

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Костромы
« Центр развития ребенка - Детский сад № 38»

156000, г. Кострома, ул. Свердлова, 51а Тел. (4942) 45-20-10

ПРИНЯТО на педагогическом совете
Протокол № 1 от «30» 09 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Т.Л.Александрова
Приказ № 456/16 от «30» 09 2021г.



**ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
И КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ
«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

Пояснительная записка

Программа физкультурно-оздоровительной и коррекционной работы «Здоровый малыш» (далее Программа) разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 года №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Постановление об утверждении СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», действующие до 2027 г. утвержденное постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 (зарегистрированном в Минюсте России от 18.12.2020 г. №61573)
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Уставом МБДОУ города Костромы «Центра развития ребенка - Детский сад №38»

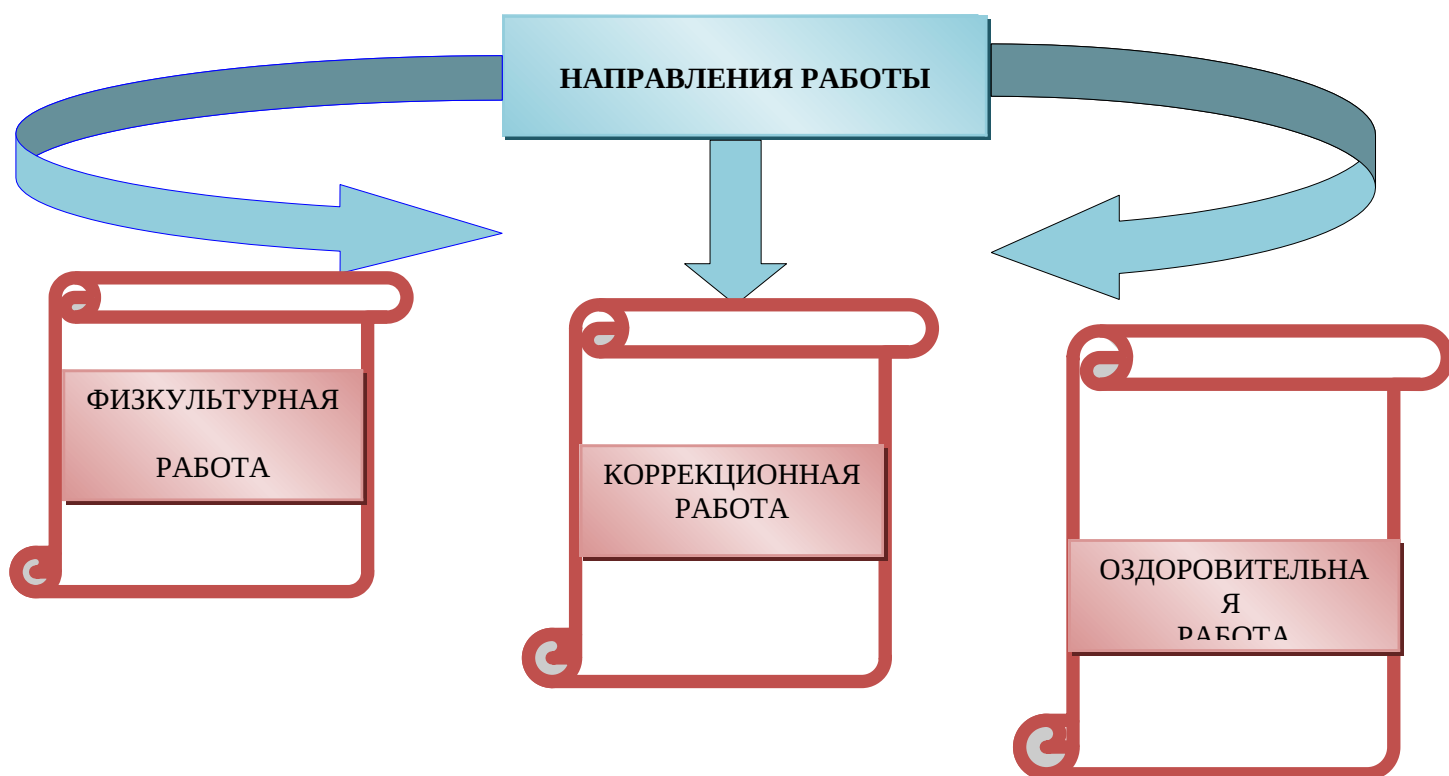
Программа «Здоровый малыш» разработана на основе Образовательной программы МБДОУ города Костромы «Центра развития ребенка - Детский сад № 38». Программа сформирована в соответствии с **принципами и подходами**, определёнными федеральными государственным образовательным стандартом дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства), обогащение детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей;
- предусматривает решение программных образовательных задач в

совместной деятельности взрослого и детей, самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра.

Цель программы: Приобщение воспитанников к ценностям здорового и безопасного образа жизни.



Каждое направление имеет свои цели и задачи.

1. ФИЗКУЛЬТУРНАЯ РАБОТА	
Цель	Задачи
Удовлетворение детского организма в двигательной активности, формирование двигательного опыта и физических качеств.	Сохранять и укреплять здоровье детей, улучшать обмен веществ и работу основных органов. Развивать общую и мелкую моторику. Удовлетворять потребность детей в движении. Повышать уровень физической работоспособности. Расширять у детей представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями и играми, о разных видах физических упражнений спортивного характера и разных видах спорта. Использовать двигательный опыт, умения, навыки в различных условиях. Развивать координацию движений, чувство равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость. Формировать у детей полезную привычку регулярных занятий физкультурой в детском саду и дома
2. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА	
Цель:	Задачи:
Охрана и укрепление здоровья дошкольников, совершенствование Систем и функций детского организма.	Интенсивное закаливание. - Повысить устойчивость организма к температурным воздействиям, как в покое, так и в движении. - Выработать готовность организма без повреждений воспринимать различные естественные температурные воздействия, встречающиеся в повседневной жизни. - Формировать устойчивость к холоду. Профилактическая работа. - Создать мышечный корсет. Укрепить свод стопы - Увеличить насыщение крови кислородом. - Улучшить работу сердечнососудистой и дыхательной системы, - Обеспечить организм ребенка необходимым количеством витаминов, микроэлементов, белков, жиров, углеводов. - Поддерживать деятельность нервной системы, способствовать улучшению сна, аппетита.
3. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА	

Цель	Задачи
Устранение или уменьшение имеющихся у детей отклонений в физическом развитии	- Проводить работу по коррекции и профилактике нарушения осанки и плоскостопия; формировать правильную осанку, походку - Развивать и укреплять организм ребенка посредством самомассажа и пальчикового игротренинга - Устранять речевые нарушения путем развития и координации двигательной сферы на занятиях по логоритмике. - Укреплять костно-мышечный аппарат, формировать речевое дыхание, моторные функции.

Условия

В детском саду созданы **условия** для успешного проведения оздоровительной и коррекционной работы:

- спортивный зал,
- центры физического развития в группах,
- спортивная площадка,
- оборудованы групповые участки,
- медицинский блок

Мониторинг

Разработан «Мониторинг здоровья», формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ В МБДОУ ГОРОДА КОСТРОМЫ «ДЕТСКИЙ САД» № 27

№	Направления	Формы и методы	Содержание	Периодичность	Контингент детей
1	Физкультурная работа. Цель: удовлетворение детского организма в двигательной активности, обучение основным движениям.	Организация двигательного режима	• Тематические утренние гимнастики	ежедневно	Все группы
			• Детские спортивные праздники.	2-4 раза в год	Все группы
			• Спортивные праздники совместно с родителями.	1 раз в год	Ст., подг. гр.
			• Физкультурные досуги.	1 раз в месяц	Все группы
			• Туристические походы.	1-2 раза в год	Ст., подг. гр.
			• Совместная деятельность воспитателя с детьми.	Ежедневно	Все группы
			• Самостоятельная физкультурная деятельность.	Ежедневно	Все группы
2.	Оздоровительная работа. Цель: охрана и укрепление здоровья дошкольников, обеспечение и совершенствование систем и функций детского организма.	Разучивание основных движений	• Физкультурные занятия • Музыкальные занятия	3 раза в неделю 2 раза в неделю	Все группы
		Интенсивное закаливание	• Разминка в постели. • Упражнения для разогрева мышц. • Контрастные воздушные ванны. • Обтирание льдинками • Дыхательные упражнения. • Упражнения на осанку. • Бодрящая гимнастика	4 раза в неделю Ежедневно	Все группы, кроме групп раннего возраста Группы раннего возраста
		Профилактическая работа	Обеспечение двигательного режима • Утренняя гимнастика. • Корригирующая гимнастика. • Оздоровительный бег. • Физкультминутки. • Подвижные игры на прогулке • Коммуникативные игры • Динамические паузы	Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно	Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы

			Общеоздоровительная работа • Кинезиологическая гимнастика: - Пальчиковый игротренинг - Точечный самомассаж - Самомассаж - Общеукрепляющий массаж - Дыхательная гимнастика - Гимнастика для глаз • С-витаминизация 3- блюда	Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно По показаниям врача Ежедневно Ежедневно НОД по валеологии Ежедневно в 3 блюдо По показаниям врача	Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы Все группы
			Обеспечение здорового ритма жизни • Щадящий режим • Создание положительного микроклимата в жизни группы (личностно-ориентированное общение) • Сбалансированное питание • Свежие овощи, фрукты, соки, • НОД по ОБЖ, Валеологии • выполнение режима дня • Релаксация	Адаптационный период Постоянно Постоянно Постоянно Согласно перспективному плану Постоянно Ежедневно	Группы раннего возраста Все группы Все группы Все группы Все группы, кроме раннего возраста Все группы Все группы
			Использование световоздушного режима • прием детей, прогулки на свежем воздухе в любую погоду • сон при открытых фрамугах • проветривание помещений • обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Постоянно Постоянно Постоянно Постоянно	Все группы Все группы Все группы Все группы
3.	Коррекционная работа. Цель:	Психолого-коррекционная работа	• Психогимнастика • Технологии коррекции поведения • Арттерапия • Сказкотерапия	По плану	По результатам психологической диагностики

	устранение или уменьшение имеющихся у детей отклонений в физическом и психологическом развитии.	Медико-коррекционная работа	• Массаж		По медицинским показаниям
		Музыкально-коррекционная работа	• Логоритмика	1 раз в неделю	Группы для детей с нарушением речи

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ СРЕДСТВ

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю по 20 мин. со среднего возраста в физкультурном зале	Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор по физ. воспитанию
Динамические паузы	Во время НОД, 2-5 мин.	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели, специалисты ДОУ
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем элементы спортивных игр	Воспитатели
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Используется спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Приводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 10 мин.	Форма проведения: интенсивное закаливание	Воспитатели

Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физическая культура	3 раза (2 раза в неделю в физкультурном зале, 1 раз на улице) Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15 мин., средний возраст - 20 мин., старший возраст - 25 мин., подготовительная группа – 30 мин.	проводятся в соответствии программой, по которой работает МБДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение, влажная уборка пола	Воспитатели, инструктор по физо
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 25 мин. со старшего возраста	Строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой др.	Воспитатели
НОД по воспитанию здорового образа жизни	Согласно учебного графика	Образовательная область Безопасность, Физическая культура, Здоровье	Воспитатели

СВЯЗЬ НАПРАВЛЕНИЙ ПРОГРАММЫ С ДРУГИМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ
ОБЛАСТЯМИ

Физическое развитие	Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, потребности в движении
	Формирование основ безопасности жизнедеятельности для сохранения здоровья в различных жизненных ситуациях, навыков поведения во время болезни, предупреждение опасного поведения ребенка, профилактика ЗОЖ.
Социально-коммуникативное развитие	Формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе оздоровительной деятельности
	Формирование трудовых умений при организации самообслуживания, организации культурно - гигиенической деятельности
Познавательное развитие	Расширение представлений о своем организме, его возможностях, формирование ЭМП, формирование целостной картины мира.
Речевое развитие	Использование художественных произведений для формирования мотивации к здоровому образу жизни и профилактики поведения детей, способствующего ухудшению здоровья
	Развитие общения детей друг с другом и взрослыми в процессе оздоровительных мероприятий
Художественно-эстетическое развитие	Развивать умение отражать свои представления об организме, здоровье, окружающей среде в продуктивной деятельности
	Использовать средства музыки для оздоровления организма ребенка

ПРОГРАММНОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Программы и технологии	• Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т. И.Бабаевой, А. Г. Гогоберидзе, З. А. Михайловой и др. Издательство «Детство-пресс» 2011 г. • Физкультура для малышей / Синкевич Е.А., Большева Т.В. учебно-методическое пособие для воспитателей детского сада. • Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика в детском саду / Фирилева Ж.Е, Сайкина Е.Г.- – СПб.: Детство-пресс, • Физкультура – это радость / Л.Н. Сивачева. – СПб.: Детство-пресс, 2001. • Спортивные игры с нестандартным оборудованием Л.Н.Сивачевой • Ю.Ф. Змановский Здоровый дошкольник
Пособия	• «Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет» Ю. А. Кириллова Издательство «Детство-пресс» 2008 г. • «Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет» М. Ю. Картушина 2012 г. • О. Б. Казина «Весёлая физкультура для детей и их родителей» серия «Детский сад: день за днём. Здоровьесберегающие технологии в образовании» Ярославль «Академия развития» 2005 г. • С. Н. Сапего «Спортивные праздники в детском саду» Издательство «Сталкер» 2007 г. • Н. Ч. Железняк, Е. Ф. Желобкович «100 комплексов ОРУ для дошкольников с использованием нестандартного оборудования» МОСКВА 2009г. • Игры и развлечения детей на воздухе / Т. И.Осокина, Е. А. Тимофеева, Л. С. Фурмина. М., 1983. • Физическая культура в детском саду/ Т.И.Осокина – М.:Просвещение, 1978. • Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.:Мозаика -синтез, 2000. • Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А.Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999. • Мир движений мальчиков и девочек учебно-методическое пособие для воспитателей детского сада./ С.О.Филиппова. –СПб.: Детство-пресс, 2001. • Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: «Арктика», 1999. • С физкультурой дружить - здоровым быть / М.Д. Маханева. – М.: ТЦ «Сфера», 2009. • Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.:

	Скрепторий, 2004. • Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003. • Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002. • Физкультурное и спортивное игровое оборудование / Т.И. Осокина, М.А.Рунова.
--	--