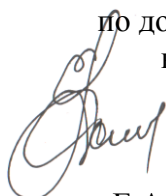


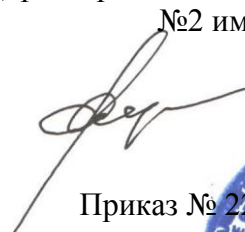
«Рассмотрено и принято»  
На педагогическом совете  
протокол № 1 от 30.08.2022

Согласовано  
Заместитель директора  
по дошкольному  
воспитанию



Е.А. Болотнова

Утверждаю  
Директор МБОУ «Радищевская СШ  
№2 им. А.Н.Радищева»



С.В. Стрелкова

Приказ № 220а от 30.08.2022



# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«РАДИЩЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 ИМЕНИ А.Н.  
РАДИЩЕВА»  
(ДОШКОЛЬНАЯ ГРУППА)  
НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД.**

Р.П РАДИЩЕВО  
2022 ГОД

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа «Здоровье» МБОУ «Радищевская СШ №2 им. А.Н.Радищева» (дошкольная группа) является нормативным документом, регламентирующим процесс перевода ДОУ из фактического состояния на качественно новый уровень развития. Программа разработана в соответствии с законом РФ «Об образовании».

### **АКТУАЛЬНОСТЬ**

Дошкольное образовательное учреждение призвано создать основу для дальнейшего развития ребенка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития. Решающими критериями качества дошкольного образования являются его здоровьезберегающая и здоровье укрепляющая ориентация.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, несбалансированным питанием.

Сложившееся в последние годы положение в практике общеобразовательных учреждений, требует внимания к проблеме детей с трудностями в обучении, охране их соматического и психического здоровья, поиску дифференцированных форм организаций обучения и воспитания, обеспечивающих полноценное образование и развитие личности.

Данный проблемный анализ позволяет сделать вывод об актуализации создания единого образовательного пространства, обеспечивающее разностороннее и целостное развитие ребенка.

### **ПРОГНОСТИЧНОСТЬ**

Данная программа позволит педагогам, работая в инновационном режиме, перейти на качественно новый уровень развития: совершенствовать воспитательно-образовательное коррекционно-развивающее пространство ДОУ.

### **РЕАЛИСТИЧНОСТЬ**

В программе определены конкретные цели, задачи, содержание, образ желаемого будущего, технология их достижения с учетом условий ДОУ.

### **ЦЕЛОСТНОСТЬ**

Целостность программы заключается в комплексном дидактическом характере воздействия педагога и интеграции реализуемых целей.

### **КОНТРОЛИРУЕМОСТЬ**

На всех этапах реализации программы развития определены промежуточные и конечные цели (целевые индикаторы), направленные на результат, определен продукт деятельности.

### **ОПТИМАЛЬНОСТЬ**

Технология достижения поставленных цели и задач позволяет получить максимально полезный результат в определенный программой сроки.

### **ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТЬ**

Программа является коллективным делом педагогов ДОУ, в ней отражены коллективный поиск новых идей, способы решения выявленных проблем, изучение опыта педагогов ДОУ, ученых.

## **I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

### **Основания для разработки программы**

- важнейшие положения Конвенции ООН о правах ребенка;
- Конституция Российской Федерации;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- ФГОС ДО;
- Концепция дошкольного воспитания;
- Устав МБОУ.

**Цель программы:** Создание единого образовательного пространства, обеспечивающее воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка.

### **Сроки реализации программы**

Подготовительный этап (мотивационно-целевой) - 2022 – 2023 гг.

Проблемно-целевой анализ ситуации МБОУ.

Обеспечение мотивационной готовности педагогов;

Систематизация и обобщение внутреннего опыта деятельности МБОУ, создание интегрированной модели взаимодействия всех специалистов;

Установление сотрудничества с внешними социальными институтами ( ГУЗ «Радищевская РБ» р.п. Радищево)

Повышение квалификации педагогов и педагогического мастерства через консультативную поддержку, семинары, активизация процесса самообразования педагогов;

Организационно-практический этап - 2022 – 2025 гг.

Овладение здоровьесберегающими технологиями педагогами МБОУ;

научно-методическое обеспечение качественно нового уровня ВОП в рамках новой модели учреждения;

разработка новых форм взаимодействия МБОУ и семьи;

создание эффективной модели психолого-педагогической службы в МБОУ;

Заключительный этап (оценочно-рефлексивный)- 2025 – 2026 гг.

Рефлексия деятельности;

Систематизация опыта работы МБОУ

Определение дальнейших перспектив развития МБОУ

### **Источники финансирования**

Финансирование Программы осуществляется из бюджетных средств МБОУ, внебюджетных средств МБОУ, за счет дополнительных образовательных услуг.

### **Ожидаемые результаты**

#### Ребенок

- снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка, приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности и закаливания.

- систематизация опыта формирования у детей психоэмоциональной устойчивости. Повышение уровня валеологических знаний.

#### Педагог

- Повышение профессиональной компетентности педагогов,
- Обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления.
- Реализация социального заказа родителей.

#### Родители

- Определение родителями позиции равноправных участников ВОП.

#### Социум

- Организация психолого–педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»;
- организация сотрудничества с учреждениями культуры, образования и здравоохранения микрорайона.

#### Материально-техническая база

- Модернизация медицинских кабинетов;
- Соответствие мебели в группах нормам СанПиН;
- Организация качественного питания;
- Обновление игрового и спортивного оборудования, техническое оснащение, Обновление стационарного оборудования.

#### **Задачи программы:**

1. Формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников;
2. Разработка и реализация индивидуальных и коллективных программ оздоровления детей в детском саду, исходя из особенностей их психофизического развития, направленных на сохранение здоровья, оздоровление детей и обучение их здоровому образу жизни;
3. Разработка организационно-педагогических рекомендаций по оптимизации образовательного процесса на валеологической основе.

#### **Основные направления программы:**

- I. Валеологическое образование детей.
- II. Комплексная диагностика
- III. Физкультурно-оздоровительная работа
- IV. Коррекционная работа
- V. Консультативно-информационная работа
- VI. Материальное обеспечение программы

**Исполнители программы:** Коллектив МБОУ

**Программа утверждена** на педагогическом совете

## II. ПРОБЛЕМНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ АНАЛИЗ

Показатели	Реальное	Идеальное	Достижимое
Предметно-развивающая среда	Недостаток современного стандартного оборудования	Разнообразие предметной среды в МБОУ, стимулирующей развитие ребенка	Обновление и наполнение среды с учетом возможностей МБОУ, требований ребенка и родителей
Комплексное психолого-педагогическое обеспечение Интеграция специалистов	Большой процент детей соматически больных и ослабленных (до 35%) Недостаточное взаимодействие в работе всех специалистов в рамках сопровождения индивидуального развития ребенка	Обеспечение деятельности всех направлений, сопровождения развития ребенка на уровне отдельных служб	Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровье» Усовершенствование психолого-педагогической службы (ППк, консультативный пункт)
Образовательное пространство	Несоответствие программного материала, приводит к повышению умственной нагрузки	Базовая программа, реализующая содержание дошкольного образования	Оптимизация реализуемого содержания на основе составления плана совместной работы специалистов. Создание планов взаимодействия всех специалистов.
Дополнительное образовательное пространство	Работа кружков и студий по интересам детей. Взаимодействие с учреждениями дополнительного образования.	Расширение услуг, повышение качества дополнительного образования на основе перестройки деятельности всех специалистов	Повышение качества дополнительного образования.

Включенность семьи Преемственность	Слабая включенность семьи в работу МБОУ. Низкий образовательный уровень, отсутствие преемственности в воспитании и образовании детей.	Родители – партнеры в образовательном процессе. Построение единой системы преемственного воспитания	Открытая система отношений педагогов и семьи, основанная на психологии доверия.
Мастерство и профессионализм педагогов	Недостаточный уровень овладения современными технологиями, инновациями.	Педагог-универсал, творчески развивающаяся личность.	Повышение квалификации педагогов, повышение мотивации к овладению инновационными технологиями, обучение современным образовательным технологиям.
Материально-техническая база, ресурсы	Средний уровень материального обеспечения МБОУ.	Современное техническое оборудование	Расширение и укрепление материально-технической базы МБОУ.

**Таким образом,** проблемно - ориентированный анализ выявил потенциал развития и показал, что МБОУ необходимо комплексное обновление системы физкультурно оздоровительно и коррекционно-развивающей работы.

<b>Проблема</b>	<b>Ожидаемый результат</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Остается высокой заболеваемость детей;</li> <li>• низкая посещаемость детей по разным причинам;</li> <li>• есть дети с нарушением осанки и плоскостопия, часто болеющие дети, дети-инвалиды;</li> <li>• не достаточно осуществляется индивидуальный подход;</li> <li>• неэффективное использование спортивного инвентаря в группах;</li> <li>• не все педагоги дошкольной группы соблюдают двигательный режим;</li> <li>• низкая заинтересованность родителей в системном</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Показатели, характеризующие успешность решения задачи №1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Снижение заболеваемости детей, сохранение и укрепление здоровья;</li> <li>• высокая посещаемость детей дошкольной группы;</li> <li>• профилактика детей с нарушением осанки и плоскостопия, часто болеющих детей;</li> <li>• осуществление индивидуального подхода в физическом развитии с детьми-инвалидами;</li> <li>• учитывание педагогами индивидуального подхода к каждому ребенку: особенности развития, темперамента, характера, состояния здоровья;</li> <li>• активное использование спортивного инвентаря в группах (организация эстафет, спортивных игр и т.д.);</li> </ul>

<p>физическом развитии детей;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• у детей нет потребности в движении, увлечение детей гаджетами.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• соблюдение двигательного режима педагогами;</li><li>• активное участие родителей;</li><li>• сформированная потребность в движении у дошкольников.</li></ul>
--	---

### **III. КОНЦЕПЦИЯ МБОУ**

#### **ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЦЕЛЬ**

Создание единого образовательного пространства, обеспечивающее воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка.

#### **ПОДЦЕЛИ**

- Воспитание здоровой и всесторонне развитой личности ребенка;
- Оптимизация педагогического процесса в ДОУ;
- Формирование потребности педагога в саморазвитии и рефлексии.

#### **ОБРАЗ ЖЕЛАЕМОГО БУДУЩЕГО**

#### **ОБРАЗ ВЫПУСКНИКА МБОУ**

- Сохранение, укрепление соматического здоровья ребенка.
- Физическое развитие – овладение различными видами движений, развитие двигательных качеств (быстрота, ловкость, выносливость и т.д.).
- Развитие сенсомоторной координации.
- Произвольность всех психических процессов.
- Сформированность волевых качеств и привычек.
- Положительный образ «Я».
- Эмоционально-положительная, адекватная самооценка.
- Благополучие внутреннего мира (нормальный уровень тревожности).

#### **ОБРАЗ ПЕДАГОГА МБОУ**

Теоретическая компетентность:

- Общенаучная;
- психолого-педагогическая;
- методическая;

Технологическая компетентность -

Умение:

- Планировать педагогический процесс;
- Определять задачи и содержание ВОП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- Эффективно организовывать деятельность детей в разных ее видах;
- Осуществлять координацию своей деятельности с другими участниками ВОП;
- Привлекать родителей к участию в деятельности МБОУ;
- Безусловно принимать ребенка;
- Находить и раскрывать ресурсы ребенка во всех видах его активности;
- Участие в консультировании родителей;
- Разработка собственных проектов развивающей образовательной деятельности;
- Самостоятельный анализ ситуации в группе, прогноз ее дальнейшего развития;
- Выбор стратегии, содержания, дидактического материала и создание развивающей среды в группе;
- Накапливание, обобщение и распространение опыта работы;
- Психолого-педагогическая рефлексия деятельности;
- Стремление к самообразованию, самоусовершенствованию, повышение педагогического мастерства.



## **IV. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ:**

### **I. Валеологическое образование детей**

В соответствии с программой в образовательной области «Здоровье» представлены следующие темы образовательной деятельности:

#### Младшая группа

- Развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;
- Знакомство со схематическим изображением лица;
- Развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;
- Развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- Развитие способности к пониманию символических обозначений различных эмоциональных состояний;
- Развитие представлений о группе, принадлежности к ней; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим детям;
- Развитие положительного отношения к себе и своему имени;
- Развитие представлений детей о принадлежности к женскому и мужскому полу, особенностях поведения девочек и мальчиков.

#### Средняя группа

- Развитие представлений о своем теле:
  - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
  - Кровеносная система и кожа;
  - Дыхательная и пищеварительная система;
  - Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье

#### Старшая и подготовительная группы

- Развитие представлений о своем теле:
  - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
  - Кровеносная система и кожа;
  - Дыхательная и пищеварительная система;
  - Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье
  - Польза и влияние на организм физических упражнений, правильного питания, ведение здорового образа жизни

### **II. Комплексная диагностика**

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами детской поликлиники и детского сада:

- Осмотр детей специалистами детской поликлиники;
- Регулярный осмотр детей медицинским персоналом детского сада;
- Определение группы здоровья;
- Диагностика речевого развития детей логопедом, воспитателями детского сада;
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием:

- Диагностика общей физподготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
- Антропометрия.

2.3. Определение соответствия образовательной среды:

- Создание условий (оборудование физкультурного зала, наличие спортивных уголков в группах)
- Изучение литературы, составление перспективных планов с использованием оздоравливающих технологий, анкетирование сотрудников детского сада
- Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.

### **III. Физкультурно-оздоровительная работа**

3.1. Занятия по физкультуре всех видов:

- Традиционные;
- занятия-тренировки;
- занятия-соревнования;
- занятия-зачеты;
- интегрированные занятия;
- праздники и развлечения.

3.2. Комплекс психогигиенических мероприятий:

- Психодиагностика;
- Элементы аутотренинга и релаксации;
- Психогимнастика;
- Элементы музыкотерапии;
- Элементы сказкотерапии, смехотерапии;
- Фитодизайн;
- Обеспечение благоприятного психологического климата в дошкольной группе.

3.3. Система закаливающих процедур:

- Воздушное закаливание;
- Водное закаливание;
- Хождение по «дорожкам здоровья»;
- Хождение босиком;
- Полоскание горла и рта;
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

3.4. Активизация двигательного режима воспитанников:

- Обеспечение двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- Создание необходимой развивающей среды;
- Проведение подвижных и спортивных игр, пеших переходов во время прогулок;
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- Проведение утренней гимнастики, физкультминуток, гимнастики после сна;
- Хождение босиком на занятиях физкультурой, в летний период - на прогулке.

3.5. Использование оздоравливающих технологий:

- Точечный массаж;
- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
- Дыхательная гимнастика по Стрельниковой;
- Психогимнастика по методике Чистяковой;
- Специальные и коррекционные зрительные гимнастики;

- Хождение по «дорожке здоровья», использование массажеров.

### 3.6. Профилактическая работа:

- Постоянный контроль осанки;
- Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой;
- Подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- Фито - и аромотерапия;
- Витаминотерапия;
- Кварцевание;
- Сбалансированное питание;
- Вакцинация против гриппа;
- Употребление соков, фруктов;
- Употребление свежего чеснока и лука.

### **IV. Коррекционная работа**

- Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;
- Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой;
- Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
- Коррекция психических процессов, задержки психического развития;
- Коррекция психоэмоциональной сферы;
- Коррекция зрительного восприятия.

#### Мероприятия:

- Дыхательные упражнения в группе и на занятиях физкультурой;
- Самоомассаж;
- Упражнения и игры профилактического и коррекционного характера;
- Индивидуальная работа с детьми.

### **V. Консультативно-информационная работа**

#### 5.1. С педагогами и персоналом:

- Семинары, консультации;
- Открытые просмотры и показы оздоравливающих технологий;
- Выставки дидактического материала и литературы;

#### 5.2. С родителями:

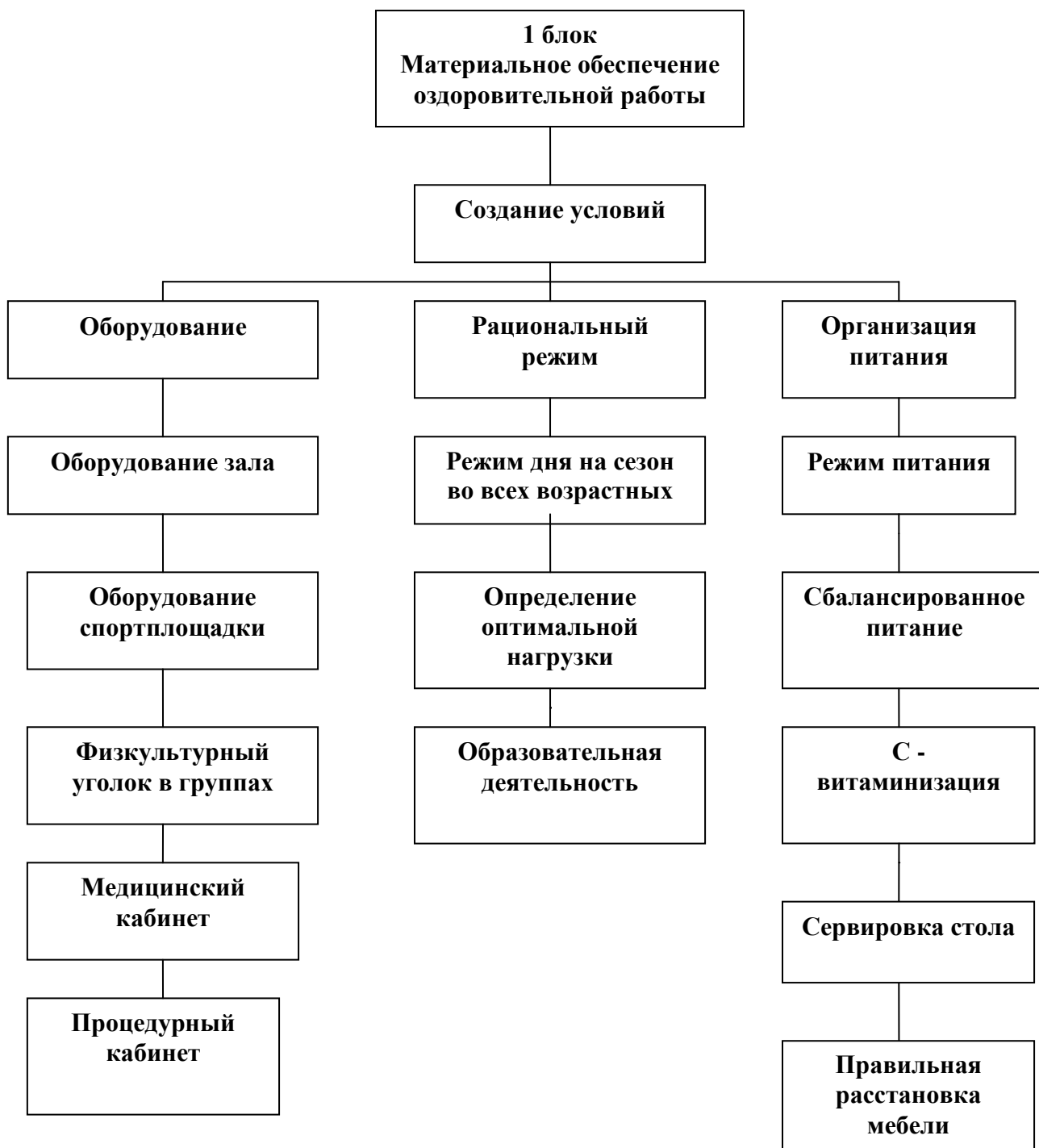
- Привлечение родителей к проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий по годовому плану;
- Анкетирование родителей;
- Консультирование родителей по вопросам оздоровления и развития детей с привлечением специалистов детского сада, детской поликлиники;
- Организация совместных спортивных праздников, развлечений, экскурсий, походов.
- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;

#### 5.3. С детьми:

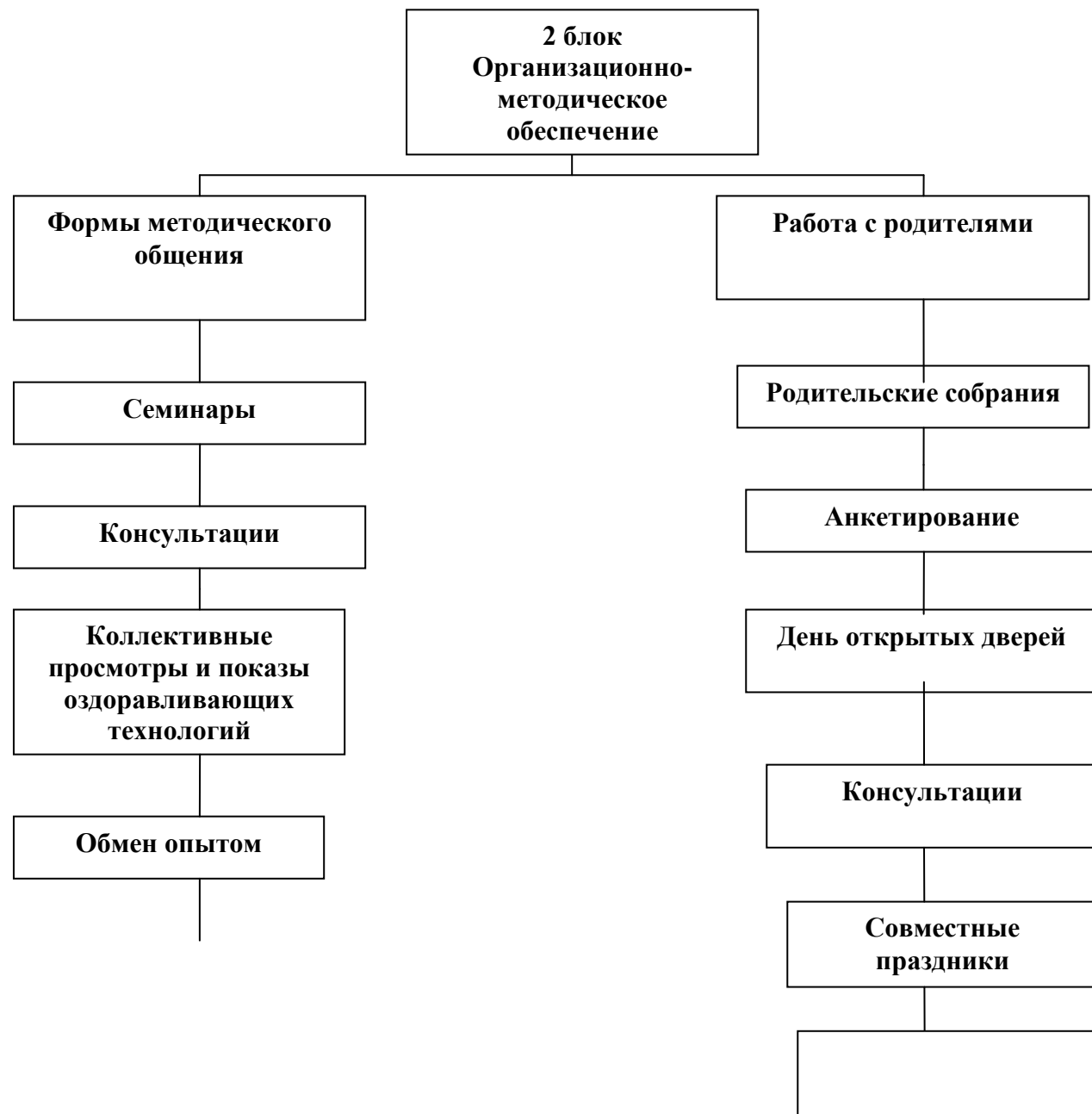
- Проведение образовательной деятельности валеологического цикла, с элементами релаксации, аутотренинга, оздоравливающих технологий.

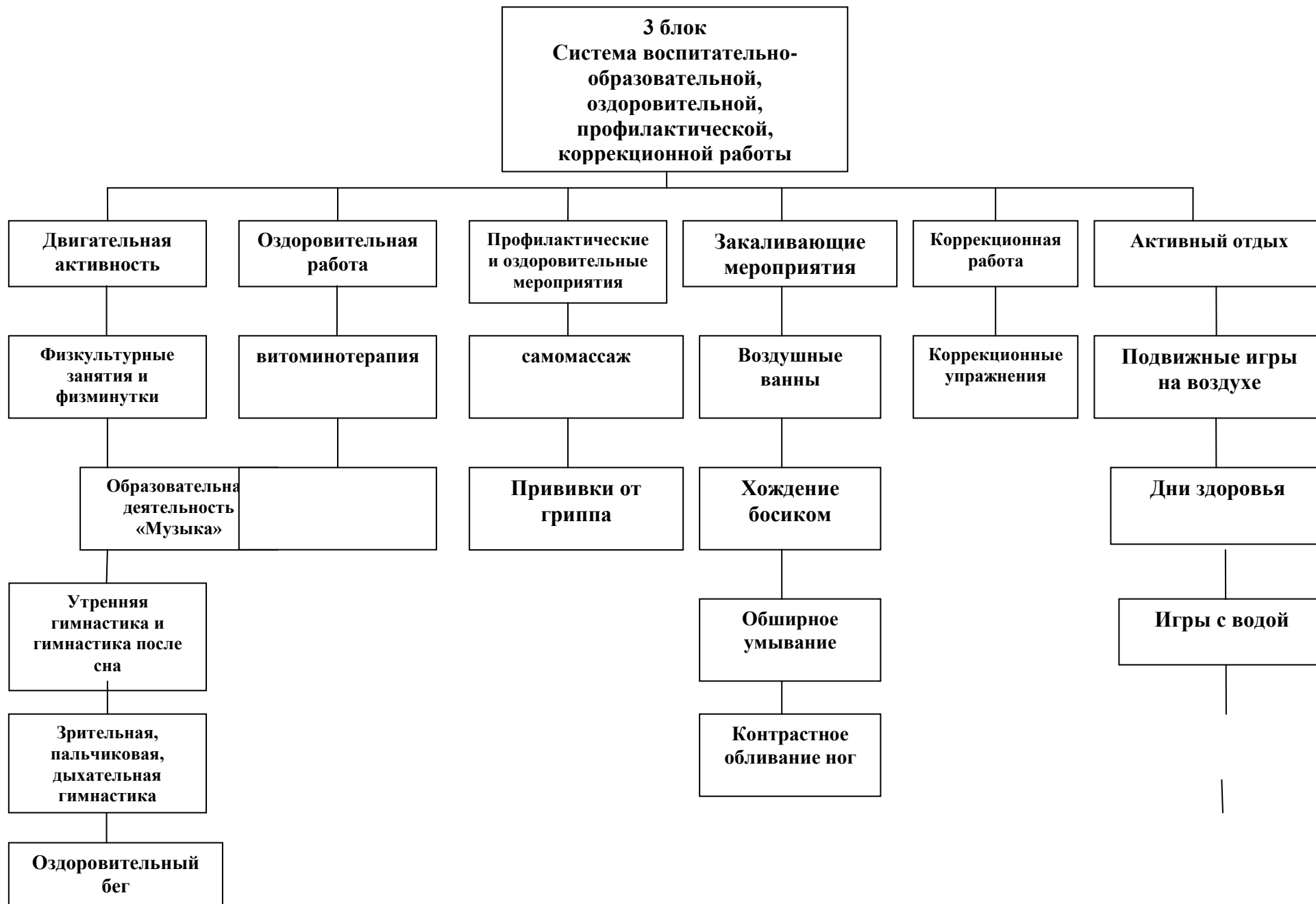
### **VI. Материальное обеспечение программы**

- Спортивная площадка;



- Участки для прогулок;
- Универсальный зал;
- Физкультурные уголки в группах.







## ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

<i>№ п/п</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Время проведения</i>	<i>I Младшая группа</i>	<i>II Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная к школе группа</i>
1	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	10 мин. х 3 = 30 мин.	15 мин. х 3 = 45 мин.	20 мин. х 3 = 60 мин.	25 мин х 3 = 75 мин.	30 мин. х 3 = 90 мин.
2	Образовательная деятельность «Музыка»	2 раза в неделю	10 мин. х 3 = 30 мин.	15 мин. х 2 = 30 мин.	20 мин. х 2 = 40 мин.	25 мин. х 2 = 50 мин.	30 мин. х 2 = 60 мин.
3	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	5 мин. х 5 = 25 мин.	6 мин. х 5 = 30 мин.	8 мин. х 5 = 40 мин.	10 мин. х 5 = 50	12 мин. х 5 = 60 мин.
4	Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна	5 мин. х 5 = 25 мин.	6 мин. х 5 = 30 мин.	8 мин. х 5 = 40 мин.	10 мин. х 5 = 50 мин.	12 мин. х 5 = 60 мин.
5	Дыхательная гимнастика	Ежедневно 2 раза	5 мин. х 2 х 5 = 50 мин.	5 мин. х 2 х 5 = 50 мин.	7 мин. х 2 х 5 = 70 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.
6	Физкультминутки	Ежедневно во время занятий	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	2 мин. х 5 х 2 = 20 мин.	4 мин. х 5 = 20 мин.	4 мин. х 5 = 20 мин.
7	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	10 мин. х 2 х 2 х 5 = 200 мин.	10 мин. х 2 х 2 х 5 = 200 мин.	15 мин. х 2 х 2 х 5 = 300 мин.	15 мин. х 3 х 2 х 5 = 300 мин.	15 мин. х 3 х 2 х 5 = 300 мин.
8	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	15 мин. х 2 х 3 = 90 мин.	15 мин. х 2 х 3 = 90 мин.	10 мин. х 2 х 3 = 60 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.	10 мин. х 2 х 5 = 100 мин.
9	Оздоровительный бег	Ежедневно	10 мин.	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.
10	Спортивный досуг	Один раз в месяц	15 мин.	20 мин.	30 мин.	40 мин.	50 мин.
11	Кружковая работа	1-2 раза в неделю	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
ИТОГО в неделю:			8 часов 10 минут	11 часов 10 минут	8 часов 10 минут	12 часов 15 минут	12 часов 55 минут



## ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

ФОРМЫ РАБОТЫ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
<b>ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ</b>		
Разработать перспективный план образовательной деятельности во всех возрастных группах.	2022-2023 гг	Старший воспитатель
<b>КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА</b>		
Исследование состояния здоровья специалистами детской поликлиники и дошкольной группы.	ежегодно	Медперсонал МБОУ, члены психолого-педагогического консилиума
Регулярный осмотр детей медицинским персоналом.	По графику	Медсестра МБОУ
Определение группы здоровья.	ежегодно	Инструктор по физической культуре, медсестра
Диагностика речевого развития детей	ежегодно	Учитель-Логопед, воспитатели
Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в дошкольной группе с целью динамического наблюдения за их развитием.	ежегодно	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
Диагностика общей физподготовленности детей по нормативам	в начале и конце учебного года	Инструктор по физической культуре
Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.	После окончания ребенком детского сада	Медсестра, воспитатели, инструктор по физической культуре
Разработка индивидуальных и групповых планов оздоровительной работы	ежегодно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
<b>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>		
Разработать конспекты образовательной деятельности «Физическая культура» различных видов, внедрить комплексный подход к проведению оздоровительной работы	2022 - 2023 годы	Воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель

Внедрение оздоравливающих методик и технологий в режим детского сада	Постоянно	Педагогический коллектив
Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду	Постоянно	Коллектив МБОУ
Проведение закаливающих процедур	Постоянно	Воспитатели
Активизация двигательной активности детей	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение профилактической работы среди детей и педагогов	По плану	Медсестра
Организация сбалансированного питания детей	Постоянно	медсестра, заведующий МБОУ
<b>КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА</b>		
Проведение коррекционных упражнений	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение индивидуальной работы с детьми	Постоянно	Педагогический коллектив
Проведение медицинских процедур	Постоянно по плану врача	Медсестра
<b>КОНСУЛЬТАТИВНО-ИНФОРМАЦИОННАЯ РАБОТА</b>		
Работа психолого-педагогического консилиума МБОУ	2 раза в год	Заместитель директора по дошкольному воспитанию
Консультации, семинары, практические занятия для педагогов	По годовому плану	Старший воспитатель
Работа консультативной психолого-педагогической службы для родителей	Постоянно	Заместитель директора по дошкольному воспитанию, педагог-психолог, мед.сестра
<b>МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ</b>		
Оснащение спортивной площадки	2022 г	Зам.директора по АХЧ
Пополнить медицинский кабинет современным оборудованием	2022 – 2023 гг	Заместитель директора по дошкольному воспитанию, Зам.директора по АХЧ
Создать аудиотеку релаксационной музыки	2021 г	Муз.руководитель
Пополнить физкультурные уголки в группах новым оборудованием.	2022-2023 гг	Зам.директора по АХЧ
Оснащение кабинета учителя – логопеда для групповой и индивидуальной коррекционной работы с детьми	2022-2023гг	Зам.директора по АХЧ ,учитель – логопед

## МОДЕЛЬ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

№ п/п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА</b>				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Во всех группах		Медсестра	В течение года
2	<b>ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА</b>				
	Физкультурные занятия	Во всех группах	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Утренняя гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Гимнастика после сна	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Гимнастика для глаз	Во всех группах	На физкультминутках	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре.	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр, индивидуальной работы	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

	Образовательная деятельность «Музыка»	Во всех группах	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года
	Спортивный досуг	Во всех группах	По плану, 1 раз в месяц	Воспитатель Инструктор по физической культуре	В течение года
	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно во время прогулки	Воспитатель	С мая по сентябрь
3	<b>ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ</b>				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Во всех группах	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Артикуляционная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
4	<b>ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ</b>				
	Самомассаж	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Профилактика гриппа - прививки	Во всех группах с согласия родителей	По плану	Медсестра	Ноябрь-февраль
	Коррекция осанки.	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Профилактика плоскостопия	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

5	ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ				
	Воздушные ванны	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки на воздухе	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Хождение босиком	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	В течение года
	Обширное умывание	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Игры с водой	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Полоскание зева	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
6	КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА				
	Коррекционные упражнения	Специализированные группы	2 раза в неделю	Логопед	В течение года

## СПОРТИВНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ЗАЛА

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1	Атрибуты к подвижным играм (маски, шапочки, эмблемы)	20
4	Дорожки корригирующие	3
5	Доска ребристая	2
6	Дуги для подлезания	4
7	Канат для перетягивания	1
8	Кегли	15
9	Конусы	10
10	Кубики маленькие	10
11	Ленты цветные для гимнастики	25/10
12	Массажные кочки	6
13	Массажные мячи	10
14	Массажные следы	4
16	Мешочки (вес 200 г.)	20
17	Мишень	1
18	Мячи: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ резиновый маленький</li> <li>▪ пластмассовый маленький</li> <li>▪ прыгун</li> <li>▪ набивной</li> <li>▪ теннисный</li> </ul>	25 25 30 15 20 20
19	Обручи: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ большие</li> <li>▪ средние</li> <li>▪ маленькие</li> </ul>	8 8 4
20	Палки гимнастические: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ пластмассовые</li> </ul>	15

21	Платочки цветные	20
22	Погремушки	20
23	Скакалки	10
24	Скамейка гимнастическая	3
25	Скамья для отжимания	1
26	Султанчики	20
27	Тумба для наклона	1
28	Туннель для пролезания	4
29	Фишки для ориентирования	10
30	Флажки цветные	10
31	Шнуры	10

**МЕРОПРИЯТИЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ**

№	МЕРОПРИЯТИЯ	РЕКОМЕНДАЦИИ
1	Режим (щадящий)	Укороченное пребывание в детском саду, постепенное увеличение времени пребывания в группе.
2	Питание	Сохранение привычного способа питания на период адаптации. Не кормить насильно.
3	Гимнастика	В соответствии с возрастом при положительной реакции ребенка.
4	Закаливание	В соответствии с индивидуальными особенностями, постепенное включение, при положительном эмоциональном настрое.
5	Образовательная деятельность	По возрасту при отсутствии негативной реакции.
6	Профилактические прививки	На период адаптации исключить.
7	Профилактика фоновых состояний	По рекомендации врача.
8	Симптоматическая терапия	По назначению врача – витамины



## ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ

Ф.И.ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

№ п/п	Параметры	Начало года	Конец года	Изменения
<b>1. Семейный портрет</b>				
1.1.	Вредные привычки родителей			
1.2.	Психологический климат семьи			
<b>2. Общее состояние здоровья</b>				
2.1.	Заболевания в днях			
2.2.	Группа здоровья			
<b>3. Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков</b>				
3.1.				
<b>4. Вредные привычки ребенка</b>				
4.1.				
<b>5. Интересы и склонности</b>				
5.1.				
<b>6. Уровень развития психофизических качеств</b>				
6.1.	<b>VII. Быстрота</b> Бег на 30 м со старта (сек)			
6.2.	<b>VIII. Скоростно-силовые качества</b> Прыжок в длины с места (см) Прыжок в высоту с места (см) Метание мешочка правой рукой (м) Метание мешочка левой рукой (м) Метание набивного мяча (1кг) из-за головы (см)			
6.3.	<b>IX. Выносливость</b> Скорость бега на 150 м (сек)			
6.4.	<b>Гибкость</b> Наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (см)			
6.5.	<b>X. Ловкость</b> Скорость бега на 10 м, обегая кегли (сек)			
6.6.	<b>XI. Статистическое равновесие</b> Удержание равновесия, стоя на одной ноге (сек)			
6.7.	<b>XII. Координационные способности</b> Количество подбрасываний и ловли мяча			

### СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ

ПОКАЗАТЕЛИ	ПО Л	ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ				
		3 ГОДА	4 ГОДА	5 ЛЕТ	6 ЛЕТ	7 ЛЕТ
<i>Быстрота (сек)</i>						
Бег на 30 м	М	11.0 - 9.0	10.5 - 8.8	9.2 - 7.9	8.4 - 7.6	8.0 - 7.4
	Д	12.0 - 9.5	10.7 - 8.7	9.8 - 8.3	8.9 - 7.7	8.7 - 7.3
<i>Динамометрия (кг)</i>						
Сила кисти правой руки	М	3.4 - 6.2	3.9 - 7.5	6.5 - 10.3	9.6 - 14.4	11.6 - 15.0
	Д	2.6 - 5.0	3.1 - 6.0	4.9 - 8.7	7.9 - 11.9	9.4 - 14.4
Сила кисти левой руки	М	3.1 - 5.5	3.5 - 7.1	6.1 - 9.5	9.2 - 13.4	10.5 - 14.1
	Д	2.5 - 4.9	3.2 - 5.6	5.1 - 8.7	6.8 - 11.6	8.6 - 13.2
<i>Скоростно-силовые качества (см)</i>						
Прыжок в длину с места	М	47.0 - 67.5	53.5 - 76.6	81.2 - 102.4	86.3 - 108.7	94.0 - 122.4
	Д	45.0 - 49.0	51.1 - 73.9	66.0 - 94.0	77.7 - 99.6	80.0 - 123.0
Прыжок в высоту с места	М	-	-	20.2 - 25.8	21.1 - 26.9	23.8 - 30.2
	Д	-	-	20.4 - 25.6	20.9 - 27.1	22.9 - 29.1
Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из ИП стоя	М	119-157	117-185	187-270	221-303	242-360
	Д	97-133	97-178	138-221	156-256	193-311
Метание мешочка с песком вдаль правой рукой	М	1.8 - 3.6	2.5 - 4.1	3.9 - 5.7	4.4 - 7.9	6.0 - 10.0
	Д	1.5 - 2.3	2.4 - 3.4	3.0 - 4.4	3.3 - 4.7	4.0 - 6.8
Метание мешочка с песком вдаль левой рукой	М	2.0 - 3.0	2.0 - 3.4	2.4 - 4.2	3.3 - 5.3	4.2 - 6.8
	Д	1.3 - 1.9	1.8 - 2.8	2.5 - 3.5	3.0 - 4.7	3.0 - 5.6
<i>Гибкость (см)</i>						
Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке	М	-	1 - 4	2 - 7	3 - 6	-
	Д	-	3 - 7	4 - 8	4 - 8	-
<b>ХIII. Выносливость</b>						
Бег на 90 м	М,Д	-	-	30.6 - 25.0	-	-
Бег на 120 м	М,Д	-	-	-	35.7 - 29.2	-
Бег на 150 м	М,Д	-	-	-	-	41.2 - 33.6
<i>Ловкость (сек)</i>						
Бег на 10 м между предметами	М	-	8.5 - 8.0	7.2 - 5.0	5.0 - 1.5	-
	Д	-	9.5 - 9.0	8.0 - 7.0	6.0 - 5.0	-
<i>Статистическое равновесие (сек)</i>						
Удержание равновесия на одной ноге	М	-	3.3 - 5.1	7.0 - 18.0	40 - 60	-
	Д	-	5.2 - 8.1	9.4 - 14.2	50 - 60	-

**ШКАЛА ОЦЕНКИ  
ТЕМПОВ ПРИРОСТА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Темпы прироста в %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8%	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 – 10 %	Удовлетворительно	За счет естественного роста и увеличения естественной двигательной активности
10 – 15 %	Хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15 %	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений