

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска "Детский сад № 249 "Лучик"

**ПРИНЯТО**  
на заседании Педагогического совета  
протокол от 24.10. 2023 г. № 2

**УТВЕРЖДЕНО**  
приказ № 136 от 01.11.2023г.  
Заведующий МБДОУ д\с №249  
*Кромкина О.Ю.*  
Кромкина О.Ю.



**ПАРЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК».**

Составители:  
Инструктор по физической культуре: Лядова Ю.А.  
Инструктор по физической культуре: Баландина Е.В.  
Инструктор по физической культуре: Шутова Н.Е.

Новосибирск  
2023г.

## Оглавление

<b>I.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	3
1.1.Пояснительная записка.	3
1.2.Нормативно-правовая база.	4
1.3.Цель, задачи, объекты программы.	3
1.4. Формы, способы, методы и средства реализации программы.	5
1.5.Ожидаемые результаты.	6
1.6. Особенности программы.	8
<b>II.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	9
2.1.Направления работы программы	11
2.2.Комплексная стратегия оздоровления детей	11
2.3. Направление и содержание воспитательно-образовательной деятельности в ДОУ.	12
2.4.Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности	13
2.5. Обеспечение реализации основных направлений программы.	17
2.6. Работа с родителями.	17
<b>III.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	22
3.1.Развивающая среда, материально-техническое оснащение.	22
3.2.Функции специалистов ДОУ в организации развивающей оздоровительной среды.	25
3.3.Критерии оценки эффективности программы «Здоровый ребёнок».	26
3.5.Кадровый и технический потенциал потенциал	27

## **І.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития нашей страны. В последнее время наблюдается тенденция к ухудшению здоровья и физического развития детей. Количество часто болеющих детей ежегодно становится все больше.

Программа «Здоровый ребёнок» определяет основные направления оздоровления детей в МБДОУ д\с №249, различными способами средствами и формами, основным показателем эффективности реализации которой станет снижение заболеваемости среди воспитанников.

Дошкольное воспитание играет значительную роль в жизни общества, создавая условия для дальнейшего развития человека, а гармоничное развитие невозможно без самосознания и воспитания. Являясь биологической потребностью человека, движения служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма, регулирующих, двигательную и иммунную систему, обогащая новыми ощущениями, понятиями, представлениями. Главное средство профилактики заболеваемости является оздоровительная физическая культура с использованием здоровьесберегающих и игровых технологий, обобщения опыта оздоровительно-профилактической работы с дошкольниками в условиях дошкольного образовательного учреждения.

### **1.1. Пояснительная записка**

**Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:**

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

ФГОС ДО и ФОП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФОП содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

## 1.2. Нормативно-правовая база

Программа разработана в соответствии с **нормативными документами:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска "Детский сад № 249 "Лучик" от 12.09.2023г приказ № 1048-од.
6. Основная программа МБДОУ д\с №249.

## 1.3. Цель, задачи, объекты программы

**Цель программы:** Формирование у воспитанников мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, совершенствование первичной профилактики, оздоровление детей,

Физическое развитие направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических **задач:**

- Обучить детей основам здорового образа жизни и умению использовать свои знания для самооздоровления и сохранения собственного здоровья.
- Использовать все средства физической культуры в процессе реализации здоровьесберегающих технологий.
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **Принципы и подходы к формированию работы.**

1. Принцип научности – все реализуемые мероприятия научно обоснованы и направлены на укрепления здоровья дошкольников.
2. Принцип комплексности педагогического процесса – непрерывность процесса оздоровления через тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников.
3. Принцип доступности осуществляется через игровой метод как основной вид детской деятельности.
4. Принцип систематичности – взаимосвязь знаний, умений и навыков.

5. Принцип индивидуально-личностной ориентации – учет индивидуального уровня развития и состояния здоровья дошкольников.

6. Принцип результативности – получение положительного результата оздоровительной работы независимо от уровня физического развития детей. Принцип активности и сознательности — участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

7. Принцип социальной компенсации - обеспечение социальной и правовой защиты детей.

#### **Объекты программы**

- Дети дошкольного образовательного учреждения.
- Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
- Педагогический коллектив образовательного учреждения.

### **1.4. Формы, способы, методы и средства реализации программы**

<b>Совместная образовательная деятельность педагогов и детей</b>		<b>самостоятельная деятельность детей</b>	<b>образовательная деятельность в семье</b>
<b>непосредственно образовательная деятельность</b>	<b>образовательная деятельность в режимных моментах</b>		
Физкультурные занятия: - сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на тренажерах, - на улице, -походы. Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, - имитационные движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. Упражнения: - корригирующие -классические, - коррекционные.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.	Беседа Совместные игры. Походы. Занятия в спортивных секциях. Посещение бассейна.

**Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ включает в себя следующие обязательные мероприятия:**

1. Утренняя гимнастика.
2. Физкультурное занятие.
3. Гимнастика после дневного сна.
4. Физкультминутки.
5. Подвижные игры.
6. Физические игры.
7. Закаливание.
8. Дыхательная гимнастика.
9. Физкультурные досуги.
10. Упражнения между занятиями (динамическая пауза).
11. Летние забавы на прогулках.

**В МБДОУ д\с №249 с целью укрепления физических качеств и оздоровления воспитанников мы используем следующие здоровьесберегающие технологии:**

1. Организация образовательных норм с соблюдением санитарных и гигиенических нормативов.
2. Организация диспансеризации.
3. Обеспечение режима двигательной активности.
4. Сбалансированное питание учеников.
5. Контроль психического состояние детей и его поддержка.

**1.5. Ожидаемые результаты.**

*Выдержка из ФОП ОО Физическое развитие*

<b>К 3 годам:</b>	<b>К 4 годам:</b>	<b>К 5 годам:</b>	<b>К 6 годам:</b>	<b>К 7 годам:</b>
<p>У ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослыми простые имитационные упражнения.</p> <p>Ребёнок понимает указание взрослого, выполняет движения по зрительному и</p>	<p>Ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм.</p> <p>Ребёнок проявляет элементы самостоятельности</p>	<p>Ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности</p> <p>Ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость,</p>	<p>Ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет</p>	<p>У ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества.</p> <p>Ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими.</p> <p>Ребёнок соблюдает элементарные правила ЗОЖ и личной гигиены.</p>

<p>звуковому ориентирам.</p> <p>Ребёнок с желанием играет в подвижные игры.</p> <p>Ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное).</p>	<p>и в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремиться к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку.</p> <p>Ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе.</p> <p>Ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.</p>	<p>развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность.</p> <p>Ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.</p> <p>Ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.</p> <p>Ребёнок познает правила безопасного поведения и стремиться их выполнять в</p>	<p>представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</p> <p>Ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;</p> <p>Ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</p> <p>Ребёнок проявляет духовно-нравственные качества...</p> <p>Ребёнок владеет основными способами укрепления</p>	<p>Ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности.</p> <p>Ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности.</p> <p>Ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности.</p> <p>Ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта</p> <p>Ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о</p>
---	--	--	---	--

	Ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения.	повседневной жизни.	здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих	том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его. Ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремиться оказать помощь и поддержку другим людям.
--	--	---------------------	---	--

### 1.6. Особенности программы:

Физическое воспитание с приоритетом физкультурно-оздоровительной работы характеризуется следующими особенностями:

- в течение всего дня дети находятся под наблюдением и контролем педагогов и квалифицированных специалистов, заботящихся о максимальной интенсификации и оптимизации двигательного режима;
- полностью обеспечиваются такие гигиенические условия для физического развития, как правильный режим дня, полноценное питание, достаточное пребывание на свежем воздухе, закаливающие мероприятия, на основе чего формируются гигиенические навыки;
- создание благоприятных возможностей для эффективного сочетания всех основных средств и форм физического воспитания и интеграции его с основными линиями детского развития (умственным, социальным, коммуникативным, художественно-эстетическим);
- использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий работы с детьми и их родителями, педагогами детского сада.

Отличительная особенность программы – нацеленность на формирование осмысленного отношения дошкольников к собственному телу, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, восприятие здорового образа жизни как ценность. Обучение умению расслабляться, охранять органы зрения и дыхания и т.д.



## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Программа предполагает проведение 2-3 занятий по физическому развитию в неделю в первую и во вторую половину дня в образовательной и в совместной деятельности с детьми. Продолжительность образовательной деятельности: 10-15 минут - младшие группы, 15-20 – средние группы, 20- 25 минут - старшие группы, 30 минут - подготовительные группы.

Общее количество организованной образовательной деятельности — 31-62 занятий.

Педагогический анализ знаний и умений детей (мониторинг) проводится 2 раза в год: октябрь - апрель.

Программа составлена по образовательной области «Физическое развитие» с интеграцией различных видов деятельности: речевой, игровой, музыкальной, познавательной, художественно-эстетической.

### **Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:**

#### ***Задачи физического развития детей 3-4 лет***

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

#### ***Задачи физического развития детей 4-5 лет***

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;

- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

### ***Задачи физического развития детей 5-6 лет***

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в подвижные игры, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

### ***Задачи физического развития детей 6-7 лет***

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;

- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

## **2.1. Направления реализации программы**

### **Профилактическое.**

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации.
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
4. Проведение социальных, санитарных, специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

### **Организационное.**

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности; объективных и субъективных критериев здоровья с помощью мониторинга;
3. Составление индивидуальных планов оздоровления групп;
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников.

### **Лечебное.**

1. Коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом развитии;
2. Оказание первой доврачебной помощи;
3. Осуществление профилактических мероприятий по оздоровлению детей.

## **2.2. Комплексная стратегия оздоровления детей**

1. Оптимизация режима дня:
  - определение оптимальной учебной нагрузки на ребенка;
  - организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима;
  - организация гибкого режима дня.
2. Организация гигиенического режима:
  - режим проветривания помещений;
  - режим кварцевания;

- обеспечение температурного режима и чистоты воздуха;
- обеспечение чистоты среды;
- смена и маркировка постельного белья;
- мытье игрушек.

### 3. Охрана психического здоровья:

- использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы;
- обучение играм и упражнениям на развитие эмоциональной сферы;
- организация безопасной, комфортной среды;
- определение эмоционального состояния каждого ребенка через «Экран настроения».

### 4. Организация питания:

- сбалансированность и разнообразие рациона;
- соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд;
- обеспечение санитарно - гигиенической безопасности питания;
- качество продуктов питания и приготовленных блюд;
- соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов;
- использование сертифицированной питьевой воды;
- витаминизация 3-го блюда;
- использование йодированной соли;
- введение овощей и фруктов, зелени, соков в ежедневный рацион;
- соблюдение питьевого режима.

### 5. Создание безопасной среды жизнедеятельности ребенка в ДОУ:

- выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей;
- соблюдение правил пожарной безопасности;
- подбор мебели с учетом антропометрических данных;
- подготовка участка для правильной и безопасной прогулки;
- качество проведения утреннего приема, своевременная изоляция больного ребенка.

## **2.3. Направление и содержание воспитательно- образовательной деятельности:**

На основе сочетания комплексных и парциальных программ и выбора технологий определяется специфика их реализации.

Расширено содержание работы по охране и укреплению жизни и здоровья детей, усилена самостоятельная двигательная активность детей, проводится работа по развитию основных мышц и формированию физических качеств ребенка, способности к двигательному творчеству, импровизации.

Данные задачи решаются в процессе организованных форм детской активности и самостоятельной деятельности детей в воздушной, закрытой, открытой, природной сферах организации их жизнедеятельности. Основная форма - организованные виды деятельности. При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, интеграция речевых и физических упражнений. В занятия включены элементы психогимнастики и изучение способов жизнедеятельности. Наряду с

физкультурными занятиями - проводятся занятия аэробикой в кружке дополнительного образования.

Реализация программы осуществляется на основе ведущей (игровой) деятельности детей, что соответствует также интересам дошкольников. Занятия не выступают в качестве преобладающей формы обучения; используются разнообразные интегрированные виды деятельности, обеспечивающие смену статических и динамических поз.

Особое внимание в процессе организации самостоятельной и досуговой деятельности уделяется использованию здоровьесберегающих технологий.

В детском саду имеется паспорт здоровья на каждого воспитанника, регулярно проводится витаминизация и закаливание, курс профилактики гриппа и ОРЗ, мониторинг физической подготовленности, занятия с учетом группы здоровья, которые осуществляются по индивидуальному плану.

#### **2.4. Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности.**

Большое значение для здоровья и физического развития детей имеет режим дня. Постоянное время для еды, сна, прогулок, игр и занятий — обязательное условие правильного воспитания ребенка. Режим дня — это четкий распорядок жизни в течение суток, предусматривающий чередование бодрствования и сна, а также рациональную организацию различных видов деятельности. Правильный, соответствующий возрастным возможностям ребенка режим укрепляет здоровье, обеспечивает работоспособность, успешное осуществление разнообразной деятельности, предохраняет от переутомления. Запаздывание еды, сна, прогулок отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно. Жизнерадостное, бодрое и в то же время уравновешенное настроение ребенка в большой мере зависит от организации режима дня.

##### **Организация режима жизнедеятельности детей в МБДОУ д\с №249**

<b>Время</b>	<b>Теплый период</b>
	<b>Режимные моменты</b>
7.00-7.45	Приём детей, осмотр, игры, общение, индивидуальная работа с детьми
7.45-8.05	Чтение, встреча с природой
8.05-8.15	Утренняя гимнастика
8.15-8.20	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, дежурство
8.20-8.40	Завтрак
8.40-9.40	Самостоятельная игровая деятельность
9.40-12.25	Подготовка к прогулке, прогулка: - развивающие образовательные ситуации на игровой основе: фронтальные (музыкальные и физкультурные); - игры (наблюдения, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, дидактические, игры – забавы, свободная деятельность, игры с водой, песком; закаливающие процедуры: солнечные и воздушные ванны, соблюдение питьевого режима);

	досуги, праздники и развлечения.
10.15	Второй завтрак
12.25-12.55	Подготовка к обеду, обед
12.55-13.00	Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, закаливающие мероприятия
13.00-15.30	Сон
15.30-16.10	Подъём, гимнастика пробуждения, гигиенические процедуры, игры
16.10-16.30	Подготовка к полднику, полдник
16.30-17.20	Подготовка к прогулке, прогулка
17.20-17.30	Подготовка к ужину.
17.30-18.00	Ужин
18.00-19.00	Прогулка, игры, общение, индивидуальная работа, работа с родителями уход домой

Время	Холодные период	
	Режимные моменты	
7.00-7.45	Приём детей, осмотр, игры, общение, индивидуальная работа с детьми	
7.45-8.05	Чтение, труд в уголке природы	
8.05-8.15	Утренняя гимнастика	
8.15-8.20	Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, дежурство	
8.20-8.40	Завтрак	
8.40-9.00	Подготовка к НОД, дежурство позанятиям	Самостоятельная игровая деятельность -15 мин
9.00-10.40	НОД - развивающие образовательные ситуации на игровой основе	
10.15	Второй завтрак	
10.40-12.25	Подготовка к прогулке, прогулка	
12.25-12.55	Подготовка к обеду, обед	
12.55-13.00	Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	
13.00-15.00	Сон	
15.00-15.30	Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные и гигиенические процедуры, закаливающие мероприятия	
15.30-16.10	НОД - (фронтальная) Краеведение (по сетке)	Самостоятельная игровая деятельность, общение, досуги, индивидуальная и коррекционная работа
16.10-16.30	Подготовка к полднику, полдник	
16.30-17.20	Подготовка к прогулке, прогулка.	
17.20-17.30	Подготовка к ужину.	
17.30-18.00	Ужин	

### Образовательная деятельность в ходе режимных моментов

Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Периодичность					
Базовый вид деятельности	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Чтение художественной литературы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Дежурства	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей					
Игра	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах(уголках) развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

**Учебный план реализации основной образовательной программы  
дошкольного образования дошкольным учреждением**

**Организованная образовательная деятельность**

Базовый вид деятельности	Периодичность				
	Вторая группа раннего возраста	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю

**Здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ**

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственный
<b>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>			

Гимнастика пробуждения	После сна, каждый день. Во всех возрастных группах	Комплексы упражнений подобранные для каждой возрастной группы	Воспит.
Аэробика	Один раз в неделю, начиная со старшей группы	По программе И.Бурениной	Инструктор по физ-ре
Динамические паузы	Во время занятий 2-5 мин. по мере утомления детей, начиная со второй мл.группы	Комплексы физминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз	Воспит.
Подвижные и спортивные игры	Как часть физ. занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы .	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр	Инстр.по физ-ре, муз.руков воспитатели
<b>Коррекционные технологии</b>			
Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в муз.зале, физ.зале, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Цель - фонематически грамотная речь без движений	Воспит., учитель-логопед, музыкальный руководитель
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами в любой отрезок времени	Воспит.
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста	Проветривание помещений и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	Воспит.
Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии.	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитат, инструктор по физ.культ
Сказкотерапия	Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс.	Воспитатели.
<b>Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			
Физкультурные занятия	3 раза в неделю в спортивном и музыкальном зале, на улице, в группе	Занятия проводятся в соответствии с программой	Инструктор по физ-ре, воспитатель
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в муз. и спортивном залах. Все возрастные группы.	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными группами и особенностями детей	Инструктор по физ-ре Воспитатели.



Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть занятия и целое занятие по познанию, начиная с младшей группы	Технологии Л.Ф.Тихомировой «Уроки здоровья», «Безопасность» Авдеева	Воспитатели.
Физкультурные праздники, досуги,	Проводятся 1 раз в квартал в муз. и спортивном залах, на прогулке, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие	Инструкт по физ-ре, муз.рук., воспит.
Веселые старты	Один раз в месяц во второй половине дня в физкультурном зале или в музыкальном, на прогулке, начиная со второй младшей группы	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме.	Воспитатели. Инструктор по физ-ре
СМИ (ситуативные малые игры)	Два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах, начиная с младшего дошкольного возраст.	Ролевая подражательная имитационная игра.	Воспитатели.

## 2.5. Обеспечение реализации основных направлений программы.

Техническое и кадровое обеспечение			
№п-п	Основные мероприятия	Организаторы и исполнители	Этапы и сроки
1.	Пополнение среды нестандартным оборудованием: - объемными модулями - тренажеры для развития глазомера - оборудование для лазания, прыжков, метания и др.	Инструктор по физкультуре  Завхоз	По мере поступления денежных средств
2.	Предоставление дополнительных услуг:- кружок ритмической гимнастики	Зам.зав. по ВМР специалисты	2018 -2019
3.	Открытие клуба Здоровья для сотрудников ДОУ	Инструктор по физкультуре	
4.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ).	Педагоги	постоянно

## 2.6. Работа с родителями.

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед педагогами образовательного учреждения.

Семья и детский сад – социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Поступая в ДОУ, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, слаборазвитые двигательные навыки (быстроту, ловкость, координацию движений).

Наша задача – помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям).

Один из путей решения задач – совместная спортивная деятельность детей и взрослых, как в детском саду, так и в семье. В нашем дошкольном учреждении разработаны формы тесного взаимодействия детей и взрослых.

Только опираясь на семью, только совместными усилиями мы можем решить главную нашу задачу — воспитание здорового человека, как физически, так и духовно.

#### **Примерный план работы с родителями по формированию здорового образа жизни дошкольника.**

<b>Название мероприятия</b>	<b>Цель проведения мероприятия</b>	<b>Сроки реализации</b>
Родительское собрание «Здоровье с детства».	Повышение педагогической культуры родителей, их компетентности по вопросам ЗОЖ, заинтересованности в укреплении здоровья детей. Содействие становлению культуры здоровья. Информирование родителей о факторах, влияющих на здоровье ребенка.	<b>Сентябрь</b>
Анкетирование «Здоровый образ жизни», «Воздух в вашей квартире».	Выявление отношения родителей к ЗОЖ, а также его реального осуществления в семье.	
Наглядный материал на стенде «Режим дня в детском саду и дома» (фотографии, статья о значении режима, рассказы родителей о режиме в семье).	Совершенствование знаний родителей о необходимости соблюдения режима дня дома.	
Консультация-практикум «Что такое ЗОЖ».	Ознакомление родителей с основными факторами, способствующими укреплению	

	и сохранению здоровья дошкольников. Пропаганда здорового образа жизни.	
Памятка «Что такое здоровье».	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.	
Папка-передвижка «Физическое воспитание».	Консультативная поддержка родителей по вопросам образования и охраны здоровья детей. С помощью специально подобранных материалов помочь родителям целенаправленно найти ответы на разнообразные вопросы, касающиеся физического воспитания детей.	
– Консультация «Правильное питание ребенка». – Папки-передвижки «Питание детей», «Мама-повар». – Памятка «Как составить меню для ребенка-дошкольника».	Содействие просвещению родителей в вопросах здоровьесбережения (рациональное питание). Помочь организовать сбалансированное питание детей дома. Сориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к здоровому образу жизни.	Октябрь
Беседы «Организация детского питания в семье».	Обмен мнениями по вопросам организации питания. Оказание помощи родителям, повышение чувства ответственности за здоровье детей.	
Памятка «Утренняя гимнастика».	Информирование родителей об актуальных задачах физического воспитания. Реализация единого воспитательного подхода	Ноябрь
Просмотр родителями утренней гимнастики в детском саду.	Информирование о разнообразных формах двигательной деятельности.	
Деловая игра «Обсуждение педагогических ситуаций по физическому воспитанию детей».	Обеспечение единства подходов к двигательной активности в детском саду и семье.	
Консультация «Игры и спортивные развлечения зимой».	Ориентирование родителей на формирование у детей положительного отношения к физической культуре. Просвещение родителей по вопросам организации оптимального для детей двигательного режима	Декабрь
Консультации: «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни».	Вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, мобилизация взрослых на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья детей.	
Подготовка и проведение спортивного праздника совместно с родителями «Папа, мама, я – спортивная семья!».	Активизация родителей. Развитие стремления у родителей быть личным примером в формировании навыка здорового образа жизни. Привлекать к совместной с детьми деятельности.	
Консультация: «Формирование правильной осанки – одна из важнейших задач физического воспитания детей».		Январь

Папка-передвижка «Правильная осанка детей»	Информирование об актуальных задачах физического воспитания на разных возрастных этапах. Знакомство родителей со специальными профилактическими и коррекционными упражнениями для формирования правильной осанки у детей старшего дошкольного возраста. Информирование родителей о факторах, влияющих на осанку детей. Повышение компетентности родителей в вопросах здоровья сбережения детей.	
Показ родителям упражнений, направленных на формирование правильной осанки у детей старшего дошкольного возраста.		
Картотеки «Пальчиковая гимнастика», «Гимнастика для глаз».	Реализация единого подхода детского сада и семьи к вопросам укрепления здоровья детей. Оказание помощи	
Беседы: «Здоровье ребенка в наших руках», «Личный пример родителей как главный метод воспитания ребенка в семье».	Агитировать родителей вести здоровый образ жизни. Установка на совместную работу с целью решения психолого-педагогических проблем развития ребенка. Обеспечение дифференцированного подхода к разным группам семей.	Февраль
Подготовка и проведение утренника «День защитника Отечества».	Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс, установление эмоционального контакта между педагогами, родителями и детьми, улучшение детско-родительских отношений.	
Фотовыставка «Зимние забавы и развлечения».	Использование лучшего опыта семейного воспитания, пропаганда его среди родителей.	
Мастерская детей, родителей и педагогов «Зимние виды спорта».	Объединение родителей и детей общей деятельностью. Вовлечение семей в образовательную деятельность.	
Мастер-класс «Предупреждение плоскостопия у детей».	Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями и детьми. Знакомить родителей со специальными упражнениями для профилактики плоскостопия у детей. Содействовать повышению компетентности родителей в вопросах охраны здоровья детей. Ориентировать родителей на развитие у ребенка потребности беречь свое здоровье.	
Папка-ширма «Профилактика плоскостопия у детей».		
Организация совместных дел – изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования.	Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс. Привлекать к сотрудничеству.	Март
Папка-ширма «Влияние взаимоотношений взрослых в семье на эмоциональное благополучие ребенка».	Повышение компетентности родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья детей. Информировать родителей о компонентах здоровья детей.	

Беседы «Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей», «Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь ее с заболеваниями бронхолегочной системы».	Агитировать родителей вести здоровый образ жизни.	
Задания родителям и детям – собирать открытки, фотографии, вырезки из газет, журналов на тему «Здоровый образ жизни».	Объединение родителей и детей общей деятельностью.	
Анкетирование «Формирование двигательных навыков в семье».	Выявление отношения родителей к формированию двигательных навыков.	Апрель
Выставка (фотографии и предметы) «Пособия для развития движений».	Ориентировать родителей на развитие у детей потребности в двигательной активности. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи.	
Рекомендации родителям «Интенсифицируем двигательную активность детей», «Спортивный уголок дома».	Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.	
Выставка фотографий «Домашний уголок для занятий физкультуры».		
Консультация «Закаливание детей».	Информирование родителей о факторах, влияющих на здоровье детей.	Май
Просмотр физкультурного занятия «Поход».	Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс. Обеспечить открытость дошкольного образования.	
Семинар-практикум «Организация ЗОЖ в семье и дошкольном учреждении».	Вовлечение родителей в активный педагогический процесс, участие родителей в образовательной деятельности ДОУ.	
Памятка «Профилактика острых кишечных заболеваний у детей».	Гигиеническое просвещение родителей.	
Консультация «Летние развлечения».	Обогащение знаний родителей о формах активного отдыха летом, рациональном использовании свободного времени для укрепления здоровья. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи.	

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Развивающая среда, материально-техническое оснащение

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании развивающей предметно-пространственной среды ДОО учтены:

местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;

возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;

задачи образовательной программы для разных возрастных групп;

возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях
- спортивная площадка на территории ДОО.

#### Организация предметно-развивающей среды. Материально-техническое оснащение ДОО.

1.	Гимнастическая стенка	35.	Обручи большие 15шт.
2шт.		36.	Обручи малые 17шт.
2.	Скамейки 4 шт.	37.	Резиновые коврики 6шт.
3.	Маты 4 шт.	38.	Палки гимнастические
4.	Мат для прыжков 1шт.		пластмассовые 15шт.
5.	Баскетбольные кольца	39.	Палки гимнастические
навесные 2 шт.			деревянные 15шт.
6.	Баскетбольное кольцо -	40.	Мешочки для метания
стойка 1 шт.			большие 19шт.

7.	Беговые дорожки 2 шт.	41.	Мешочки для метания
8.	Массажные дорожки 3 шт.	42.	Ленточки 25шт.
9.	Массажеры для ног 3 шт.	43.	Косички 15шт.
10.	Тренажеры для ног 2шт.	44.	Погремушки 15шт.
11.	Батут 1шт.	45.	Флажки 30шт.
12.	Бревно 1 шт.	46.	Гантели 25шт.
13.	Сетка волейбольная 1 шт.	47.	Мячи мягконабивные
14.	Ребристая доска 2 шт.	48.	Колокольчики 4 шт.
15.	Наклонная доска 2 шт.	49.	Стойки для прыжков, для
16.	Подставки для наклонных	50.	подлезания высокие 2 шт.
досок 2шт		51.	Стулья 4 шт.
17.	Приставные лестницы 3	52.	Резиновый коврик
шт.		53.	большой 1шт.
18.	Стойка для метания 2 шт.	54.	Стойки для прыжков
19.	Мячи большие 17шт.	55.	средние 2шт.
20.	Мячи средние 15 шт.	56.	Куб поролоновый 1шт.
21.	Мячи малые 15шт.	57.	Дартс 1шт.
22.	Мячи набивные 6шт.	58.	Модули плоские
23.	Кегли 25шт.	59.	составные 18шт.
24.	Фитболы 20шт.	60.	Модули круглые 15шт.
25.	Веревка плетенная 1 шт.	61.	Модуль-дорожка 1шт.
26.	Корзины 2шт.	62.	Модули квадратные 15шт.
27.	Шарики для тросов 25шт.	63.	Колечки 20шт.
28.	Тросики 3шт	64.	Массажеры для рук
29.	Магнитофон 1шт	65.	круглые 10шт.
30.	Кубики 35шт.	66.	Массажеры для рук 10шт.
31.	Тоннели 2шт.	67.	Дуги 9шт.
32.	Канат длинный 1шт.	68.	Координационно-
33.	Скакалки длинные 17шт.	69.	скоростные лесенки 4шт.
34.	Скакалки короткие 15шт.		

### **Материально-техническое обеспечение парциальной программы:**

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

## **Используемые материалы:**

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа МАДОУ «Чебурашка».
5. Инновационная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд. исправ. и доп.-М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. – с. 336.
6. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста/Сост. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович.-Спб.: Изд-во Акцидент, 1995.- 36 с.
7. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 88 с.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -112 с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -160 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -192 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2020. -160 с.
12. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -168 с.

## **Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:**

1. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва»Просвещение» 1992г.
2. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
3. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-7 лет. Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
6. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
7. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
8. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022г.

## **Приложения к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие»**

1. Педагогическая диагностика физического развития воспитанников; паспорт здоровья
2. Перспективное планирование освоения основных движений (все возрастные группы), план-график
3. Двигательный режим детей дошкольного возраста
4. План проведения досуговых мероприятий и праздников по годовому плану. Примерный перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы в ДОО
5. Перечень спортивного оборудования и инвентаря
6. План работы со специалистами ДОО на 2023-2024 учебный год
7. Расписание ОД по физическому развитию



### **3.2. Функции специалистов ДОУ в организации развивающей оздоровительной среды**

#### **Воспитатели групп оздоровительной направленности:**

- Обеспечение гибкого оздоровительного режима.
- Наблюдение за динамикой развития детей.
- Коррекционная работа.
- Использование оздоровительных технологий.
- Работа с родителями.

#### **Учитель-логопед, педагог-дефектолог:**

- Обеспечение гибкого, щадящего режима.
- Обогащение словарного запаса, формирование лексико-грамматического строя речи.
- Формирование звукопроизношения с использованием оздоровительных технологий.
- Гимнастика артикуляционная, пальчиковая, дыхательная, для глаз.
- Массаж и самомассаж языка, лица; физкультминутки, упражнения на релаксацию.
- Работа с воспитателями и родителями.

#### **Педагог-психолог:**

- Развитие всех психических функций.
- Психокоррекционная работа (индивидуальная, групповая).
- Текущее обследование.
- Работа с педагогами и родителями.

#### **Музыкальный руководитель:**

- Коррекционная работа по профилактике нарушения осанки на музыкальных занятиях,
- использование звуковой и дыхательной гимнастики на музыкальных занятиях,
- подготовка и проведение совместных праздников, использование на музыкальных занятиях.

#### **Инструктор по физкультуре:**

- определение показателей двигательной подготовленности детей
- внедрение здоровьесберегающих технологий
- коррекция отклонений физического развития
- включение в физкультурные занятия:
  1. упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
  2. упражнений на релаксацию
  3. дыхательных упражнений
- закаливающие мероприятия
  1. сниженная температура воздуха
  2. облегченная одежда детей
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- пропаганда здорового образа жизни

#### **Шеф-повар, повар:**

- организация рационального питания детей
- контроль за соблюдением технологий приготовления блюд
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке

#### **Младший обслуживающий персонал:**

- соблюдение санитарно-охранительного режима
- помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий

### **3.3. Критерии оценки эффективности программы «Здоровый ребёнок».**

<b>Критерии</b>	
<b>Медицинский</b>	
<b>Психолого-педагогический</b>	
Степень адаптации	Лист адаптации
Доля дней проведённых в группе по факту.	Табель (посещаемость по факту : на посещаемость по плану x100)
Пропуск дней одним ребёнком по болезни.	Табель Число дней пропущенных по болезни:
Индекс здоровья.	(Число не разу не болевших детей: среднесписочное количество детей x 100)
Результаты профилактических осмотров.	Данные антропометрии, осмотров специалистов.
Динамика распространения хронических заболеваний	Результаты осмотров, мониторинг.
Познавательное развитие	Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Здоровье». Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Безопасность». Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Познание». формирование целостной картины
Личностное развитие	Исследование педагога-психолога( Контактность, статус в коллективе, выраженность эмоций и т.д.)
Психическое развитие	Диагностика психических процессов
Двигательное развитие	Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Физическая

#### **Показатели здоровья и физического развития выпускника ДО:**

- физическое развитие соответствует норме;
- физически подготовлен к продолжению обучения;
- владеет своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту;
- хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения;
- подвижен и ловок;

- развита мускулатура;
- уверенно владеет ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности;
- сформирована привычка к здоровому образу жизни.

### 3.4. Техническое и кадровое обеспечение.

<b>Техническое и кадровое обеспечение</b>			
<b>№ п-п</b>	<b>Основные мероприятия</b>	<b>Организаторы и исполнители</b>	<b>Этапы и сроки</b>
1.	Пополнение среды нестандартным оборудованием: - объемными модулями - тренажеры для развития глазомера - оборудование для лазания, прыжков, метания и др.	Инструктор по физкультуре  Завхоз	По мере поступления денежных средств
2.	Предоставление дополнительных услуг:- кружков и секций : футбол, ФОП	Зам.заведующего по ВЧ специалисты	2022-2023г.
3.	Открытие клуба Здоровья для сотрудников ДООУ	Инструктор по физкультуре	2021 г.
4.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДООУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДООУ).	Педагоги	постоянно

Забота о здоровье - одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменить который ничем нельзя, однако люди не заботятся о здоровье так, как это необходимо. Но важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня - это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем.

Все мы родители, педагоги хотим, чтобы наши дети росли здоровыми, ведь здоровье — это бесценный дар. Главное в работе педагога - научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье. Только в этом случае можно надеяться, что будущее поколения станут более здоровыми и развиты не только интеллектуально, духовно и физически. Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека.