

Одобрена:
Педагогическим советом № 1
МДОУ «Детский сад № 3
«Дюймовочка»
Протокол № 1 от 26.08.2022г.



*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
« Детский сад № 3 «Дюймовочка»
города Зеленокумска Советского района»*

*Программа по здоровьесберегающей деятельности МДОУ
«Растим здорового ребенка»*



2022 – 2025 год

Содержание

1	Пояснительная записка	
2	Цель программы, основные задачи	4-5
3	Ожидаемые результаты: для детей для родителей для педагогов	5
4	Основные направления деятельности ДОУ, в период реализации программы	6-7
5	1. Теоретические аспекты сущности здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.	7-8
6	2. Система работы по формированию знаний и навыков у детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни.	8-9
7	3. Содержание работы МДОУ «Детский сад № 3 «Дюймовочка» по здоровьесбережению воспитанников	9-12
8	4. Система здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ	12-14
9	5. План работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников МДОУ «Детский сад № 3 «Дюймовочка»	14-15
10	6. Система совместной деятельности детского сада и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей	15-18

Пояснительная записка.

*«Здоровье — это вершина,
которую должен каждый покорить сам»*

Формирование здорового подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и формирование здорового образа жизни заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остается актуальной. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться?

В настоящее время отмечается усиление оздоровительно - образовательного потенциала физической культуры, включающего в себя формирование культуры движений, осознанной установки детей на здоровый образ жизни, развитие ценностных ориентаций, положительных личностных качеств и активной жизненной позиции по отношению к собственному здоровью. В работе с детьми широко используются новые виды физкультурных занятий, которые дополняют и обогащают традиционные формы двигательной деятельности, ведется разработка и внедрение в практику дошкольных учреждений инновационных технологий образования и оздоровления детей.

В современном обществе предъявляются высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку. Нашей стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, инициативные и, конечно же, здоровые. В национальной доктрине образования воспитание здорового образа жизни рассматривается как одна из основных задач образования.

Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей, социально-экологической ситуации в стране. Происходящие в государстве, обществе и образовании перемены предъявляют новые требования к качеству отношений дошкольного учреждения и семьи. Главным приоритетом Концепции дошкольного учреждения является оптимизация психологической и физической нагрузки воспитанников, создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Успешное формирование основ ЗОЖ у дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно–образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, инициатором и координатором которого должен выступать педагогический коллектив дошкольного учреждения.

Программа «Растим здорового ребенка», разработана педагогическим коллективом нашего МДОУ на 3 года. В основу положено учебно-методическое издание под редакцией Голиныной Н.С., Шумовой И.М. Воспитание здорового образа жизни у малышей. - М.2007.

Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов и родителей.

Теоретическая значимость и новизна программы: заключается в преобразовании стандартного обучения детей здоровому образу жизни, через формирование осознанного отношения к своему здоровью, а не просто механическому выполнению заученного материала. Практическая значимость программы: состоит в разработке определенной системы по формированию здорового образа жизни и применении этой системы педагогами совместно с родителями в воспитательно-образовательном процессе МДОУ и в семейном воспитании.

Содержание программы рассчитано на детей 3 -7 лет.

Срок реализации программы: 2022 – 2025 год.

Алгоритм программы: от удовольствия к привычке, от привычки к потребности.

Цель программы: организация благоприятных условий для будущего формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью.

Основные задачи:

- 1) Воспитание у детей потребности в здоровье.
- 2) Формирование целостного понимания здорового образа жизни.
- 3) Создание правильных представлений о здоровом образе жизни.
- 4) Обучение детей чувствованию и ощущению здорового образа жизни как неотъемлемой части существования.
- 5) Использование в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни приемов интеграции разных видов деятельности.
- 6) Организация включения в систему работы новых специалистов по проведению оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий.

Ожидаемые результаты:

Для детей:

- 1) Сформированные навыки здорового образа жизни.
- 2) Правильное физическое развитие детского организма, повышение его сопротивляемости инфекциям.
- 3) Улучшение соматических показателей здоровья и показателей физической подготовленности.
- 4) Сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для родителей:

- 1) Сформированная активная родительская позиция.

- 2) Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.
- 3) Активное участие родителей в жизнедеятельности ДООУ.

Для педагогов:

- 1) Качественное освоение педагогами инновационных технологий физического воспитания и оздоровления детей.
- 2) Повышение профессионального уровня педагогов.
- 3) Улучшение качества работы по физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.

Основные направления деятельности МДОУ, в период реализации программы:

1. Воспитательно-образовательная деятельность

С целью систематизации и решения широкого спектра задач физкультурно-оздоровительная работа должна осуществляться на основе следующих направлений:

1) ***Социально-психологического***, направленного на формирования потребности к освоению ценностей физической культуры и здорового образа жизни. Для этого предполагается использование новых игровых методов и приемов, яркого нестандартного оборудования, использование новых форм работы.

2) ***Интеллектуального***, предполагающего получение комплекса теоретических знаний. Детям в доступной форме необходимо дать знания по валеологии. С этой целью предполагается внедрение новых технологий.

3) ***Двигательного*** – развитие физических качеств, двигательных умений и навыков, а также использование физического потенциала. Тело для растущего человека – особая реальность, которой ему предстоит овладеть. Педагогический процесс предполагается строить таким образом, чтобы мир телесных движений открывался детям в качестве особой, «необыденной» действительности.

4) ***Оздоровительного*** – направлено на устранение недостатков в физическом развитии, повышении сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды.

Предполагается использование нетрадиционных методов оздоровления, организация и проведение комплекса мероприятий по лечебной физкультуре, проведения индивидуальных занятий в тренажерном зале.

2. Поисково-экспериментальная деятельность

Предполагает раскрытие творческого потенциала сотрудников, стимулирование их к развитию и самообразованию.

Основные направления деятельности – это изучение, внедрение и разработка программ, пособий, методических рекомендаций. Предполагается глубокое изучение теории, актуальных проблем физического воспитания, экспериментирование и поиск.

3. Повышение профессиональной компетентности педагогов

Предусмотрено в каждом виде деятельности, это важнейшее условие

развивающегося ДООУ организуется в следующих формах: участие в опытно-экспериментальной работе, курсы повышения квалификации, мастер – классы, тренинги, деловые игры, семинары-практикумы, круглые столы, КВН, викторины, педагогические ринги и т.д.; обмен опытом в виде презентаций на педсоветах; изучение новинок и нетрадиционных подходов в физическом воспитании; участие в конкурсах.

4. Работа с родителями Направлена на информирование родителей о содержании работы ДООУ, вовлечение родителей в жизнь детей, пропаганду здорового образа жизни. Предполагается ведение поиска путей сотрудничества, планируется проведение традиционных и нетрадиционных форм по привлечению родителей к проблемам физического воспитания и оздоровления детей, для развития коммуникативных организованы совместные посещения и участие в спортивных мероприятий и др.

5. Взаимодействие с социумом Направлено на привлечение общественности к проблемам приобщения к здоровому образу жизни. Организация семинаров, спортивных соревнований среди дошкольников, родителей и персонала дошкольных учреждений.

1. Теоретические аспекты сущности здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей, формирования навыков и привычек здорового образа жизни как никогда является актуальной. Ведь от жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, вера в свои силы. Достичь необходимого интеллектуально – познавательного развития может только здоровый ребенок.

Здоровье человека всецело зависит от образа его жизни, поведения. Вот почему так важно с детства научить ребенка бережно относиться к самому себе, сохранять, развивать, приумножать то, что дано самой природой. Важно научить ребенка понимать, сколь ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни. Известно, что в дошкольный период идет становление важнейших качеств человеческой личности, в частности, закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни. Надо помочь детям осознанно относиться к здоровью и жизни. Как же укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребенка? Как привить ему навыки здорового образа жизни? Найти ответ на эти и другие вопросы должны совместно дошкольное учреждение и семья, используя различные формы работы. Именно в семье, в дошкольном учреждении на ранней стадии развития ребенка надо помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье. Быть здоровым – естественное желание каждого человека.

Основы психического и физического здоровья закладываются в детском возрасте, и поэтому очень важно с самого детства формировать у человека

знания о здоровом образе жизни. Впервые о необходимости привития таких знаний человеку заявил крупнейший отечественный микробиолог, врач Илья Ильич Мечников. Он считал: самое главное – научить человека правильному, безошибочному выбору в любой ситуации только полезного, содействующего здоровью и отказу от всего вредного.

Необходимость воспитания здорового образа жизни подчеркивают и исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 60% от его образа жизни. Также очевидно, что формирование у детей представлений о здоровом образе жизни обусловлено, прежде всего, процессом воспитания, педагогическим процессом взаимодействия взрослого и ребенка. Широким спектром педагогических средств и приемов.

Здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а степень жизни, адекватное поведение в различных ситуациях. Формирование здоровья дошкольников является приоритетным направлением педагогической деятельности. Надо учить ребенка любви к себе, к людям, жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и миром, будет действительно здоров.

Известно, что здоровьесберегающее направление предполагает формирование у дошкольников установки на здоровье как на важную жизненную ценность. Потребность в здоровье дошкольников есть у родителей, дошкольных учреждений, общества, и все вместе мы пытаемся внушить ребенку свое представление о здоровье. Поэтому и в образовательных программах дошкольных учреждений все больше разделов, посвященных изучению организма человека, обеспечению его безопасности. Не исключая этих подходов, мы считаем, что главное – помочь малышам выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

Как определить, какие знания о ЗОЖ доступны дошкольнику? Мы думаем те, которые для ребенка являются «живыми», то есть, получены практически, «чувственно», которые нужны ему сегодня, а не завтра, и которые можно уже сейчас применить в жизни, ощутить на деле их значимость. С ними можно поэкспериментировать, в них можно поиграть, их можно нарисовать, слепить, придумать рассказ. Такие знания гораздо естественнее и эффективнее приобретать в повседневной жизни, в конкретной жизненной ситуации. Именно в процессе практической деятельности ребенок должен узнавать: почему определенным образом надо мыться, чистить зубы, после каждого загрязнения мыть руки? Зачем делать зарядку, проветривать комнату, быть на воздухе? Почему надо днем спать, сидеть прямо, аккуратно есть, пользоваться салфеткой, полоскать рот? Научиться рассуждать о своем здоровье ребенок должен не со слов взрослого, а на основе собственного (конечно, пока элементарного) опыта. Знание ребенком основ гигиены, элементарных медицинских сведений,

правил безопасности жизнедеятельности составляет фундамент формирования здорового образа жизни, способствующий, в свою очередь, эффективности всех оздоровительных мероприятий, проводимых в дошкольном учреждении и семье.

Таким образом, в связи с этим все более ясно становится необходимость целенаправленной и организованной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, формированию сознательного отношения к здоровью, профилактике вредных привычек, воспитанию лучших человеческих качеств. Воспитание и обучение должны стать по истине «здоровье сохраняющими». В детском саду ребенок проживает треть своей дошкольной жизни, и эту его жизнь организуем мы, педагоги детского сада. Современные дошкольные учреждения могут и должны оказать существенное влияние на оздоровление детей в процессе обучения и воспитания, а также на весь образ жизни ребенка. Важным условием успешной работы по сохранению здоровья детей является понимание того, что «здоровый образ жизни» должен стать стилем жизни.

2. Система работы по формированию знаний и навыков у детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни.

Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников – это целостный процесс. Он требует овладением суммой определенных знаний, применения разных форм, методов и приемов работы с детьми. Система работы построена с учетом возрастных, психофизических и психологических особенностей детей дошкольного возраста, опирается на основные принципы психологии и дошкольной педагогики.

Основные принципы системы работы по здоровьесбережению воспитанников:

Принцип активности и сознательности - определяется через участие всего коллектива педагогов родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

Принцип систематичности и последовательности в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

«Не навреди» - это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

Доступности и индивидуализации – оздоровительная работа в детском саду должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей

детей.

Системного подхода: оздоровительная направленность образовательного процесса достигается через комплекс избирательно вовлеченных компонентов взаимодействия и взаимоотношений, которые направлены на полезный результат – оздоровление субъектов образовательного процесса (из теории функциональных систем П.К. Анохина).

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

Комплексного междисциплинарного подхода. Работа учитывает тесную связь между медицинским персоналом ДОО и педагогическим коллективом, а также отсутствие строгой предметности.

Содержание работы МДОО «Детский сад № 3 «Дюймовочка» по здоровьесбережению воспитанников

Мероприятия	Ответственные и исполнители	Сроки	Результат
Обеспечение высокого качества медико-психолого-педагогического сопровождения воспитанников			
Обеспечение режимов пребывания воспитанников в ДОО с учетом их индивидуальных особенностей	Педагогический коллектив ДОО	Ежедневно	Положительная динамика в соматическом, психо-физическом здоровье, развитии детей
Обеспечение воспитанников качественным сбалансированным 3-х разовым питанием.	Медсестра Педагоги Помощники воспитателей	Ежедневно	
Разработка и реализация плана работы ДОО по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников	Медсестра Ст. воспитатель	Сентябрь 2022г.- 2025г.	Повышение эффективности работы ДОО по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников. Снижение уровня заболеваемости

Обучение педагогов новым технологиям здоровьесбережения	Старший воспитатель	2022-2025г.	Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей
Проведение спортивных праздников и развлечений	Педагогический коллектив ДОУ	2022-2025г.	Повышение интереса детей к занятиям физической культурой
Подбор материалов для консультаций и оформление стендовых материалов для родителей.	Педагогический коллектив ДОУ	2022-2025г.	Повышение компетентности родителей в области сохранения здоровья детей
Выпуск газеты ДОУ для родителей «Здоровые дети –здоровое поколение»	Ответственный газету ДОО инструктор по ФИЗО	2022г.-2025г.	Повышение компетентности родителей в области сохранения здоровья детей
Разработка и реализация авторских проектов, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.	Педагогический коллектив ДОУ	2022-2025г.	Авторские проекты, направленные на сохранение и укрепление здоровья Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, практических умений и навыков у детей и родителей в области физического воспитания
Организация и проведение мероприятий с детьми валеологической, здоровьесберегающей направленности.	Педагогический коллектив ДОУ	2022-2025г.	Освоение детьми задач образовательной области «Физического развитие»

Организация индивидуального консультирования педагогов и родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников.	Ст. воспитатель	По необходимости	Увеличение доли педагогов и специалистов с высоким уровнем медико-педагогической компетентности
Работа с родителями по направлению сохранения и укрепления здоровья воспитанников.	Ст. воспитатель Педагогический коллектив	Ежегодно по годовым планам	Увеличение доли родителей, с высоким уровнем медико-педагогической компетентности
Информирование общественности о ходе оздоровительной деятельности и её результатах	Заведующая, Ст. воспитатель Ответственные: за сайт	В течение года	Отчет по самообследованию ДОУ. Информация на сайте, в газете ДОО
Оценка качества результатов деятельности			
Комплексный мониторинг состояния здоровья и развития детей раннего и	Медработник воспитатели групп	Ежегодно	Анализ результатов мониторинга. Определение перспектив

Глава 4. Система здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня; возраст детей	Особенности методики проведения
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья		
1. Подвижные и спортивные игры	Как часть физ. занятия, как прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр.

2.Физкультурные минутки	Во время НОД, 1,5 -2 минуты во всех возрастных группах	Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления.
3.Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой.	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любое время.
4.Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшей группы	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур.
5.Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 минут в свободное время, зависит от интенсивности нагрузки, начиная с младшей группы.	Рекомендуется показ воспитателя и использование наглядности.
6.Закаливание (упражнения)	Ежедневно, начиная с младшего возраста.	Комплексы физ. упражнений в спальне и группе.
7.Динамические паузы	Во время НОД и между НОД 2-5 минут по мере утомляемости, начиная со 2 младшей группы.	В НОД в виде игр. Между НОД в виде танцевальных движений, элементов релаксации.
8.Интегрированные занятия	Последняя неделя каждого месяца	Интеграция содержания различных образовательных областей
2. Технологии обучения здоровому образу жизни		
1.Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах.	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДООУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

2.Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.
3.Коммуникативные игры	2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой
4.Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму

3. Коррекционные технологии

1.Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый.
2.Технологии музыкального воздействия. В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	

Глава 5. План работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников МДОУ «Детский сад № 3 «Дюймовочка»

Физкультурно-оздоровительная работа
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей

1	Утренняя гимнастика с использованием корригирующих и дыхательных упражнений	ежедневно	воспитатели
2	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	воспитатели
3	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	воспитатели
4	Спортивные развлечения и праздники	1 раз в месяц	
5	Специальные гимнастические упражнения для профилактики	ежедневно	воспитатели
	Динамические паузы во время проведения НОД	ежедневно	воспитатели
6	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатели
7	Прогулки на воздухе с включением подвижных игр и игровых упражнений	ежедневно	воспитатели
8	Организация самостоятельной двигательной активности детей	ежедневно	воспитатели
9	Гимнастика для глаз	ежедневно	воспитатели

Глава 6. Система совместной деятельности детского сада и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей

№	Задачи	Мероприятия	Период
I этап			
1.	Анализ состояния здоровья ребенка на момент поступления в ДОУ	изучение медицинских карт; ведение адаптационных листов; беседы с родителями; наблюдение за ребенком анкетирование родителей	Адаптационный период Сентябрь (ежегодно)
II этап			
2.		Родительские	
	Формирование у родителей системы знаний в вопросах укрепления и сохранения физического и	Собрания: «Здоровая семья – здоровый ребенок» «Современный подход к физическому здоровью дошкольников, посредством здоровьесберегающих технологий». «Путь к здоровью».	

психического здоровья детей	<p>«Здоровье ребёнка в ваших руках» «Реализация эффективных форм оздоровления дошкольников» «Роль подвижной игры в жизни ребёнка»</p>	
	<p>Индивидуальные и групповые консультации: «Адаптация ребенка к детскому саду» «Как сохранить здоровье ребенка»; " Витамины - наши друзья". Закаливание – средство здорового образа жизни детей дошкольного возраста". Буклет «Шпаргалка для родителей» «Растем здоровыми» «Здоровье в порядке - спасибо зарядке» «Здоровьесберегающие технологии – это...» «Использование малых форм оздоровления в семье» «Босиком за здоровьем» «Что делать если ребёнок часто болеет» «Правильное питание – основа здоровья» «Закаляйся если хочешь быть здоров». «Закаливание в домашних условиях» «Профилактика ОРВИ» «Формирование у детей привычки здорового питания»</p> <p>Анкетирование родителей. «Ваши дети и их здоровье». «Условия здорового образа жизни семье» «Физкультура и оздоровление»</p> <p>3. НОД: «Человек – часть природы» «Я в мире человек» «Зимние забавы» «Человек – части тела» Проект «Если хочешь быть здоров»</p>	Постоянно

		<p>4. Индивидуальные беседы родителями. «Кризис трех лет» «Роль витаминов в детском питании» «Правильное питание детей – основа их здоровья» «Оздоровление детей в условиях детского сада и семьи» «Закаливаем детей в домашних условиях» «Одежда детей зимой»</p> <p>5. Памятки: «Профилактика простудных заболеваний у детей дошкольного возраста» «Игры которые лечат» «Зимние забавы всей семьёй, для пользы детей, на радость родителям»</p> <p>6. Папки-передвижки: «Малые формы оздоровления» «Советы родителям по физическому воспитанию».</p> <p>7. Индивидуальные беседы и консультации с родителями по запросу.</p>	
3.	Разработка системы оздоровительных мероприятий при активном участии	* выбор из предложенных методик наиболее эффективных и удобных для применения.	Начало учебного года
III этап			
4.	Создание условий для непрерывности оздоровительных мероприятий	разъяснительная работа с родителями; проведение дома утренней гимнастики, прогулок в выходные дни	ежедневно
5.	Привлечение родителей к активному участию в процессе физического и психического	проведение занятий вместе с родителями; участие родителей в пеших прогулках совместно с детьми; проведение совместных с родителями праздников, развлечений, досугов (по плану ДОО) помощь родителей в пополнении развивающей среды как	По годовому плану ДОО

		стандартным, так и нестандартным оборудованием для развития движений детей	
--	--	--	--

Диагностика сформированности валеологических знаний у детей.

Критериями сформированных представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни и валеологической культуре являются:

- наличие знаний о влиянии гигиены на здоровье человека, которые соответствуют истинным медицинским знаниям;

- отношение к своему здоровью, выражающееся в желании вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой, спортом; помогать товарищам, близким и другим людям в виде выражения внимания, сочувствия, нравственного поступка;

- применение полученных знаний о здоровье, культуре спорта, нравственных поступках в жизни.

- соблюдение правил поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья. С учетом этого сформированность валеологической культуры старших дошкольников может характеризоваться следующими уровнями и их показателями:

компоненты сформированы - ребенок быстро, четко, по существу отвечает на заданные вопросы, называет важные процедуры, мероприятия, способствующие здоровью человека;

компоненты на стадии формирования - ответ не полон, имеется ограниченность представлений о необходимости гигиены в жизни каждого человека, о нравственных поступках;

компоненты не сформированы - ребенок практически не понимает для чего необходимо вести здоровый образ жизни, фантазирует.

Литература

1. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. «Илекса» Ставрополь Сервис школа.
2. Галанов А.С. Игры которые лечат. – Москва ТЦ, 2009.
3. Психогимнастика в детском саду. Е.А. Алябьева ТЦ Сфера 2008 г.
4. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. Кузнецова Р.Н. Москва АРКТИ 2002 г.
5. Формирование здорового образа жизни у дошкольников. Т.Г. Карпова издательство Учитель г. Волгоград