

**Пояснительная записка**

 В уставе Всемирной организации здравоохранения говориться, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблеме здоровья.

Согласно исследованиям специалистов,75% болезней взрослых заложены в детстве. Физиологически зрелыми рождается не более 14 % детей. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья. Среди отстающих детей 85-90 % отстают не из-за лени или недоразвитости, а вследствие плохого состояния здоровья. Воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач семьи и дошкольного учреждения. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но, зачастую родители, занятые работой, с одной стороны, не могут дать ребенку личный положительный пример здорового образа жизни, а с другой – не противостоят отрицательным внешним влияниям. Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья детей, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей является одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье».

Оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников. В центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться семья и дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени. Поэтому в дошкольном учреждении была разработана Программа сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста «Планета Здоровья».

***Цель программы:***

Создание здоровьесберегающей образовательной среды, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка в ДОУ.

***Задачи:***

1. Укрепление материально-технической базы учреждения с целью профилактики и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

2. Создание оздоровительного микроклимата, соответствующей среды, стимулирующей двигательную активность ребенка.

3. Формирование у дошкольников осознанного отношения к своему здоровью и основ безопасности жизнедеятельности.

4. Воспитание у детей, родителей, педагогов потребности в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.

5. Организация консультативной помощи родителям по вопросам оздоровления детей, формирование у них мотивации к здоровому образу жизни, поведенческих навыков здорового образа жизни.

**Законодательно-нормативное обеспечение программы.**

1. Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012 г.

 2. «Санитарно – эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПиН 2.4.1.3049 – 13» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ от 15.05.2013 № 26.);

3. Конвенция о правах ребенка от 13.12.1989 г;

4. Семейный Кодекс Российской Федерации;

5. Конституция РФ, ст.38, 41, 42, 43

6. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24 июля 1998 г № 124-ФЗ

7. Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений» от 04 апреля 2003 года № 1418.

8. Санитарно- эпидемиологические требования к устройству и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 25 марта 2003 года)

 9. Устав муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 139»

 **Основные принципы программы**

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными методиками.

2. Принцип гарантий – реализация прав детей на получение медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

 3. Принцип дифференцированного подхода – учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

 4. Принцип максимальной активизации – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.

 5. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

6. Принцип индивидуальных и коллективных форм работы.

**Ожидаемые результаты**

1. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в МДОУ и семье.

2. Снижение уровня заболеваемости.

3. Формирование у дошкольников основ валеологического сознания, потребности заботиться о своем здоровье.

4. Создание программно-методического обеспечения педагогического процесса в ДОУ.

**Объекты программы**

1. Дети дошкольного возраста

2. Семьи детей, посещающих дошкольное учреждение

3. Педагогический коллектив дошкольного учреждения

**Основные направления программы.**

1. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОУ.

2. Воспитательно -образовательное направление.

3. Лечебно-профилактическое направление.

4. Мониторинг реализации программы.

**Оздоровительно-педагогическое направление**.

1. Оказание необходимой и возможной помощи администрации и педагогическому коллективу ДОУ в решении задач по сохранению и укреплению здоровья детей. 2.Создание условий для благоприятного прохождения адаптации ребенка в условиях ДОУ. 3.Осуществления контроля за выполнением режима для, за организацией физического воспитания, санитарным состоянием помещений и участка. 4.Создание паспорта здоровья групп, организация контроля за правильностью и своевременностью внесения всех изменений в паспорт здоровья ребенка.

**Материально-техническое оснащение ДОУ**

В детском саду созданы условия для двигательной активности и оздоровления детей:

* оборудован спортзал; уличная спортивная площадка;
* плавательный бассейн;
* наличие спортивных уголков в группах;
* оборудован медицинский кабинет;
* уголки ОБЖ в группах;
* площадка ПДД;
* прогулочные площадки;
* оборудован кабинет педагога – психолога;
* оборудованы 2 кабинета учителей – логопедов.

**Воспитательно - образовательное направление.**

Режим работы МДОУ «Детский сад № 139» установлен Учредителем: пятидневная рабочая неделя, длительность пребывания детей — 12 часов, с 07.00 до 19.00 ч.

Организация жизни детей опирается на определенный суточный режим, который представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями. Режим пребывания детей в детском саду разработан для каждой возрастной группы с учетом требований СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014).

Организация жизни и деятельности детей в детском саду основывается на принципе личностно-ориентированного взаимодействия: деятельность педагогов ориентирована на создание в группах положительного микроклимата, гуманного отношения к ребенку; на развитие его индивидуальных особенностей, стимулирование творчества; создание эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

**Помещения и оборудование для обеспечения физкультурно-оздоровительной работы**

Спортивный зал, оборудованный необходимым спортивным оборудованием и инвентарем. (Приложение№1)

Бассейн (Приложение №2)

**Кадровое обеспечение**

**Заведующая ДОУ:**

1.Общее руководство по внедрению плана-программы «Планета Здоровья»;

2.Ежемесячный анализ реализации программы;

3.Контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

**Старший воспитатель:**

1.Нормативно-правовое, программно-методическое обеспечение реализации программы «Планета Здоровья»;

2.Проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом);

3.Контроль за реализацией план-программы «Планета Здоровья».

**Старшая медицинская сестра:**

1.Обследование детей и выявление патологий, утверждение списков часто и длительное болеющих детей;

2.Определение оценки показателей физического развития, критерии здоровья;

3.Составление индивидуального плана;

4.Гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей.

**Инструктор по физическому воспитанию:**

1.Определение показателей двигательной подготовленности детей;

2.Коррекция отклонений в физическом развитии;

3.Дыхательная гимнастика, физкультурные занятия;

4.Закаливание (занятия на воздухе, при открытых окнах).

**Воспитатели:**

1.Пропоганда ЗОЖ;

2.Закаливающие мероприятия;

3.Пропоганда методов оздоровления в коллективе детей;

4.Дыхательная гимнастика.

**Учитель-логопед:**

1.Устранение речевого дефекта;

2.Предупреждение всевозможных трудностей в процессе обучения (подготовка к грамоте, совершенствование познавательных процессов и обеспечение личностной готовности к обучению в школе)

**Педагог-психолог:**

1.Развитие эмоционально-волевой сферы;

2.Коррекция и развитие позднего развития, психологическое просвещение и профилактика.

3.Психологическая диагностика.

**Завхоз:**

1.Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;

2.Создание материально-технических условий;

3.Контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации плана-программы «Планета Здоровья».

**Формы организации образовательной деятельности, направления образовательной работы, средства, методы и приёмы работы с детьми по освоению образовательной области «Физическое развитие»**

Работа с детьми по освоению образовательной области осуществляется в совместной с педагогом непосредственно образовательной деятельности (НОД), в режимных моментах, в самостоятельной деятельности детей и в совместной деятельности с семьей.

Овладение основными видами движений проходит:

1. В I младшей группе – во время НОД по развитию движений, в группах детей дошкольного возраста – НОД по физическому развитию. НОД может иметь сюжетно-игровой, тематический, игровой, тренирующий характер. В подготовительной к школе группе появляется НОД по развитию элементов двигательной креативности (творчества), творческих способностей.
2. В режимных моментах (утренняя гимнастика, игры и игровые упражнения, решение проблемных ситуаций, индивидуальная работа по развитию движений, гимнастика после дневного сна, подражательные движения. Со средней группы вводится оздоровительный бег.
3. В самостоятельной деятельности детей (игры, игровые упражнения, подражательные движения).
4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, со старшей группы – участие в физкультурных праздниках).

Овладение общеразвивающими упражнениями:

1. В 1 младшей группе – во время НОД по развитию движений. В дошкольном возрасте – НОД по физическому развитию с детьми практикуют проведение сюжетных, подражательных, игровых комплексов, комплексов ОРУ с предметами. Со средней группы в образовательную деятельность вводится танцевальная разминка, со старшей – силовая гимнастика. В течение любой НОД организуются динамические паузы, в содержание которых включается выполнение детьми общеразвивающих упражнений.
2. В режимных моментах (игра и игровые упражнения, подражательные движения, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, индивидуальная работа по физическому развитию).
3. В самостоятельной деятельности детей (игры, игровые упражнения, подражательные движения).
4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместная с родителями образовательная деятельность).

Овладение подвижными играми проходит:

1. В совместной с педагогом деятельности игра может являться структурной единицей НОД. И, в свою очередь, НОД по физическому развитию может быть полностью построена на играх.
2. В режимных моментах (игровые упражнения, игры малой и большой подвижности, индивидуальная работа по развитию игровой деятельности).
3. В самостоятельной деятельности детей (игровые упражнения и игры, подражательные движения).
4. В совместной деятельности с семьей (беседы, консультации, открытые просмотры, совместные игры, мастер-классы, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения. Со II младшей группы – Дни Здоровья, развлечения, а со старшей группы – физкультурные праздники.

Овладение элементами спортивных упражнений:

Этот вид работ появляется во 2 младшей группе

1. Во время НОД по физическому развитию (на свежем воздухе). В старшем дошкольном возрасте детей обучают элементам спорт, упражнений в подвижных играх, эстафетах.
2. Во время режимных моментов детям предлагаются игровые подводящие упражнения, подражательные движения, подвижные игры. Педагогом осуществляется и индивидуальная работа по освоению элементов спортивных упражнений.
3. В самостоятельной деятельности детей элементы спортивных упражнений включаются в подвижные игры, соревнования, игровые упражнения.
4. В совместной деятельности с семьей используются беседы, консультирование, мастер-классы, совместная с родителями образовательная деятельность, физкультурные развлечения. Со II младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – физкультурные праздники.

Овладение спортивными играми осуществляется:

1. Во время НОД по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста. Чаще всего НОД организуется на свежем воздухе (игровые подводящие упражнения, спортивные игры, элементы спортивных игр в эстафетах, соревнованиях, спортивные игры с элементами спортивных упражнений).
2. Во время режимных моментов дети старшей и подготовительной группы могут осваивать игровые подводящие упражнения, играть в спортивные игры, а также в дидактические игры соответствующей тематики.
3. Подражательные движения, элементы спортивных игр и непосредственно сами спортивные игры могут использоваться детьми старшего дошкольного возраста и в самостоятельной деятельности.

4. В совместной деятельности с родителями практикуется использование бесед, консультирование, организация мастер-классов.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей при проведении непосредственно образовательной деятельности заключается в личностно–ориентированном подходе педагогов к детям, в обеспечении смены видов детской деятельности, в использовании динамических пауз, в соблюдении гигиенических требований к организации образовательной деятельности. В самостоятельной деятельности детей находят широкое применение различные виды игр, в том числе игры на свежем воздухе, игры с водой, в старшем дошкольном возрасте – спортивные игры. Во время режимных моментов большое внимание уделяется воздушным, водным и солнечным ваннам, закаливанию, проведению игровых упражнений и гимнастики после сна. В работе с семьей используются: беседы, консультирование, совместные досуги, развлечения, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – физкультурные праздники и проектная деятельность.

Воспитание культурно – гигиенических навыков в процессе НОД протекает в форме обучающих игр (в основном, с детьми 2 -4 лет) и интегрированных мероприятий. В самостоятельной деятельности детей применяются различные виды игр, художественное творчество, двигательная деятельность. В режимных моментах с детьми 2 -4 лет – показ, объяснение, помощь, личный пример, чтение потешек и стихов. Со 2 младшей группы – решение проблемных ситуаций, использование алгоритмов умывания, одевания, правильной посадки, чтение прозаических художественных произведений. В работе с семьей используются: беседы, консультирование, мастер – классы, издание газеты.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни осуществляется как во время НОД (во всех возрастных группах: сюжетно – дидактические и дидактические игры, интеграция различных видов деятельности), так и в самостоятельной деятельности детей (сюжетно – ролевые, дидактические, подвижные игры, чтение художественной литературы, в старшем возрасте - проектная деятельность). В режимных моментах с детьми 2 -4 лет используется объяснение, показ, личный пример, чтение небольших произведений. По мере взросления детей, повышается роль художественной литературы; в работе с детьми применяются различные виды игр, просмотр мультфильмов и их обсуждение, обсуждение проблемных ситуаций. В старшем дошкольном возрасте – проектная деятельность. В работе с семьей используются: беседы, консультирование мастер–классы, издание газеты, со 2 младшей группы – Дни Здоровья, а со старшей – совместные физкультурные праздники.

 **Организация двигательного режима воспитанников**

Физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников способствует организованная двигательная активность. Движение способствует развитию физиологических систем и определяют темп и характер нормального функционирования растущего детского организма. От двигательного режима во многом зависит состояние здоровья ребенка, развитие физических качеств, умственная работоспособность, настроение. Под влиянием двигательной активности у дошкольников улучшается деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

К режиму двигательной активности предъявляются следующие требования:

- рациональное сочетание разных видов занятий;

- введение дополнительных мероприятий;

- смена видов деятельности в процессе организованных форм обучения (физкультминутки в середине занятия, динамические паузы между занятиями);

- сочетание движений разной интенсивности;

- учет индивидуальных особенностей двигательной активности в самостоятельной деятельности;

- организация активного отдыха (Дни здоровья, физкультурные праздники, развлечения).

С целью повышения двигательной активности дошкольников в режим дня включено обязательное проведение подвижных игр разной интенсивности, один раз в неделю в группах детского сада организован спортивный час. При проведении двигательных мероприятий учитываются индивидуальные возможности ребенка, состояние его здоровья.

***Основные направления оздоровительных мероприятий:***

* тренировка сердечно – сосудистой системы и терморегуляционного аппарата;
* предупреждение гиподинамии;
* предупреждение проявления отрицательных эмоций;
* тренировка дыхательной мускулатуры и повышение физической работоспособности у детей с бронхо – легочными заболеваниями.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Виды деятельности**  | **Организация**  |
| **Физкультурно – оздоровительные мероприятия** | Самостоятельная двигательная деятельность  | Ежедневный характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей: •дневная прогулка 1,5 – 2 часа;• вечерняя прогулка 1 – 1,5 часа.  |
| Образовательная деятельность:по физической культуре | 4 раза в неделю 15 – 20 минут. Из них:2 – спортивный зал,1 - на улице,1 – в бассейне |
| утренняя гимнастика  | Ежедневно по 6 – 8 мин. в одной из форм:оздоровительный бег;подвижные игры |
| воздушные процедуры после дневного сна | Ежедневно после пробуждения и подъема детей состоит из следующих частей:комплекс дыхательных упражнений,упражнения «Дорожка здоровья» |
| подвижные игры и физические упражнения на воздухе | ежедневно на дневной и вечерней прогулке |
| индивидуальная работа с инструктором по физической культуре | В вечернее время в спортивном зале 1 раз в неделю по 10 мин. |
| **Активный отдых** | физкультурные развлечения на свежем воздухе | 1 раз в месяц 20 – 30 мин. |
| физкультурные праздники | 2 раза в год (зимой, летом) 30 – 40 мин. |
| День Здоровья | 1 раз в год (весной) |
| **Взаимодействие с семьями воспитанников** | Привлечение родителей к образовательной деятельности | Участие родителей вместе с детьми  |
| Участие родителей в физкультурно – оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ | Участие родителей вместе с детьми, посещение открытых занятий |
| Выполнение родителями рекомендаций педагогов и специалистов | По советам педагогов и специалистов |

**Двигательный режим для детей старшего дошкольного возраста.**

***Основные направления оздоровительных мероприятий:***

* тренировка сердечно – сосудистой системы и терморегуляционного аппарата;
* предупреждение гиподинамии;
* предупреждение проявления отрицательных эмоций;
* профилактика и коррекция нарушений опорно – двигательного аппарата;
* тренировка дыхательной мускулатуры и повышение физической работоспособности у детей с бронхо – легочными заболеваниями.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Виды деятельности**  | **Организация**  |
| **Физкультурно – оздоровительные мероприятия** | Самостоятельная двигательная деятельность  | Ежедневный характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей:* утренняя прогулка 0,45ч. (индивидуальная потребность и интересы детей)

•дневная прогулка 1,5 – 2 часа;• вечерняя прогулка 1 – 1,5 часа.  |
| Образовательная деятельность:по физической культуре | 4 раза в неделю 25 – 30 минут. Из них:2 – спортивный зал,1 - на улице,1 - бассейн |
| Утренняя гимнастика  | Ежедневно по 8 – 10 мин. в одной из форм:оздоровительный бег;подвижные игры,ритмические упражнения,спортивные тренировки |
| Воздушные процедуры после дневного сна | Ежедневно после пробуждения и подъема детей состоит из следующих частей:комплекс дыхательных упражнений,упражнения «Дорожка здоровья» |
| подвижные игры и физические упражнения на воздухе | ежедневно на дневной и вечерней прогулке |
| физкультурная минутка | Ежедневно на занятиях познавательно – речевой деятельности 2 – 5 мин.  |
| гимнастика для глаз | Ежедневно на занятиях |
| артикуляционная гимнастика | 2 – 3 раза в день по 3-5 мин. |
| дыхательная гимнастика | 5 – 6 раз в день по 1 – 2 мин. |
| логоритмика | 1 раз в неделю (группы компенсирующей направленности |
| индивидуальная работа с инструктором по физической культуре | В вечернее время в спортивном зале 1 раз в неделю по 10 мин. |
| **Активный отдых** | физкультурные развлечения на свежем воздухе | 1 раз в месяц 30 мин. |
| физкультурные праздники | 3 раза в год (зимой, летом, осенью) 40 – 60 мин. |
| День Здоровья | 1 раз в год (весной) |
| Неделя Здоровья | 2 раза в год |
| **Взаимодействие с семьями воспитанников** | Привлечение родителей к образовательной деятельности | Участие родителей вместе с детьми  |
| Участие родителей в физкультурно – оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ | Участие родителей вместе с детьми, посещение открытых занятий |
| Выполнение родителями рекомендаций педагогов и специалистов | По советам педагогов и специалистов |

**Организация оздоровительных и закаливающих мероприятий для дошкольников**

Оздоровительные и закаливающие мероприятия проводятся на основе комплексной оценки

здоровья ребенка.

Принципы оздоровительной работы:

* системность;
* постоянство;
* опора на индивидуальные возможности и способности ребенка

Закаливание предполагает систему мероприятий, укрепляющих детский организм, повышающий его сопротивляемость к простудным и вирусным заболеваниям.

При организации закаливания учитываются индивидуальные особенности ребенка.

Правильно организованная система закаливания:

* поддерживает температурный баланс тела;
* нормализует поведенческие реакции ребенка;
* снижает инфекционно-воспалительные заболевания;
* улучшает показатели физического развития;
* повышает уровень физической подготовленности.

**Схема физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Группа ДОУ** | **Периодичность** | **Ответственный** |
| **Мониторинг** |
|  | Определение уровня физического развитияОпределение уровня физической подготовленности | все | 2 раза в год (сентябрь, май) | Инструктор по физкультуре, воспитатели |
|  | Диспансеризазия  | Средняя, старшая, подготовительная группы | 1 раз в год | Старшая медсестра |
| **Двигательная деятельность** |
|  | Утренняя гимастика | Все группы | ежедневно | воспитатели |
|  | ОД | Все группы | 4 раза в неделю:2 – спортивный зал1 – бассейн1 – на воздухе | Инструктор по физкультуре, инструктор по плаванию, воспитатели групп |
|  | Подвижные игры  | Все группы | ежедневно | воспитатели групп |
|  | Гимнастика после дневного сна | Все группы | ежедневно | воспитатели групп |
|  | Спортивные упражнения, индивидуальная работа | Все группы | 1 раз в неделю | Инструктор по физкультуре |
|  | Спортивные игры | Старшие, подготовительные группы | 2 раза в неделю | воспитатели групп |
|  | Физкультурные досуги | Все группы | 1 раз в месяц | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
|  | Физкультурные праздники | Старшие, подготовительные группы | 2 раза в год | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
|  | Физкультурные развлечения | Все группы | 4 раза в год | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
|  | День Здоровья | Все группы, кроме 1 младшей группы | 2 раза в год | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп, ст. медсестра |
| **Профилактические оздоровительные** **мероприятия** |
|  | Витаминизация третьего блюда | Все группы | Постоянно  | Ст. медсестра |
|  | Профилактика гриппа и ОРВИ (режим проветривания, кварцевания, утренние фильтры, фитонцид терапии работа с родителями) | Все группы | В течении года и во время неблагоприятных периодов | Ст. медсестра |
|  | Логоритмика | Старшая, подготовительная группа компенсирующей направленности | 1 раз в неделю | Учителя – логопеды, музыкальный руководитель |

**Формирование навыков безопасного поведения, привычки к здоровому образу жизни**

Уже в дошкольном возрасте необходимо выделять такие правила поведения, которые дети должны неукоснительно выполнять. Их следует подробно разъяснять воспитанникам и следить за выполнением.

Безопасность жизнедеятельности – не просто сумма знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Детский сад решает в этом направлении следующие **задачи**:

* Знакомить детей с различными чрезвычайными ситуациями;
* Давать знания по защите своего организма;
* Развивать психологическую устойчивость в стрессовых ситуациях;
* Развивать защитные рефлексы, навыки само- и взаимопомощи;
* Формировать осознанное отношение к своей безопасности.

**Мероприятия ДОУ, направленные на формирование у детей навыков безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни**

1. Привитие культурно – гигиенических навыков, навыков культуры еды;

2. Занятия, беседы по ОБЖ;

3. Экскурсии к перекрестку, светофору;

4. Отработка навыков безопасного поведения на дороге (с использованием макетов в группе);

5. Практическая отработка плана эвакуации на случай пожара;

6. Развлечения по ОБЖ;

7. Социальное партнерство ДОУ (мероприятия с инспекторами ГИБДД, сотрудниками библиотеки)

**Взаимодействие с семьями воспитанников**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками невозможна без поддержки семьи.

Родители только тогда станут помощниками и союзниками детского сада, когда увидят взаимосвязь физического, психического здоровья и развития ребенка, будут иметь теоретические знания и практические умения в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, осознают личную ответственность за развитие и здоровье своего ребенка.

Задачи:

* Повышение педагогической культуры родителей.
* Пропаганда здорового образа жизни.
* Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
* Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
* Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

**Формы работы с родителями:**

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь поступивших воспитанников.
5. Показ занятий для родителей.
6. Совместные занятия для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача).

**Предполагаемый результат:**

• Улучшение психоэмоционального состояния воспитанников;

• Улучшение здоровья воспитанников, снижение заболеваемости;

• Привитие детям навыков здорового образа жизни.

**План контроля физкультурно-оздоровительной работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Объект контроля | Срок | Ответственные  | Подтверждение |
| Создание условий для сохранения здоровья и психофизического развития детей, соблюдение СанПиНов | сентябрь | Заведующий, ст.воспитатель, ст.мед.сест. | Акт готовности учреждения к новому году, акты готовности спорт.зала., оборудование спортивного зала, спортивной площадки. |
| Адаптация вновь поступивших детей | Август-октябрь | ст.мед.сест.,воспитатели, педагог-психолог | Листы адаптации, анализ адаптации (сообщение на ПМПк) |
| Адаптация выпускников к условиям школьной жизни | январь | Ст.воспитатель | Справка о результатахадаптации |
| Анализ заболеваемости детей в ДОУ | 1 раз в квартал, 1 раз в месяц | ст.мед.сест.,воспитатели | Мед.документация |
| Социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка | май | Педагог-психолог, инструктор по ф.к., воспитатели, учитель-логопед. | Диагностическая документация, индивидуальные образовательные маршруты |
| Диагностика школьной готовности | апрель | Воспитатель, учитель-логопед, педагог-психолог | Диагностическая документация, характеристика выпускника |
| Антропометрия | Сентябрь, май | Ст.мед.сестра. | Данные антропометрии |
| Сформировать культурно-гигиенические навыки | В течение года | Ст.мед.сестра., ст.воспитатель | Материалы контроля |
| Оздоровительные мероприятия с детьми | В течение года | Ст.мед.сестра., ст.воспитатель | Материалы контроля |
| Психологический микроклимат в коллективе детей и взрослых | Сентябрь-мая | Педагог-психолог, воспитатели | Анкеты, рисуночные тесты |
| Нагрузка на физкультурном занятий | В течении года | Ст.мед.сестра., ст.воспитатель | Материалы контроля |
| Соблюдение режима двигательной активности, учет индивидуальных особенностей детей  | Постоянно | Ст.мед.сестра., ст.воспитатель, инструктор по ф.к. | Сообщения на под.советах, педагогич.совещания. |
| Эффективность работы с родителями | По плану | Ст.мед.сестра., ст.воспитатель | Анкеты, участия в физкультурных мероприятиях |

**Годовой план работы инструктора по физической культуре**

(Приложение №3)