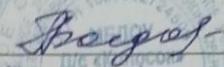
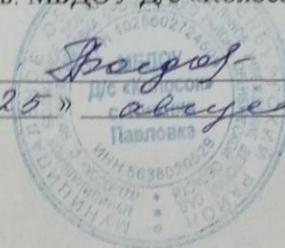


«ПРИНЯТО»
на Педагогическом совете
МБДОУ Д/с «Колосок»
Протокол № 1
« 25 » августа 2015 г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Зав. МБДОУ Д/с «Колосок»

Л.С. Богдан
« 25 » августа 2015 г.



ПАРЦИАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ

«ЗДОРОВЕЙ-КА!»

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад «Колосок» п. Нижняя Павловка
Оренбургского района Оренбургской области

Горбунова С.И.
воспитатель высшей
квалификационной категории

п. Нижняя Павловка, 2015

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

| | | |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| I. | Целевой раздел. Пояснительная записка..... | 3 |
| 1.1. | Актуальность парциальной образовательной программы..... | 3 |
| 1.2. | Цель и задачи парциальной образовательной программы..... | 5 |
| 1.3. | Принципы и подходы, осуществляемые в процессе реализации программы..... | 6 |
| 1.4. | Возраст детей, на которых рассчитана программа..... | 6 |
| 1.5. | Планируемые результаты освоения детьми парциальной образовательной программы..... | 10 |
| 1.6. | Формы подведения итогов..... | 11 |
| 1.7. | Обоснование выбора содержания программы..... | 12 |
| II. | Содержательный раздел..... | 15 |
| 2.1. | Физкультурно-оздоровительная работы ДООУ в период учебного года..... | 15 |
| 2.2. | План лечебно-оздоровительной работы в летний период..... | 20 |
| 2.3. | Содержание физкультурно-оздоровительной работы по программе | 25 |
| III. | Организационный раздел..... | 27 |
| 3.1. | Кадровое обеспечение парциальной образовательной программы... | 27 |
| 3.2. | Материально-техническое обеспечение парциальной образовательной программы..... | 28 |
| 3.3. | Научно-методическое обеспечение парциальной образовательной программы..... | 29 |
| 3.4. | Время и сроки реализации парциальной образовательной программы..... | 33 |
| 3.5. | Организация развивающей предметно-пространственной среды..... | 34 |
| IV. | Дополнительный раздел..... | 36 |
| V. | Литература..... | 39 |
| VI. | Приложения..... | 41 |

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность парциальной образовательной программы

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д. Маханевой, В.Г. Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением

Дети проводят в дошкольном учреждении, значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Сбалансированное горячее питание, медицинское обслуживание, включающее своевременную диспансеризацию, физкультурные занятия, в том числе спортивные досуги, праздники и развлечения, реализация профилактических программ, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни – все это будет влиять на улучшение их здоровья. Кроме того, должен быть осуществлен переход от обязательных для всех мероприятий к индивидуальным программам развития здоровья дошколят.

Именно индивидуальный подход предполагает использование современных образовательных технологий и создание образовательных здоровьесберегающих программ, которые разовьют у ребенка интерес к сохранению собственного здоровья. Система образования в обществе на современном этапе ее развития выполняет не только

образовательную функцию, но и все больше становится институтом здоровья человека. В современных условиях развития общества проблема сохранения здоровья детей является самой актуальной. Особенно остро этот вопрос стоит в дошкольных учреждениях, где вся практическая работа, направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Поэтому считается, что проблема оздоровления детей не кампания одного дня и деятельность не одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Разработка парциальной образовательной программы «Здоровей-ка!», привела коллектив дошкольного учреждения к переосмыслению работы с дошкольниками и родителями в вопросах отношения к здоровью ребенка, необходимости актуализации внимания воспитателей в вооружении родителей основами психолого-педагогических знаний и ихвалеологическом просвещении. Роль педагога ДООУ состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Программа предоставляет педагогам возможность самостоятельного отбора методик, содержания обучения и воспитания дошкольников, позволяет сочетать в работе как традиционные программы и методики, так и инновационные, способствующие укреплению и сохранению здоровья детей, педагогов и родителей.

Особого внимания заслуживает вопрос о влиянии регионального фактора на физическое состояние детей, проживающих в п. Нижняя Павловка Оренбургской области. Природно-климатические условия Оренбургской области в сочетании с экологическим неблагополучием (наличие в городе Оренбурге предприятий с вредным производством), предъявляют к организму ребенка высокие требования в процессе учебы, труда и отдыха, поэтому значительное количество детей дошкольного возраста имеет различные функциональные отклонения в состоянии здоровья. Программа

«Здоровей-ка!» направлена на решение вопросов оздоровления детей в комплексе: с участием всех участников образовательных отношений, с учетом условий поселка и города Оренбурга.

1.2. Цель и задачи парциальной образовательной программы

Цель программы: Формирование у детей дошкольного возраста устойчивой мотивации на сохранение и укрепление собственного здоровья.

Задачи программы:

1. Повысить показатели здоровья воспитанников за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей.

2. Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.

3. Воспитывать у детей при взаимодействии всех участников образовательных отношений потребности в ЗОЖ, как показателе общечеловеческой культуры.

1.3. Принципы и подходы, осуществляемые в процессе реализации программы

- *научности* (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками);
- *доступности* (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- *активности* (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- *сознательности* (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- *систематичности* (реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- *целенаправленности* (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий четко определенной цели);
- *оптимальности* (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

Основополагающими **подходами** к построению образовательной деятельности в рамках программы стали: *системно-деятельностный подход*, обеспечивающий системное целенаправленное обучение детей через интеграцию детских видов деятельности; *гуманитарный подход* позволяющий рассматривать развитие личности ребенка, как главную цель образовательной деятельности; *культурологический подход*, ставший основополагающим для организации культурных практик здоровьесберегающей и двигательной деятельности дошкольников.

1.4. Возраст детей, на которых рассчитана программа

Программа «Здоровей-ка!» предназначена для детей от 1,5 до 7 лет.

Возрастные особенности формирования здорового образа у дошкольников

Дошкольный возраст относится к так называемым критическим периодам в жизни ребенка. На протяжении всего дошкольного детства происходит нарастание силы и подвижности нервных процессов, формирование высшей нервной деятельности. Нервные процессы отличаются быстрой истощаемостью. Эмоциональное

перенапряжение связано с ростом частоты пограничных состояний и невротических реакций. Не случайно именно в этом возрасте родители и педагоги часто сталкиваются с такими проявлениями в поведении детей, как смена настроения, повышенная раздражительность, психомоторная возбудимость, плаксивость, быстрая утомляемость, невнимательность при выполнении заданий. У детей могут наблюдаться следующие реакции: они грызут ногти, крутят волосы, длительное время не засыпают, совершают беспорядочные движения (покачивания, подпрыгивания и т.д.).

В период дошкольного детства происходят «глубинные» перестройки в обмене веществ, которые связаны с максимальной частотой детских инфекций и представляют серьезную опасность для здоровья ребенка.

Кроме того, этот возрастной период – это возможность формирования и проявления всевозможных аллергических реакций и хронических соматических заболеваний, в основном у часто болеющих и предрасположенных к тем или иным хроническим заболеваниям детей.

Но даже здоровый дошкольник нуждается в тщательной заботе и участии со стороны окружающих его взрослых. Это связано с тем, что здоровье ребенка формируется на протяжении всей его жизни.

Отношение ребенка к своему здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия. У детей дошкольного возраста можно выделить следующие возрастные предпосылки для стойкого формирования представлений о здоровом образе жизни:

- активно развиваются психические процессы;
- заметны положительные изменения в физическом и функциональном развитии; дети стараются сохранять и демонстрировать правильную осанку;
- дети старшего дошкольного возраста способны самостоятельно выполнять бытовые поручения, владеют навыками самообслуживания, прилагают волевые усилия для достижения поставленной цели в игре, в проявлении физической активности».

На физиологическое состояние детей дошкольного возраста большое влияние оказывает их психоэмоциональное состояние, которое зависит, в свою очередь, от ментальных установок. Поэтому ученые выделяют следующие аспекты здорового образа жизни дошкольников:

- эмоциональное самочувствие: психогигиена, умение справляться с собственными эмоциями;
- интеллектуальное самочувствие: способность человека узнавать и использовать новую информацию для оптимальных действий в новых обстоятельствах;
- духовное самочувствие: способность устанавливать действительно значимые, конструктивные жизненные цели и стремиться к ним;
- оптимизм.

В то же время следует учитывать, что каждый возрастной период характеризуется своими особенностями, которые следует учитывать в работе по формированию ЗОЖ.

Дети младшего дошкольного возраста понимают, что такое болезнь, но дать самую элементарную характеристику здоровью еще не могут. Вследствие этого никакого отношения к нему у маленьких детей практически не складывается.

В среднем дошкольном возрасте у детей формируется представление о здоровье как «не болезни». Они рассказывают о том, как болели, у них проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. Но что значит «быть здоровым» и чувствовать себя здоровым, они объяснить еще не могут. Отсюда и отношение к здоровью, как к чему-то абстрактному. В их понимании быть здоровым – значит не болеть. На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, многие дети отвечают, нужно не простужаться, не есть на улице мороженого, не мочить ноги и т.д. Из этих ответов следует, что в среднем дошкольном возрасте дети начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холодно, дождь, сквозняк), а также своих собственных действиях (есть мороженое, мочить ноги и т. д.).

В старшем дошкольном возрасте, благодаря возрастанию личного опыта, отношение к здоровью существенно меняется. Но, при этом наблюдается смешение понятий «здоровый» – как «большой, хороший» (вот здорово!) и «здоровый» – как не больной. Дети, по-прежнему, соотносят здоровье с болезнью, но уже более отчетливо определяют угрозы здоровью как от своего собственного действия («нельзя есть грязные фрукты», «нельзя брать еду грязными руками» и пр.), так и от внешней среды. При определенной воспитательной работе дети соотносят понятие «здоровье» с выполнением правил гигиены.

В старшем дошкольном возрасте дети начинают соотносить занятия физкультурой с укреплением здоровья и в его определении (как, собственно, и взрослые) на первое место ставят физическую составляющую. В этом возрасте дети, хотя еще интуитивно, начинают выделять и психическую, и социальную компоненты здоровья («там все так кричали, ругались, и у меня голова заболела»). Но, несмотря на имеющиеся представления о здоровье и способах его сохранения, в целом отношение к нему у детей старшего дошкольного возраста остается достаточно пассивным. Причины такого отношения кроются в недостатке у детей необходимых знаний о способах сохранения здоровья, а также неосознании опасностей нездорового поведения человека для сохранения здоровья. Нездоровое поведение в ряде случаев приносит удовольствие (как приятно съесть холодное мороженое, выпить целую бутылку охлажденного лимонада, пробежать по луже, поваляться подольше в постели и т.п.), а долговременные негативные последствия таких поступков кажутся ребенку далекими и маловероятными.

Значительная часть самоохранительного поведения детей старшего дошкольного возраста определяется их представлениями о здоровье. При целенаправленном воспитании, обучении, закреплении в повседневной жизни правил гигиены, соответствующей мотивации занятий физкультурой отношение детей к своему здоровью существенно меняется. Сформированность отношения к здоровью как к величайшей ценности в жизни (на доступном пониманию детей уровне) становится основой формирования у детей потребности в здоровом образе жизни.

В свою очередь, наличие этой потребности помогает решить важнейшую психологическую и социальную задачу становление у ребенка позиции создателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих.

Итак, активность, любознательность, подвижность, с одной стороны, а с другой – подвижность нервных процессов, подверженность инфекционным и простудным заболеваниям, аллергическим реакциям у детей дошкольного возраста являются важными предпосылками формирования здорового образа жизни, позволяющими знакомить и учить детей правильному отношению к своему здоровью и взаимодействию с окружающим миром. В то же время каждый возрастной период характеризуется своими особенностями, которые следует учитывать в работе по формированию ЗОЖ.

1.5. Планируемые результаты освоения детьми парциальной образовательной программы

1. Сохранено и укреплено здоровье детей.
2. Сформирована привычка к здоровому образу жизни.
3. Уменьшилось количество нарушений здоровья, возникновения простудных заболеваний.
4. Созданы максимально благоприятные условия для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.
5. Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности.
6. Привиты культурно-гигиенические навыки.
7. Осознано и осмыслено собственное «Я», преодолены барьеры в общении, сформированы коммуникативные навыки.
8. Развитие внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами.
9. Оказание помощи семье в воспитании детей, адаптация к жизни в социуме.

1.6. Формы подведения итогов

Для оценки итогов реализации программы используются следующие методы:

1. *Беседа с детьми* (выявление содержания представлений о здоровом образе жизни и понимания взаимосвязи между состоянием здоровья и образом жизни).
2. *Диагностическое задание «Почему они заболели»* (уточнение представлений детей о причинах различных заболеваний).
3. *Диагностическое задание «Телефонный разговор»* (выявление представлений о способах поддержания здоровья).
4. *Диагностическое задание «Полезная покупка»* (выявление представлений о полезных для здоровья предметах).
5. *Проблемная ситуация «Необычное угощение»* (выявление представлений о возможности заболевания в результате употребления недоброкачественной пищи).
6. *Проблемная ситуация «Место для отдыха»* (выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей).
7. *Рисуночный тест «Что делать, чтобы быть здоровым»* (выявление представлений об укреплении здоровья и профилактике заболеваний).

Рисуночный тест «Покупка» (выявление представлений о полезных для здоровья предметах).

8. *Игровая ситуация «Больница»* (выявление поведенческого отношения к проблемам здоровья и здорового образа жизни, к роли больного).

9. *Наблюдения за детьми в режимные моменты и в свободном общении* (изучение поведенческого компонента представлений детей о ЗОЖ, а также проявления самостоятельности и инициативы в деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья).

Оценка показателей качественного анализа представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников представлена в Приложении 1.

1.7. Обоснование выбора содержания программы

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДОУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 5 лет. Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и создать новые условия для воспитания здоровой личности.

Состояние здоровья детей основной фактор благополучия и успешности наших воспитанников.

Характеристика состава воспитанников по здоровью

| Учебный год | Общее количество воспитанников ДОУ | I группа здоровья | II группа здоровья | III группа здоровья | IV группа здоровья |
|-------------|------------------------------------|-------------------|--------------------|---------------------|--------------------|
| 2012-2013 | 130 | 80 | 45 | 5 | 0 |
| 2013-2014 | 135 | 90 | 40 | 5 | 0 |
| 2014-2015 | 140 | 90 | 45 | 5 | 0 |

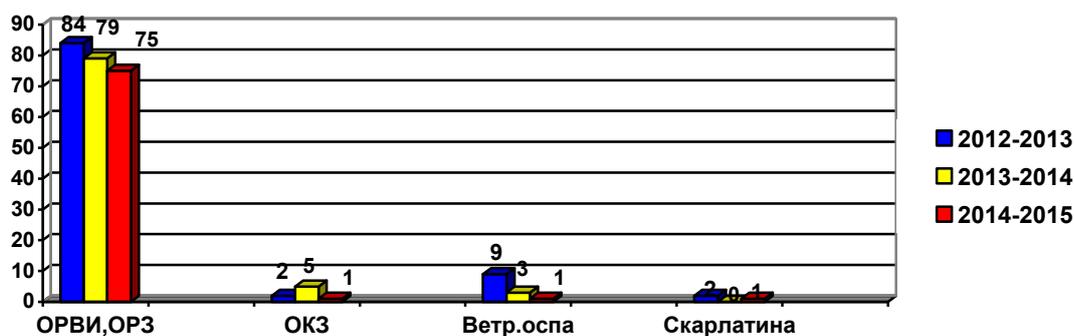
Количество пропусков по болезни 1 ребенком:

2012-2013 уч.год – 80 д/дн.

2013-2014 уч.год – 85 д/дн.

2014-2015 уч.год – 83 д/дн.

Характер заболеваний в случаях



При решении задач по реализации программ оздоровительной работы большое внимание уделяется систематическому проведению физкультурных занятий с детьми всех возрастных групп, профилактической работе, закаливанию, пропаганде здорового образа жизни. Работа по оздоровительной системе продолжает способствовать стабилизации и снижению заболеваемости ОРЗ, ОРВИ, укреплению здоровья, повышению неспецифического иммунитета воспитанников.

Некоторое повышение заболеваемости происходит за счет неуправляемых инфекций, включающих простудные заболевания.

Педагогический коллектив ДОУ большое внимание уделяет вопросам обеспечения безопасности образовательного процесса в ДОУ.

Уровень детского травматизма в ДОУ

| Учебный год | Количество случаев в ДОУ |
|-------------|--------------------------|
| 2012-2013 | 0 |
| 2013-2014 | 0 |
| 2014-2015 | 0 |

Уровень адаптации детей к ДОУ

| Учебный год | Количество вновь поступивших детей | Легкая степень адаптации | Средняя степень адаптации | Тяжелая степень адаптации |
|-------------|------------------------------------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 2012-2013 | 30 | 20 | 7 | 3 |
| 2013-2014 | 29 | 19 | 8 | 2 |
| 2014-2015 | 32 | 20 | 9 | 3 |

Показатели свидетельствуют о том, что процесс адаптации детей к условиям ДОУ проходит успешно. Эти данные позволяют судить о правильно построенной работе педагогического коллектива по организации и проведению адаптации детей к условиям детского сада.

Парциальная образовательная программа «Здоровей-ка!» представляет собой комплексную систему реализации в ДОУ современных здоровьесберегающих технологий.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Физкультурно-оздоровительная работы ДОУ в период учебного года

План лечебно-оздоровительных мероприятий на учебный год

| Ме- сяц | Наименование мероприятий | Дозировка | Контингент детей |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| IX | 1 . Сеанс фитоаэроионизации | 15 мин 1 р. в день ежедн | Все дети |
| X | 1. Лечебное орошение зева (р-р йодинола) | 1 раз в день № 10 | Реконв., хр. тонзил. ЧБД |
| XI | 1 . Лечебный сеанс «Родничок» (полоскание горла настоем трав — эвкалипт, шалфей, календула, ромашка) | 70 г 1 р. в день ежедн. | Все дети |
| | 2. Лимонная долька с медом «Сластёна» | 1 ч.л. 2 р. в день ежедн. | Мл. |
| XII | 1. Лечебная смазка носика (оксалиновая мазь) | 2 р. в день ежедн. | Все дети |
| | 2. «Волшебная приправа» (фитонциды — лук, чеснок) | обед 1 блюдо ежедн. | |
| | 3. Физиопроцедура «Свежесть» (уфопомещений в сочетании с проветриванием) | 30 мин ежедн. | |
| I | 1. «Волшебная приправа» (фитонциды — лук, чеснок) | 70г — сад 1 раз в день. | Все дети |
| | 2. Физиопроцедура «Свежесть» (уфопомещений в сочетании с проветриванием) | 30 мин ежедн. | |
| | 3. Сеанс фитоаэроионизации | 15 мин 1 р. в день ежед. | |
| II | 1 . Лечебный сеанс «Морской приборой» (полоскание рта «Морской водой» - по 1/2 ч.л. соли, 1/2 ч.л. соды, 1 капля йода) | 70 г 1 р. в день ежедн. | Все дети |
| | 2. «Свекольная капля» (в нос) | 2 р. в день ежедн. | |
| III | 1 . Коктейль «Изюминка» (крапива, шиповник) | 50 г — мл. 70 г — ср., ст. | Все дети Реконв., хр. тонзиллит, ЧБД |
| | 2. Лечебная смазка зева (р-р Люголя) | 1 р. в день ежедн. 1 р. в день ежедн. № 10 | |
| IV | 1 . Биостимулятор «Целебный росточек» | 1 ч.л. 2 р. в день | Все дети |
| V | 1. Сеанс фитоаэроионизации | 15 мин 1 р. в день ежед. | гр. ЧБД |
| | 2. Зеленые салаты «Весна» | 50 г ежедневно | Все дети |

Система работы по реализации здоровьесберегающей технологии

«Стопотерапия»

| Вид упражнения | Выполнение | Дозировка | Словесное сопровождение | Возраст |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| <i>Гимнастика для стоп «Заводим машину»</i> | И. п.: голень правой ноги на левом колене, ладонью обхватываем пальцы ног. Круговые вращения стопой. | По 5 раз в каждую сторону, на каждой ноге | Считаем круги | Со старшей группы. |
| <i>Гимнастика пальчиков</i> | И. п.: то же, берёмся поочередно за каждый пальчик (большим пальцем за подушечку, указательным – за ногтевую пластинку). Поочередное сгибание пальчика, помогаем всем носком стопы). | 1 пальчик, 2 пальчик И так по очереди на каждой ноге. | «Пальчик – мальчик, ты – согнись! Пальчик – мальчик, не ленись! » | Со средней группы |
| <i>«Ласковые ножки»</i> | По передней части голени, обхватив стопой. Ножки гладят от пальчиков до колена. | По 6 раз каждой ногой | Ножки гладят друг друга | Со средней группы |
| <i>Самомассаж стоп (серия упражнений выполняется по очереди на каждой ноге)</i> | Растираем ладонью всю поверхность стопы ладонью (пальцы сжать плотно вместе) | Пока проговариваем | Поставили ножку – приготовили ладошку! Греем, греем, греем, греем, чтобы стало всем теплее, а потом ещё, ещё, чтобы стало горячо! | Со 2 половины средней группы |
| <i>«Хлопушки»</i> | Похлопывание ладонью всю поверхность стопы | 2 раза | Похлопаем, похлопаем, как по лужам топаем | Со 2 половины средней группы |
| <i>«Крабики»</i> | Колющие, сильные касания пальцами по стопе (согнуть пальцы в суставах) | Пока проговариваем | Показали «крабики»! Покололи, покололи, покололи, покололи! | Со 2 половины средней группы |
| <i>Растирание стопы</i> | И. п.: то же, но одной ладонью руки | По 10-15 сек. в каждую сторону | Приготовили тёрочку. Растираем | Со 2 половины средней |

| | | | | |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| | придерживаем для придания жёсткой основы пальцам стопы | | пальцы ног и «подушечку» под пальцами; ямочку – катаемся с горочки; рёбрышко; пяточку-картошечку. | группы |
| <i>Тёрочка «Пила»</i> | По краям стопы | 10-15сек. | «Пилим» (8-12раз) | Со 2 половины средней группы |
| <i>«Поглаживание»</i> | Поглаживание стопы | 5-10 сек. | Погладим ножку, хорошая ножка. | Со 2 половины средней группы |
| <i>Самомассаж стоп</i> | Наклонившись к ноге. «Пластилиновые ножки». Рзминаем сильно двумя руками: - пальчики; - стопу; - икроножную мышцу. | 5-10 сек. | Проговариваем действия | Со 2 половины старшей группы. |
| <i>Пощипали ахиллесово сухожилие</i> | Сильное поглаживание вверх | 5-10 раз. | Пощипали ахиллесово сухожилие. | Со 2 половины старшей группы. |
| <i>«Поправляем гольфы»</i> | Поглаживание руками голени | По 6 раз, на каждой ноге. | Поправляем от пальчиков до колена | С 1 младшей группы. |
| <i>Гимнастика для стоп с предметами</i> | И. п.: сидя на краю скамейки, руки в упоре сзади, спина прямая. С колючими или малыыми резиновыми мячами. Катание вперед-назад, по кругу, влево – вправо. Или кегли. Катание вперед-назад по очереди и двумя ногами. | Пока поём | Мы едем, едем, едем, в далекие края, хорошие соседи, счастливые друзья! Нам весело живётся, мы песенку поём, а в песенке поётся, о том, как мы живём. | С 1 младшей группы. |
| <i>«Медведи»</i> | Подтягивание предмета, захватив его стопами, к себе и вновь выпрямляя колени. | Пока проговариваем (8 раз) | «Я, медведь, в лесу голодный, я хочу отведать мёду! » | Со 2 половины средней группы |

| | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| «Полочка-горочка» | Ноги вытянуть вперед, носки – на себя, пятки вместе- носки- врозь. Пускать предмет по «горочке» вниз. | 5 раз | | Со 2 половины средней группы |
| «Выжимаем сок» (с мячом) | Нажимаем на мячик пальцами. | 5 раз, каждой ногой. | | Со 2 половины средней группы |
| С флажком | Поставив палочку флажка между большим и вторым пальцами, удерживая его пальцами, качаем ногой вверх (выпрямляем колено) и вниз. Правой ногой, левой ногой. | Пока проговариваем (для каждой ноги) | «Ай, качи – качи – качи. Глянь: баранки, калачи! С пылу, с жару. Из печи. Налетели, вдруг, грачи, подхватили калачи, нам остались – бараночки! » | Со 2 половины средней группы |
| «Медведь лезет по дереву» | Флажок вертикально полу, захватываем палочку пальцами поочередно до верха и скользим вниз – «спускаемся» | По 5 раз, каждой ногой. | | Со 2 половины средней группы |
| Подними флажок | Подними флажок за ткань | 2-5раз, каждой ногой | | С 1 младшей группы. |
| «Играем в прятки» | Собираем пальцами ног платок под стопы. | 2-5раз, каждой ногой | | С 1 младшей группы. |
| «Ножки танцуют с платочком» | Захват пальцами за середину ткани | Пока поём, каждой ногой. | «Калинка. Малинка, калинка моя, в саду ягода калинка- малинка моя» | Со 2 половины средней группы |
| «Парашюты» | Поднять за ткань пальцами ног поднять и разжать пальцы | По 5 раз, каждой ногой по очереди. | | Со 2 половины средней группы |
| «Соберем в корзину» | Камушки, палочки, мелкие игрушки из «киндера» и т. п. | По 5 предметов. По 2-4 раза. | | Со 2 половины средней группы |
| Гимнастика для стоп | И. п.: сидя на краю скамейки, руки в упоре сзади, спина | По 2 раза | «Пальчики – мальчики прыгают, как | С 1 младшей группы |

| | | | | |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| | прямая. Дробрь пальцами, Дробрь пяточками. | | зайчики; Пяточки – топтушки» | |
| «Вежливые ножки» | Расслабление И. п.: ноги врозь, упор на пятки. «Ножки здороваются» (поворот стоп к середине и во внешнюю сторону) | По 5 раз в каждую сторону | Расслабили ножки, коленями поиграли; «Здравствуйте» - большие пальчики встретились, «До свидания» - мизинчиками почесали пол, как кота за ушком. | С 1 младшей группы |
| «Кулачки» | Сжимание и расслабление пальцев ног | По 5 раз | Зажимаем кулачки крепко – крепко, растопыриваем пальчики | С 1 младшей группы |
| «Копаем ямку» и «Водичка потекла...» | поочередное поднятие вверх пальцев ног (упор на пятки) и пяток (упор на пальцы ног) | По 5 раз | «Сидим на берегу речки, копаем ямку в песочке... Водичка потекла под пальчики, копаем дальше, под пяточки...» | С 1 младшей группы |
| «Аплодисменты» | Стопа к стопе, колени врозь. | 1 раз | Какие умелые ножки! | С 1 младшей группы |

2.2. План лечебно-оздоровительной работы в летний период

Схема оздоровительно-профилактических мероприятий на летний период

| Мероприятия | Особенности организации |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Воздушные ванны | ежедневно, на утренней и вечерней прогулке; сон с доступом свежего воздуха |
| Солнечные ванны | при наличии головного убора |
| Стопотерапия, босохождение (по полу веранды, по песку, траве, земле) | в сухую погоду, на утренней и вечерней прогулке, начиная с 5 мин постепенно доводя время хождения до 60-90 мин |
| «Дорожка здоровья» | ежедневно, после дневного сна в течение 5-7 мин. |
| Мытье рук с самомассажем, пальчиковая гимнастика | ежедневно |
| Игры с водой и песком | ежедневно, на утренней и вечерней прогулке |
| Обливание и мытье ног и рук под теплым душем | ежедневно, после утренней прогулки |

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Утренняя гимнастика | ежедневно, на свежем воздухе или под навесом |
| Гимнастика пробуждения | ежедневно, по мере пробуждения детей |
| Подвижные игры с физическими упражнениями | ежедневно, во время утренней и вечерней прогулки, подгруппами или индивидуально, с учетом двигательной активности детей. |
| Индивидуальная работа по развитию движений | ежедневно в 1 и 2 половину дня, на утренней и вечерней прогулках |
| Прогулки - походы по территории детского сада (младшая, средняя гр.) и за пределы (старшая, подготов.) | 1 раз в две недели, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных воспитателем игр и упражнений младшая группа: продолжительность 20 - 30 мин; средняя гр. - 30-40 мин; старшая, подгот. гр.: расстояние 3-4,5 км; длительность - 2 ч. - 2, 5 час (привал не менее 1 часа). |
| Соки, фрукты, овощи кисломолочные продукты | второй завтрак на свежем воздухе (в 10 часов) |
| Дыхательная, артикуляционная гимнастика | 2-3 раза в день во время утренней зарядки, прогулки, после сна |
| Физкультурные занятия | 3 раза в неделю, с учетом двигательной активности |
| Самостоятельная двигательная деятельность | ежедневно, совместно с воспитателем и под руководством воспитателя в помещении и на свежем воздухе |
| Физкультурный досуг | 1 раз в неделю |

План образовательной работы в летний оздоровительный период

| № | Мероприятия | Ответственные | |
|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------|
| ИЮНЬ | | | |
| Организационно-педагогическая работа | | | |
| 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. | Спортивный праздник «Здравствуй лето красное». Конкурс рисунков на асфальте. Музыкально-спортивный праздник «Наша Родина – Россия!» Развлечение «Угадай мелодию!» Фестиваль дворовых игр. Конкурс поделок из природного и бросового материала Конкурс чтецов (стихотворения о лете, о природе, родном городе) День именинника | Воспитатели | |
| Групповые мероприятия | | | |
| 9. 10. 11. 12. | Конкурс рисунков к сказкам А.С.Пушкина Рисование «Что растет на грядке?» Беседа «Болезни грязных рук» Экологическая игра «Что о чем» | | |
| Работа с родителями | | | |
| 1. 2. 3. 4. | Привлечение родителей к ремонту Консультация: «Как правильно одевать ребенка в летнее время» Санбюллетень: «Профилактика желудочно-кишечных заболеваний» Консультация: «Безопасность ребенка в летний период на воде» | | Воспитатели |
| Оздоровительная и профилактическая работа | | | |
| 1. 2. | Организация питания детей по летнему 10-дневному меню- Проведение антропометрических измерений | | Медсестра Воспитатели |

| | | | |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 3. | Проведение закаливающих и профилактических мероприятий | | |
| ИЮЛЬ | | | |
| Организационно-педагогическая работа | | | |
| 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. | Конкурс «Замки из песка» Праздник «День Нептуна» Викторина «Что мы знаем о природе родного края» Развлечение «Светофорчик в гостях у ребят» Концерт «Фабрика звезд» Экскурсия в краеведческий музей Экологическая тропа Соревнования «Веселые скакалки» День именинника | Воспитатели | |
| Групповые мероприятия | | | |
| 10. 11. 12. | Беседа «Ядовитые грибы и растения» Математический праздник Беседа «Что можно и что нельзя» | | |
| Работа с родителями | | | |
| 1. 2. 3. | Консультация: «Закаливание и физическое развитие ребенка летом» Консультации с родителями вновь прибывших детей Консультация: «Грудное воспитание детей летом в семье» | | Воспитатели |
| Оздоровительная и профилактическая работа | | | |
| 1. 2. | Организация питания детей по летнему 10-дневному меню Проведение закаливающих и профилактических мероприятий | | Медсестра Воспитатели |
| АВГУСТ | | | |
| Организационно-педагогическая работа | | | |
| 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. | КВН «Моя безопасность» Конкурс рисунков на воздушных шарах. Физкультурный досуг «Веселая спартакиада» Праздник мыльных пузырей Конкурс детского рисунка «Вот оно какое, наше лето!» (нетрадиционные техники) – выставка работ Экологическая акция – создание плакатов о защите природы Праздник «До свиданья, лето красное». День именинника | | Воспитатели |
| Групповые мероприятия | | | |
| 10. 11. 12. | Изучение и дополнение состояния групповой документации. Беседа «Наш друг – светофор» Беседа «Бумага – её качества и свойства» Экскурсия в краеведческий мини-музей ДОУ | | |
| Работа с родителями | | | |
| 1. 2. 3. | Социальное исследование семей воспитанников. Составление социального паспорта группы. Составление плана работы с родителями. Оформление информационных материалов по итогам летней оздоровительной работы (стенды, папки-передвижки и т.д.). | Воспитатели | |
| Оздоровительная и профилактическая работа | | | |
| 1. 2. | Включение в меню витаминных напитков Проведение закаливающих и профилактических мероприятий | Медсестра Воспитатели | |

Тематический план работы на «Тропе здоровья»

| № | Модуль/тема | Количество ООД | Способы реализации | Пособия |
|----------------------------------------------------|------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Модуль 1. Маленькие ножки шагают по дорожке | | | | |
| 1.1 | Знакомство с тропой здоровья | 1 | Коллективная, групповая • Сотрудничество ребенка с педагогом в развивающих занятиях | Новикова И.М «Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей». Мультимедийная презентация Презентация «Лекарственные растения нашего края». Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. |
| 1.2 | Экскурсия по тропе здоровья | 2 | • Игровая форма занятий • Ознакомление с художественной литературой | |
| 1.3 | Наши растения | 1 | • выставка рисунков и поделок | |
| 1.4 | Паровозик из Ромашково | 1 | • Сюжетно-ролевая игра • Наглядная пропаганда | |
| 1.5 | Буратино приглашает в гости | 2 | • Викторины, • Экскурсии, наблюдения • Самостоятельная продуктивная детская | |
| 1.6 | С камушка на камушек | 2 | деятельность • Игры: дидактические, словесные, настольные, | |
| 1.7 | С пенечка на пенечек | 2 | соревнования • Работа с родителями | |
| Модуль 2. Быть здоровыми хотим | | | | |
| 2.1 | Иголочки | 2 | Коллективная, групповая • Сотрудничество ребенка с педагогом в развивающих занятиях | Новикова И.М «Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей». Есина Л.Д. Воспитание культуры поведения у старших дошкольников. Алябьева Е.А. Тематические дни и недели в детском саду |
| 2.2 | Мокрые ножки | 1 | • Игровая форма занятий • Ознакомление с художественной литературой | |
| 2.3 | В гости к сказочным героям | 2 | • выставка рисунков и поделок • Сюжетно-ролевая игра • Наглядная пропаганда | |
| 2.4 | Кто живет в воде | 1 | • Викторины, • Экскурсии, наблюдения | |
| 2.5 | Чему мы научились | 1 | • Самостоятельная продуктивная детская | |

| | | | | |
|---------------------------------------|------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.6 | Жаркое лето | 1 | деятельность <ul style="list-style-type: none"> • Игры: дидактические, словесные, настольные, соревнования • Работа с родителями | |
| Модуль 3. Вместе весело шагать | | | | |
| 3.1 | Природа вокруг нас | 1 | Коллективная, групповая <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество ребенка с педагогом в развивающих занятиях • Игровая форма занятий • Знакомление с художественной литературой • выставка рисунков и поделок • Сюжетно-ролевая игра • Наглядная пропаганда • Викторины, • Экскурсии, наблюдения • Самостоятельная продуктивная детская деятельность • Игры: дидактические, словесные, настольные, соревнования • Работа с родителями | Новикова И.М «Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей». Деркунская В.В. «Проектная деятельность дошкольников» http://ivalex.ucoz.ru/ Маханёва М.Д. Программа оздоровления детей дошкольного возраста. Марина Картушина: Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6лет. http://nsportal.ru/d http://doshvoznrast.ru |
| 3.2 | Наше здоровье | 1 | | |
| 3.3 | Всплеск воды | 1 | | |
| 3.4 | Осень, осень, в гости просим | 2 | | |
| 3.5 | Закрытие сезона | 1 | | |
| 3.6 | Прощание с тропой здоровья | 1 | | |

2.3. Содержание физкультурно-оздоровительной работы по программе

Основные направления программы

Профилактическое:

- Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям детского сада.
- Организация и надлежащее выполнение санитарно-гигиенического режима.
- Решение оздоровительных задач всеми средствами физического воспитания.
- Предупреждение острых заболеваний и психологического дискомфорта методами неспецифической медико-психолого-педагогической профилактики.
- Проведение доврачебных обследований.
- Проведение специальных, социальных и санитарных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационное:

- Организация здоровьесберегающей развивающей среды ДОУ.
- Определение показателей физического развития, двигательной активности и подготовленности, критериев здоровья детей дошкольного возраста методами комплексной диагностики.
- Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных методик и технологий.
- Систематическое повышение квалификации педагогических кадров.
- Пропаганда нетрадиционных методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников детского сада.

Использование нетрадиционного оздоровления по возрастным категориям детей дошкольного возраста

| Мероприятия | Возрастные категории детей | | | |
|----------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| | Ранний возраст | Младший возраст | Средний возраст | Старший возраст |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Элементы точечного массажа (по А.А.Уманской) | В соответствии с возрастом | В соответствии с возрастом | В полном объеме | В полном объеме |
| Пальчиковая гимнастика | В соответствии с возрастом | В соответствии с возрастом | В полном объеме | В полном объеме |
| Психогимнастика по методике М.Чистяковой | В соответствии с возрастом |
| «Дорожки здоровья» | В соответствии с возрастом |

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Кадровое обеспечение парциальной образовательной программы

Заведующая ДОУ:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровей-ка!»;
- ежемесячный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей;
- нормативно-правовое, программно-методическое обеспечение реализации программы;
- проведение мониторинга (совместно с воспитателями);
- контроль за реализацией программы.
- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;
- создание материально-технических условий;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы.

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- дыхательная гимнастика;
- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).

Повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания;

Младший обслуживающий персонал:

- соблюдение санитарно-охранительного режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.

3.2. Материально-техническое обеспечение парциальной образовательной программы

Предметно-развивающая среда: карта Оренбургской области, поселка мультимедийный проектор.

Содержание «Уголков Здоровья»:

- кукла-девочка, кукла-мальчик (для изучения лица, одежды мальчика и девочки в сравнении);
- набор лиц человека, изображенных с разной мимикой (для фланелеграфа);
- сюжетные картинки с изображением действий ребенка;
- блокнот с набором пословиц, поговорок, загадок, стихов о человеке, о здоровье и т.д.;
- шаблоны фигурок детей, взрослого человека;
- наборы иллюстраций: о девочке – девушке – женщине – бабушке; о мальчике – юноше – мужчине – дедушке;
- пластмассовые фигурки девочки и мальчика для изучения основных частей тела;
- альбом фотографий каждого ребенка от новорожденного до 3-4-летнего возраста;
- дидактические игры: «Угадай, кто это?» (по частям лица, головы угадать мальчика, девочку, тетю, дядю) «Собери фигуру человека», «Угадай на ощупь», «Найди правильную осанку и опиши её», «Удивительное лицо» (мимика);

- ростомер, «Стена здоровья» (пространство стены без плинтуса шириной 50 см);
- спортивное оборудование: мячи разного размера и материала, обручи;
- самодельные пособия для коррекции зрения (жуки, бабочки, елочки на палочке);
- пособия для развития дыхания (снежинки, бабочки на ниточках).

Мультимедийное оборудование: проекционный экран, мультимедийный проектор, слайд-проектор.

Видео-аудио-библиотека: «Колыбельная», муз. С. Разаренова; «Елочка», муз. М. Красева; «Подснежники», муз. В. Калининкова; «Лесные картинки», муз. Ю. Слонова; «Зима», муз. В. Карасевой, сл. Н. Френкель; «Наша елочка», муз. М. Красева, сл. М. Клоковой; «Маме песенку пою», муз. Т. Попатенко, сл. Е. Авдиенко; Мультфильм «Апельсин», презентация «Море».

Материально-техническое оснащение тропы здоровья: песок, гравий, маленькие бревнышки, водоем, крупный булыжник, мелкий булыжник, пластмассовые пробки, деревянные пеньки, травяное покрытие, игольчатое покрытие.

3.3. Научно-методическое обеспечение парциальной образовательной программы

Основные направления программы по здоровьесбережению

| Направления программы | Содержание деятельности |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Организационное</p> | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий. ▪ Разработка и внедрение Программы здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс. ▪ Создание в ДОУ организационно-педагогических и медико-социальных условий по внедрению Программы по здоровьесбережению. ▪ Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников. ▪ Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы по здоровьесбережению. ▪ Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы по здоровьесбережению. |

| | |
|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Нарращивание материально-технической базы ДООУ для внедрения и реализации Программы по здоровьесбережению. ▪ Корректировка Программы по здоровьесбережению на всех этапах реализации. |
| 2. Просветительское (образовательное) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Создание мотивации в ДООУ на выбор здоровых альтернатив жизни. ▪ Организация пропаганды здорового образа жизни в ДООУ. ▪ Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни. ▪ Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни. ▪ Включение родителей в деятельность ДООУ как значимых участников оздоровительного процесса. ▪ Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций. |
| 3. Правовое | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы по здоровьесбережению: - ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья. |
| 4. Аналитико-экспертное | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации. ▪ Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей. ▪ Анализ-экспертиза результатов реализации Программы здоровьесбережения в динамике. ▪ Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций. ▪ Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса. ▪ Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья. |
| 5. Информационно-методическое | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы по здоровьесбережению. ▪ Повышение информационной культуры педагогических и медицинских работников, обусловленной общими задачами Программы по здоровьесбережению. ▪ Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДООУ. ▪ Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни. ▪ Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы по здоровьесбережению. ▪ Распространение опыта оздоровительной работы. |
| 6. Диагностическое | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Измерение промежуточных результатов реализации Программы по здоровьесбережению. ▪ Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков. ▪ Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни. ▪ Анализ здоровьесберегающей среды в ДООУ. |

| | |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Выявление групп детей, требующих внимания специалистов. ▪ Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей. |
| 7. Социально-педагогической адаптации | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям ДОУ. ▪ Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья. ▪ Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития. |
| 8. Координационное | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями МО. ▪ Взаимодействие ДОУ с семьёй по вопросам укрепления здоровья детей. ▪ Использование в оздоровительной работе ДОУ перспективных форм социального партнерства. |

Формы и методы оздоровления детей

| № | Формы и методы | Содержание | Контингент детей |
|---|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Обеспечение здорового ритма жизни | <ul style="list-style-type: none"> ▪ щадящий режим (адапт. период); ▪ гибкий режим; ▪ организация микроклимата и стиля жизни группы на основании Кодекса Здоровья; ▪ учет лунного ритма; ▪ учет биоритмов; ▪ учет астрологического прогноза; ▪ коррекция биоритмологической активности | <p>все группы — II —</p> <p>— II —</p> <p>— II —</p> <p>— II —</p> <p>— II —</p> <p>ср., ст.</p> |
| 2 | Физические упражнения | <ul style="list-style-type: none"> ▪ утренняя гимнастика; ▪ физкультурно-оздоровительные занятия; ▪ подвижные и динамичные игры; ▪ профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, плоскостопие, зрение); ▪ спортивные игры; ▪ занятия в спортивных секциях; ▪ занятия аэробикой; ▪ терренкур (дозированная ходьба); ▪ пешие прогулки (турпоход) | <p>все группы — II —</p> <p>— II —</p> <p>ср., ст.</p> <p>— II —</p> |
| 3 | Гигиенические и водные процедуры | <ul style="list-style-type: none"> ▪ умывание; ▪ мытье рук; ▪ местный и общий душ; ▪ игры с водой; ▪ обеспечение чистоты среды; | <p>все группы — II —</p> <p>— II —</p> <p>— II —</p> <p>— II —</p> |

| | | | |
|----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 4 | Свето-воздушные ванны | <ul style="list-style-type: none"> ▪ проветривание помещений (в том числе сквозное); ▪ сон при открытых фрамугах; ▪ прогулки на свежем воздухе (в том числе «комнатные»); ▪ обеспечение температурного режима и чистоты воздуха | <p>все группы — II—</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> |
| 5 | Рекреационная физическая культура (активный отдых) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ развлечения, праздники; ▪ игры-забавы; ▪ дни здоровья; ▪ каникулы | <p>все группы — II—</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> |
| 6 | Арома- и фитотерапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ ароматизация помещений; ▪ сеанс фитоаэроионизации; ▪ аромаподушки; ▪ аромамедальоны | <p>все группы — II—</p> <p>мл.</p> <p>— II—</p> |
| 7 | Диетотерапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ рациональное питание; ▪ индивидуальное меню (аллергия, ожирение, хронические заболевания) | <p>все группы — II—</p> |
| 8 | Свето-и цветотерапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ обеспечение светового режима; ▪ цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса | <p>все группы — II—</p> |
| 9 | Музтерапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ музыкальное сопровождение режимных моментов; ▪ музыкальное оформление фона занятий; ▪ музыкально-театральная деятельность; ▪ хоровое пение (в том числе звуковое) | <p>все группы — II—</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> |
| 10 | Аутотренинг и психогимнастика | <ul style="list-style-type: none"> ▪ игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; ▪ игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний; ▪ коррекция поведения; ▪ учебная гимнастика | <p>мл.</p> <p>ср., ст.</p> <p>ст.</p> <p>— II—</p> |
| 11 | Спецзакаливание | <ul style="list-style-type: none"> ▪ босоножье; ▪ игровой массаж; ▪ обширное умывание; ▪ дыхательная гимнастика | <p>все группы — II—</p> <p>ст.</p> <p>все группы</p> |
| 12 | Физиотерапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ УФО общее; ▪ люстра Чижевского; ▪ тубус-кварц; ▪ витафон | <p>ЧБД</p> <p>мл., спец. гр.</p> <p>ЧБД, спец. гр.</p> <p>спец. гр.</p> |
| 13 | Стимулирующая терапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ адаптогены и стимуляторы (по плану оздоровительных мероприятий) | <p>все группы</p> |

| | | | |
|----|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 14 | Стопотерапия | <ul style="list-style-type: none"> ▪ массаж и самомассаж стоп; ▪ игры и упражнения для профилактики и лечения, лечебная гимнастика для стоп; ▪ вибрационный массаж; ▪ водные профилактические процедуры; ▪ босохождение / игры, упражнения, разные виды деятельности на улице (на природе, в помещении на физкультурных занятиях, утренней зарядке и др.) ▪ ортопедическая обувь, коррегирующие стельки, супинаторы. | <p>все группы</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> <p>спец. гр.</p> |
| 15 | Пропаганда ЗОЖ | <ul style="list-style-type: none"> ▪ эколого-валеологический театр; ▪ периодическая печать; ▪ курс лекций и бесед; ▪ спецзанятия (ОБЖ) | <p>все группы</p> <p>— II—</p> <p>— II—</p> <p>ср., ст.</p> |

3.4. Время и сроки реализации парциальной образовательной программы

Программа рассчитана на пять лет работы с детьми от 1,5 до 7 лет. Программа реализуется в два периода: 9 месяцев учебного года с сентября по май включительно (36 учебных недель) и летний оздоровительный период (июнь – август, 13 недель).

Программа реализуется через организованную образовательную деятельность, совместную со взрослым и самостоятельную деятельность детей, работу с родителями.

Занятия проводятся 1 раз в неделю во вторую половину дня по 15-30 минут (в зависимости от возраста детей). Ежедневно программа реализуется в совместной и самостоятельной деятельности детей по 10 мин. в день занятия и по 30-40 минут в другие дни. Ежедневная нагрузка по программе составляет от 25 до 40 минут (в зависимости от возраста детей).

«Тропа здоровья» начинает функционировать во второй половине июня, когда дневная температура воздуха устанавливается от +18°C и нет ветра, температура земли – не ниже 20°C-22° С, и заканчивает свою работу во второй половине августа. Начиная с трёхлетнего возраста на протяжении всего летнего периода, ребята выполняют различные по продолжительности прогулки на тропе.

Температура воздуха для занятия должна быть не ниже $+18^{\circ}$, без ветра, температура земли – не ниже $+20^{\circ}$ – $+22^{\circ}$, скорость движения детей по тропе связана с состоянием погоды – чем прохладнее, тем быстрее темп.

Занятия на «Тропе здоровья» проходят:

- 2 раза в неделю,
- с подгруппой детей 8-10 человек,
- продолжительность: в младшей группе – 15 минут, в средней группе – 20 минут, в старшей группе – 25 минут, в подготовительной – 30 минут.

Занятие состоит из трёх частей:

- вводная,
- основная,
- заключительная.

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Физкультурный уголок

Спортивные игры «Кольцеброс», «Дарц», «Кегельбан», «Черепашьи бега»; дидактические игры «Наши помощники», «Чтобы кожа была здоровой»; игры на развития дыхания, ростомер и игрушки для подпрыгивания, атрибуты для подвижной игры «Полезные продукты», картотека подвижных игр, картотека дыхательной гимнастики, картотека пальчиковых игр.

Природный уголок

Микроскоп сосуды, муляжи овощей и фруктов, иллюстрации животных, птиц, принимающих водные процедуры; альбом «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит», дидактические игры «Одень куклу по сезону», «Одень куклу на прогулку».

Театральный уголок

Атрибуты к инсценировке отрывка сказки «Добрый доктор Айболит», атрибуты для инсценировки сказки «Мойдодыр».

Игровой уголок

Атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Парикмахерская», атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Семья», атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Поликлиника», «Аптека», образцы постройки здания больницы, различный строительный материал (кубики, конструктор «Лего»), атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Больница».

Уголок изодейтельности

Дидактические игры «Что перепутал художник», пластилин и схему лепки фигуры человека, образцы: врача, скорой помощи, больницы (для штриховки), раскраски.

Книжный уголок

Книги с произведениями «Девочка чумазая», «Мойдодыр», «Про мимозу», «Козлёнок, который не хотел умываться», «Ох и Ах».

Учебная зона

Картина «На приёме у врача», альбом «Наши врачи» «Что сначала, что потом», «Режим дня».

Умывальная комната

Плакат последовательность мытья рук, обливания ног прохладной водой, плакат «Чтобы зубы были здоровые».

Приемная комната

Брошюры и консультации о здоровом образе жизни.

Территория ДОУ

«Тропа здоровья» длиной 15 метров, шириной 70 см делится на участки по 1 метру, которые имеют разные покрытия: травяной покров; игольчатое покрытие (резиновый коврик); пластмассовые пробки; песчаная поверхность; деревянные пеньки; средний булыжник; крупный булыжник; тонкие брёвнышки; гравий; вода.

IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических

систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Дети проводят в дошкольном учреждении, значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Сбалансированное горячее питание, медицинское обслуживание, включающее своевременную диспансеризацию, физкультурные занятия, в том числе спортивные досуги, праздники и развлечения, реализация профилактических программ, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни – все это будет влиять на улучшение их здоровья. Кроме того, должен быть осуществлен переход от обязательных для всех мероприятий к индивидуальным программам развития здоровья дошколят.

Именно индивидуальный подход предполагает использование современных образовательных технологий и создание образовательных здоровьесберегающих программ, которые разовьют у ребенка интерес к сохранению собственного здоровья. Система образования в обществе на современном этапе ее развития выполняет не только образовательную функцию, но и все больше становится институтом здоровья человека. В современных условиях развития общества проблема сохранения здоровья детей является самой актуальной. Особенно остро этот вопрос стоит в дошкольных учреждениях, где вся практическая работа, направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Поэтому считается, что проблема оздоровления детей не кампания одного дня и деятельность не одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Разработка парциальной образовательной программы «Здоровей-ка!», привела коллектив дошкольного учреждения к переосмыслению работы с дошкольниками и родителями в вопросах отношения к здоровью ребенка, необходимости актуализации внимания воспитателей в вооружении родителей основами психолого-педагогических знаний и их валеологическом просвещении. Роль педагога ДООУ состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Программа предоставляет педагогам возможность самостоятельного отбора методик, содержания обучения и воспитания дошкольников, позволяет сочетать в работе как традиционные программы и методики, так и инновационные, способствующие укреплению и сохранению здоровья детей, педагогов и родителей.

Особого внимания заслуживает вопрос о влиянии регионального фактора на физическое состояние детей, проживающих в п. Нижняя Павловка Оренбургской области. Природно-климатические условия Оренбургской области в сочетании с экологическим неблагополучием (наличие в городе Оренбурге предприятий с вредным производством), предъявляют к организму ребенка высокие требования в процессе учебы, труда и отдыха, поэтому значительное количество детей дошкольного возраста имеет различные функциональные отклонения в состоянии здоровья. Программа «Здоровей-ка!» направлена на решение вопросов оздоровления детей в комплексе: с участием всех участников образовательных отношений, с учетом условий поселка и города Оренбурга.

Целью программы является формирование у детей дошкольного возраста устойчивой мотивации на сохранение и укрепление собственного здоровья.

К задачам программы относятся такие как повышение показателей здоровья воспитанников за счет качественного улучшения работы по

укреплению здоровья детей; становление у детей осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах; воспитание у детей при взаимодействии всех участников образовательных отношений потребности в ЗОЖ, как показателе общечеловеческой культуры.

В качестве ожидаемых результатов мы видим сохранение и укрепление здоровья детей; формирование у них привычки к здоровому образу жизни; профилактику в ДОУ нарушений здоровья и простудных заболеваний; создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности; формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности; привитие культурно-гигиенических навыков; осознание и осмысление собственного «Я», преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков; развитие внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами; оказание помощи семье в воспитании детей, адаптация к жизни в социуме.

У. ЛИТЕРАТУРА

1. Алямовская, В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении: учебно-методическое пособие / В.Г. Алямовская. – М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005. – 220 с.
2. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2005. – 112с.
3. Борисова, Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками / Е.Н. Борисова. – М.: Глобус; Волгоград: Панорама, 2009. – 144 с.
4. Внимание! Опасно! Правила безопасного поведения ребенка. – М.: Школьная пресса, 2007. – 24с.
5. Волошина, Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие / Л.Н.Волошина. – М.:АРКТИ, 2005. – 108 с.
6. Галицина, Н.С. Нетрадиционные занятия физкультуры в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицина. – М.:, 2005. – 143с.
7. Глазырина, Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: программа и программные требования: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС,2004. – 143 с.
8. Деркунская, В. Как воспитать ребенка валеологически культурным? / В. Деркунская, Н. Поведенок // Дошкольное воспитание. – 2004. – №11. – С. 12-15.
9. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми / Ю.Ф. Змановский. – М.: 2001. – 94 с.
10. Лоскин, В.А., Голубева, Л.Г. Растем играя: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физической культуры / В.А. Лоскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002. – 110с.
11. Маркова, И.А., Завьялова, Т.П. Информатизация физкультурного образования дошкольников: от проблемы к поиску решения / И.А. Маркова,

Т.П. Завьялова // Начальная школа плюс ДО и ПОСЛЕ. – 2012. – № 10. – С.63-69.

12. Пашкевич, Т.Д., Пяткова, Л.П. Оптимизация двигательной активности детей в интегрированных физкультурно-оздоровительных мероприятиях / Т.Д. Пашкевич, Л.П. Пяткова // Инструктор по физической культуре. – 2012. – № 6. – С. 6-14.

13. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.

14. Степаненкова, Э.Я. Методика физического воспитания / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2006. – 368 с.

15. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – М.:ТЦ Сфера, 2005. – 176 с.

16. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – Спб.: Детство-пресс, 2009. – 352 с.

17. Фролова, А.Н., Агафонова, Н.С. Педагогическое руководство физическим развитием детей 6-7 лет / А.Н. Фролова, Н.С. Агафонова // Детский сад от А до Я. – 2013. – № 4. – С.122-127.

Интернет-ресурсы:

1. Манюхина, Е. М. «Современные здоровьесберегающие технологии ДОУ в рамках реализации ФГТ» / Е. М. Манюхина. - Режим доступа: http://crrds2665.mskobr.ru/base/gruppy_dou/articles/sovremennye_zdorov_esberegayuwie_tehnologii_dou_v_ramkah_realizacii_fgt/

2. Раздайбедина, Ю. «Здоровьесберегающие технологии в условиях реализации ФГТ» / Ю. Раздайбедина // Маам.ru - Режим доступа: <http://www.maaam.ru/detskijsad/doklad-zdorovesberegayuschie-tehnologi-v-uslovijah-realizacii-fgt-v-mdou-detskii-sad-38.html>

Оценка показателей качественного анализа представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников

| Показатель | Уровень | Критерии |
|------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Когнитивный компонент | | |
| Полнота | Высокий | Ребенок имеет некоторые правильные представления о ЗОЖ как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психологического благополучия организма; о факторах вреда и пользы для здоровья; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых; о возможных |
| | Средний | Ребенок имеет элементарные представления о ЗОЖ, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет; некоторые представления о факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах |
| | Ниже среднего | Представления ребенка о ЗОЖ связаны с его личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер; он трактует понятие «здоровье» как состояние человека, когда он выздоравливает после болезни; имеет элементарные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затрудняется объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; не имеет представлений о влиянии на здоровье факторов окружающей среды, о возможных причинах заболеваний |
| | Низкий | Ребенок затрудняется объяснить смысловое значение понятия «здоровье», значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеет представлений о факторах вреда и пользы для здоровья |
| Осознанность | Высокий | Ребенок осознает значение для здоровья ЗОЖ, а также значение для здоровья и ЗОЖ состояния окружающей среды |
| | Средний | Ребенок способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, значение для здоровья и ЗОЖ некоторых факторов окружающей среды, при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров |
| | Ниже среднего | Ребенок понимает зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни, ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров; не осознает зависимость здоровья от окружающей среды |
| | Низкий | Ребенок не осознает зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды |

| | | |
|--------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обобщенность | Высокий | Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; он активен и самостоятелен в своих суждениях и высказываниях |
| | Средний | Ребенок способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы |
| | Ниже среднего | Ребенок способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры |
| | Низкий | Ребенок не способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности |
| Системность | Высокий | Представления ребенка о ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер |
| | Средний | У ребенка сформированы единичные представления о ЗОЖ |
| | Ниже среднего | У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды |
| | Низкий | У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды |
| Поведенческий компонент | | |
| Инициативность | Высокий | Ребенок проявляет инициативу при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости по следам обучения |
| | Средний | Ребенок может проявлять инициативу в ситуациях оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально-чувственным переживанием |
| | Ниже среднего | Ребенок проявляет инициативу на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет |

| | | |
|-------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | Низкий | Ребенок инициативу не проявляет |
| Самостоятельность | Высокий | Ребенок проявляет самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность |
| | Средний | Ребенок может проявлять самостоятельность в ситуациях оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально-чувственным переживанием по следам обучения; частично присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность |
| | Ниже среднего | Ребенок проявляет самостоятельность на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность |
| | Низкий | Ребенок самостоятельность не проявляет |