30 июня 1992 года № 186/272.

6. Инструктивные письма:

- "О психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПк) образовательного учреждения" Письмо Министерства образования Российской Федерации от 27.03.2000 г. №27/901-6.
- «О создании безопасных условий жизнедеятельности обучающихся в образовательных учреждениях». Письмо Министерства образования Российской Федерации от 12.07.2000 № 22-06-788;
- "Об организации работы логопедического пункта общеобразовательного учреждения". Инструктивное письмо Министерства образования Российской Федерации от 14.12.2000. № 2;
- «О проведении Всероссийского дня здоровья детей». Письмо Министерства образования Российской Федерации от 3 февраля 2003 года № 27/2573-6;

7. Приказы и другие нормативно-правовые акты Министерства здравоохранения и социального развития РФ

- «Концепция охраны здоровья здоровых в Российской Федерации». Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21 марта 2003 года № 113;
- «Об утверждении "Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений».
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.07.2000 №241;

В детском саду организован оптимальный двигательный режим

Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
Определение уровня физического развития	Все группы	2 раза в год (сентябрь, май)	Ст. медсестра Инструктор по ФК Воспитатели групп
Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительная группы	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач
Утренняя гимнастика	Все группы	ежедневно	Воспитатели групп
Физическая культура в зале на воздухе	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по ФК Воспитатели групп
Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по ФК, воспитатели групп.
Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по ФК, музык. руководитель, воспитатели
Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
Профилактика гриппа и простудных заболеваний:	Все группы	в неблагоприятные периоды	Старшая медсестра

В детском саду созданы условия для двигательной активности и оздоровления детей

- оборудован спортзал и уличная спортивная площадка;
- гибкий режим дня;
- разнообразное оборудование в группах детского сада, в том числе выполненное самостоятельно воспитателями групп;
- наличие спортивных уголков в группах;
- отработка оптимальных режимов организации жизни детей с учетом основного и дополнительного образования;
- чередование занятий с целью снижения утомляемости;
- правильный подбор и проведение подвижных игр в течение дня;
- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;
- преобладание положительных эмоций во всех видах двигательной активности и ежедневном распорядке дня;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Оборудование спортивного зала

Тип оборудования	Наименование	К - во
	Доска гладкая	3
	Доска гладкая с зацепами	2

Спортивный инвентарь	Доска с ребристой поверхностью	1
	Скамейка гимнастическая	3
	Гимнастическая стенка (стационарная)	1
	Лестница приставная	2
	Лестница (треугольная)	2
	Массажная дорожка	3
	Дорожка модульная балансировочная «Бревнышки»	1
	Дорожка массажные «Листочки»	6
	Ходунки «Пеньки»	4
	Ходунки «Лапы»	2
	Дорожка для ходьбы	1
	Мат гимнастический	3
	Валик массажный	5
	Набор для физкультурно-оздоровительных занятий элементов)	1
	Лыжный комплект деревянный Тек 10/60	10
	Лыжный комплект деревянный 110/75	10
	Крепления (палка/обруч плоский)	4
Для катания, бросания, ловли	Набор для игры в бадминтон (2 ракетки +6 воланчиков)	2
	Кегли набор	2
	Кегли	30
	Кольцеброс	2
	Кольцеброс с корзиной	1
	Конус с отверстиями	30
Для ползания и лазания	Мешочек для метания	5
	Мяч большой (фитбол)	2
	Мяч средний (фитбол)	27
	Мяч диаметр 20см (резиновый)	3
	Мяч гимнастический утяжеленный для фитнеса цветной	3
	Мяч массажный	30
Предметы для ОРУ	Мяч полый резиновый	20
	Дуга малая	2
	Дуга металлическая	4
	Дуга большая	2
	Гантели	20
	Лента короткая	27

	Гири пластмассовые	5
	Кубики	28
	Платочки	20
	Батут	2
	Набор для игры в хоккей (клюшка, шайба)	1
	Стойка «Баскетбол»	1
	Мяч баскетбольный	4
	Набор для игры в городки	3
	Диск «Здоровье»	2
	Силовой эспандер	4
	Сухой бассейн	1
Тренажеры	Стационарно установленный спортивный комплекс (лестница, канаты 4 шт., перекладины, качели, кольца)	1
	Модуль опорный многофункциональный №4 (12 элементов)	1
	Набор мягких модулей: (элемент «Балка»-2 элемент «Трапеция»-4 элемент «Куб»-3 элемент «Треугольник» -3 элемент «Треугольник» 2	1

Оздоровительные и закаливающие мероприятия:

- обеспечение здорового образа жизни (щадящий режим (во время адаптации), организация микроклимата в группе);
- физические упражнения, утренняя гимнастика, физкультурно - оздоровительные занятия, профилактическая гимнастика спортивные, подвижные игры;
- гигиенические, водные и закаливающие процедуры (обширное умывание);
- световоздушные ванны;
- рациональное питание;
- аутотренинг и психогимнастика;
- дыхательная гимнастика;
- сон с доступом свежего воздуха;
- прогулки на свежем воздухе;
- солнечные ванны (в летний период);
- игры с водой (в летний период);
- сквозное проветривание;
- рациональная одежда детей в соответствии со временем года и погодой;
- обеспечение светового и цветового сопровождение среды и учебного процесса.

Примерный двигательный режим

Формы организации	Особенности организации и длительность										
	группа раннего возраста 1-2 года	группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4 -5 лет	Старшая группа 5 -6 лет	Подготовительная группа 6 -7 лет					
1. Организованная образовательная деятельность «Физическая культура»											
Физическая культура в помещении	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин					
Физическая культура на улице	-	-	-	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин					
Музыка (часть занятия)	2 раза в неделю 3-5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 7 мин	2 раза в неделю 9 мин	2 раза в неделю 11 мин					
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня											
Утренняя гимнастика	Ежедневно										
	10 мин	10мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин					
Подвижные игры	Ежедневно не менее 3 раз в день										
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	15-20 мин					
Спортивные игры, упражнения				Целенаправленное обучение на каждой прогулке							
Физические упражнения	Ежедневно на прогулке										
	3-5 мин	5-8 мин	8 мин	8-12 мин	12-16 мин	16 мин					
Физкультурная минутка (в середине статистического занятия)	1-3 мин	1-3 мин	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятия								
	-	-	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3 -5 мин					
Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю										
	3-5 мин	5-10 мин	10- 15 мин	15 мин	15 -20 мин	20 мин					
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно										
	5-10 мин	5-10 мин	15 мин	15 мин	15мин	15 мин					
Индивидуальная и подгрупповая работа по развитию движений	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки										
	3-5 мин.	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	15 мин					
3. Активный отдых											
Физкультурный досуг	1 раз в месяц										
	15 мин	20 мин	25 мин	40 мин	40 мин						
Физкультурный праздник	-	1-2 раза в год									
				40 мин	50 мин	60 мин					
День здоровья	-	2 раза в год (сентябрь /май)									
Самостоятельная двигательная деятельность											
Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей										
Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей										
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей										

Сотрудничество с родителями

Достижение положительных результатов в оздоровлении дошкольников возможно только при тесном сотрудничестве коллектива ДОУ и родителей.

Педагоги нашего дошкольного учреждения активно вовлекают родителей в активный образовательный процесс, чтобы полученные ими знания по физическому воспитанию детей воплощались и в семейных условиях. Основу этих знаний составляет предоставление широкой информации родителям о результатах медицинских осмотров и результатах обследования двигательной подготовленности детей, о важности проведения тех или иных гигиенических, педагогических и оздоровительных мероприятий, о значении режима дня и т. д. И если родители будут применять полученные знания на практике в семейных условиях, это позволит достичь систематичности в работе по здоровьесбережению и закрепить у детей положительные навыки и привычки в отношении к своему здоровью.

Задачи

1. Изучить особенности семьи, уровень культуры здоровья в ней.
2. Осуществлять психологическую поддержку семей в период адаптации детей к детскому саду.
3. Осуществлять психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам здоровьесбережения и психоэмоционального благополучия ребёнка.
4. Проводить консультативную работу с родителями по мере необходимости и по запросу.
5. Вовлекать родителей в воспитательно-образовательный процесс детского сада с использованием различных форм работы.

Основу социального партнерства составляет модель взаимодействия детского сада и семьи, которая включает следующие компоненты:

- Мотивационная готовность - осознанное отношение родителей, детей и педагогов к вопросам основ физической культуры;
- Физическая готовность - повышение уровня физической подготовленности детей, мотивация к активной двигательной деятельности;
- Педагогическая готовность - создание образовательного пространства «родители - дети - педагоги» на основе знаний закономерностей психофизического развития ребенка;
- Социальная готовность - создание атмосферы сотрудничества, взаимопонимания и доверия между родителями, детьми и педагогами.

Все эти компоненты взаимосвязаны и могут функционировать как единое целое. Таким образом, целенаправленная система социального партнерства детского сада и семьи позволит сформировать оптимальный двигательный режим, повысить уровень развития двигательных способностей дошкольников.

К вопросу организации взаимодействия с родителями необходим творческий неформальный подход педагогов. Важно помнить, что родителям необходимы не только теоретические знания, но и практические навыки. Поэтому целесообразно использовать оптимальное сочетание форм сложившейся традиционной системы работы с родителями с нетрадиционными формами взаимодействия с семьей, которые основываются на совместной деятельности и обмене опытом, мыслями, чувствами, переживаниями.

Принципами совместной работы ДОУ с семьей по воспитанию здорового ребенка являются:

1. Единство требований. Взаимопонимание семьи и детского сада состоится при согласованности воспитательных целей и задач, позиций обеих сторон, выстроенных по принципу единства, уважения и требований к ребенку, распределения обязанностей и ответственности.
2. Гуманный подход к выстраиванию взаимоотношений семьи и ДОУ. Признание достоинства, свободы личности, терпимость к мнению другого: доброе, внимательное отношение всех участников взаимодействия.
3. Открытость. Новые социальные изменения в обществе требуют от воспитателя ДОУ открытости по отношению к семье воспитанника. Подобный подход будет действенным в том случае, если провозглашаемые ценности преобразуются в ценности, объединяющие социальный, интеллектуальный, культурный опыт всех, живущих в едином педагогическом пространстве: самих детей, членов их семей, воспитателей, специалистов ДОУ, социального окружения.
4. Индивидуальный подход к каждой семье. Все семьи отличают друг от друга. Эти различия зависят от многих факторов: родительской и человеческой культуры, традиций семьи, социального положения, обязанностей, здоровья членов семьи, ее состава, жилищных условий, внутрисемейных отношений и многого другого.
5. Эффективность форм взаимодействия ДОУ и семьи. Реалии современности требуют изменения привычной ситуации и выстраивания системы взаимодействия с родителями. Эффективность выбора форм зависит от умения выделить наиболее важные проблемы сторон, привлечь к ним внимание, искать приемлемый путь решения. Формы выбираются в соответствии с региональными, культурно-историческими, социальноэкономическими, социально-психологическими условиями, интересами семьи, возможностями ДОУ и др.
6. Обратная связь. Партнерство родителей и педагогов предполагает хорошо наложенную обратную связь. Она необходима для того, чтобы изучить мнение родителей по разным вопросам воспитания, деятельности ДОУ.

Основные этапы работы с семьей

I этап - подготовительный этап. Именно на этом этапе осуществляется своеобразное моделирование процесса сотрудничества дошкольного учреждения и семьи, и подготовка воспитателей к деловому и личностному взаимодействию с родителями. Для педагогов ежегодно проводятся коммуникативные тренинги и тренинги по взаимодействию с родителями.

II этап - мотивация родителей на будущее деловое сотрудничество. На этом этапе необходимо заинтересовать родителей той работой, которую предполагается с ними проводить.

III этап - формирование у родителей более полного образа своего ребенка и правильного его восприятия посредством сообщения им информации об особенностях ребенка, полученной воспитателем по результатам педагогической диагностики, а также в процессе общения с ним. Осуществляется эта работа в индивидуальной форме во время утреннего приема и вечером, когда детей забирают домой.

IV этап - активное взаимодействие с родителями по вопросам здоровьесбережения. На данном этапе планируется конкретное содержание работы с родителями и

выбираются формы сотрудничества, специфичные для каждой возрастной группы (с учетом возможностей и индивидуальных особенностей каждого воспитателя). Реализовываться эта работа может двумя путями:

- фронтальная работа, когда перед всеми родителями ставятся общие задачи и применяются общие методы;
- индивидуальная работа с родителями и детьми.

Формы и методы работы с родителями:

1. Психолого-педагогическое просвещение родителей через информационные стенды и газеты для родителей. Информирование родителей о состоянии и перспективах отдельных групп и ДОУ в целом осуществляется на общих и групповых родительских собраниях и групповых консультациях.

2. Большую помощь оказывают родителям специалисты и медработники в системе консультационной работы, особенно в период адаптации детей к условиям детского сада и при наличии у некоторых из них каких-либо проблем с физическим, психическим, интеллектуальным или социальным здоровьем.

3. Включению родителей в воспитательно-образовательный процесс способствуют дни открытых дверей, привлечение родителей к проведению отдельных занятий, соревнований, праздников, развлечений, демонстрации личностных достижений воспитанников и др.

Содержание работы

- Анкетирование: «Какое место занимает физкультура в вашей семье», «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье», «О здоровье всерьез», по здоровому образу жизни и др.
- Родительские собрания: «За здоровьем в детский сад», «Физкультура - это сила и здоровье!», «Закаляйся, если хочешь быть здоров!» и др. Для проведения родительских собраний педагогами детского сада разработаны презентации «Здоровая семья - здоровый ребенок», «Хочешь быть здоровым - будь им!», «Арттерапия», «Изотерапия в детском саду».
- Спортивные праздники с родителями: «Папа, мама я, - спортивная семья», «Джунгли зовут», «Мой веселый звонкий мяч» и др.
- Проектная деятельность «Футбол с детства», «Я хочу здоровым быть», «Лечение радостью», «Как стать богатырем» и др.
- Выставки детских работ
- Фотовыставки «Мы любим спорт», «Закаливаемся дома», «ГТО – глазами детей» и др.
- Семейные стенгазеты «Спорт в нашей семье», «Мама, папа, я, - спортивная семья», «ГТО – шагает по стране»
- Разнообразная стеновая информация
- Размещение материала на сайте детского сада
- Индивидуальные консультации
- «Дни открытых дверей» и многое другое.

Организованной формой двигательной активности детей являются **физкультурные занятия**. Занятия по физической культуре в нашем ДОУ строятся в соответствии с основной общеобразовательной программой детского сада,

разработанной с учетом примерной основной общеобразовательной программы «От рождения до школы», под редакцией М. А. Васильевой, Н. Е. Вераксы и Т. С. Комаровой.

Так же в работе используются парциальные программы: Л. И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду», Ю.А. Кирилловой «Физическое образование и воспитание детей логопедических групп с общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет»

При проведении занятий инструктор по физкультуре использует как традиционные, так и нетрадиционные формы занятий: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты, на спортивных тренажёрах и др. Занятия строятся с учетом современных

здоровьесберегающих технологий (учет групп здоровья детей, медицинские рекомендации), применяется разноуровневое обучение (дифференцированный подход к детям, имеющим разный уровень физической подготовленности), коллективный способ обучения (спортивные игры, игровые задания), используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию.

В детском саду регулярно проводятся спортивные праздники и развлечения: «Праздник здоровья», «Папа, мама, я - спортивная семья», «Веселые старты», «Спортивное лето», «Забивака собирает друзей», «Как Баба Яга внука в армию провожала», «У Лукоморья», «К здоровью вместе», «Неделя зимних забав и развлечений» и др., а также ежеквартально проводятся дни здоровья. Наши воспитанники участвуют в спортивных мероприятиях: спортивно - семейный квест «К здоровью – вместе» в рамках Всероссийского Дня физкультурника, городская легкоатлетическая эстафета на приз летчика-космонавта В.В. Терешковой, Ярославский полумарафон «Золотое кольцо», участие в лыжном фестивале «Юный лыжник 2019», Открытое первенство города Ярославля по футболу среди дошкольников. Параллельно с физическим развитием идет обучение детей основам культуры здоровья. Педагоги включают в свою деятельность цикл занятий "Познай себя".

Валеологический материал органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности. С детьми разучаиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, дыхательной системы, формируются навыки самомассажа.

Здоровье детей в немалой степени зависит от наличия фактора безопасного существования. Поэтому воспитатели огромное внимание уделяют внедрению технологии "Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста". Наиболее проработанным направлением данной программы у нас являются вопросы обеспечения безопасности детей в ситуациях дорожного движения, создан уголок ОБЖ.

Система методической работы по повышению компетентности педагогов

В нашем детском саду система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей направлена на профессиональное становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

Одним из видов деятельности мы рассматриваем проведение педагогических советов, мастер-классов и консультаций для педагогов, на которых воспитатели и

специалисты имеют возможность не только узнать о деятельности коллег, но и систематизировать знания, осмыслить собственные подходы к работе.

Ежегодно одно из педагогических совещаний посвящается состоянию физкультурно-оздоровительной работе в детском саду, проходят конкурсы на лучшее оформление физкультурных уголков в группах.

Знакомясь с опытом работы педагогов города, воспитатели посещают методические объединения.

Результативность программы «Здоровья»

Созданная в детском саду система по здоровьесбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. Проводимая нами работа дает положительный результат. Анализируя данные диагностических обследований в начале и в конце года, мы отмечаем положительную динамику в развитии детей. Этому способствует совместная, целенаправленная систематическая работа по физкультурно-оздоровительному направлению деятельности руководства и специалистов ДОУ.

Анализ заболеваемости и посещаемости детей ДОУ

Основные показатели	2019-2020 учебный год	2020-2021 учебный год	2021-2022 учебный год
Пропуск по болезни (общая заболеваемость)	192/652	181/907	166/761
ЧБД (чел)	22	18	17
Дети - инвалиды	21	17	19

Как видно из таблицы уровень заболеваемости детей в ДОУ уменьшается, так же уменьшается процент часто болеющих детей. Возросла посещаемость детей. Этому способствовала оздоровительно- профилактическая работа: прогулки на свежем воздухе, воздушные ванны, самомассаж биологически активных точек, дыхательная гимнастика, ходьба с использованием дорожек здоровья и массажным коврикам до и после сна, утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры в помещении и на свежем воздухе.

Благодаря системной работе, по охране жизни и здоровья дошкольников, в течение 2019 - 2022 учебных годов в ДОУ не отмечено вспышек инфекционных заболеваний. Все это говорит о плодотворной, систематической работе педагогов, инструктора по ФК и медицинской сестрой по охране, укреплению здоровья.

Таким образом, реализуемый комплекс оздоровительных мероприятий, направленных на охрану, укрепление и коррекцию здоровья воспитанников благоприятно влияет на рост и развитие детского организма.

работы в МДОУ «Детский сад № 158» на 2023 - 2026г.г.

- Пополнение спортивного инвентаря в группах, физкультурном зале, для игр на прогулке.
- Обновление мебели в групповых помещениях в соответствии с СанПиНами, современными эстетическими требованиями.
- Проведение косметического ремонта в групповых помещениях, в физкультурном зале.
- Переоборудование спальных мест детей в соответствии с современными гигиеническими требованиями, санитарными нормами.
- Оснащение медкабинета.
- Снижение уровня заболеваемости часто и длительно болеющих и ослабленных детей.
- Улучшение показателей физического развития детей.
- Улучшение психологического микроклимата в группах, где находятся часто и длительно болеющие и ослабленные дети.
- Продолжение работы по внедрению в образовательный процесс современных здоровьесберегающих технологий.
- Совершенствование форм семейного воспитания детей по оздоровительной работе.
- Взаимодействие педагогов и родителей по оздоровлению детей.
- Привлечение родителей к участию в физкультурных мероприятиях, праздниках.

Предполагаемый результат:

- Улучшение психоэмоционального состояния воспитанников.
- Улучшение здоровья воспитанников, снижение заболеваемости.
- Привитие детям навыков здорового образа жизни.