УПРАВЛЕНИЕ

ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ

СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 60»**

**ПЕДСОВЕТ № 3**

**«Как хорошо быть здоровым!»**

**2021г**

***Цель*:**

мобилизовать сотрудников детского сада, родителей, самих детей на сохранение, укрепление и развитие своего здоровья.  Расширить знания педагогов и родителей с учетом современных требований и социальных изменений по формированию основ физического воспитания и здорового образа жизни.

***Подготовка к педсовету:***

1. Выставка детских творческих работ на тему «Мое здоровье»

2. Брифинг «Здоровье с детства»

3. Оформление альбома «Наша семья спортом дружна»

4 . Оформление наглядной информации педагогами для родителей по проблеме здоровья детей.

***Повестка дня педсовета:***

1. «Формированию у дошкольников привычки к здоровому образу жизни», воспитатель Булахова О.С.

2.«Сохранение и укрепление психического здоровья дошкольников», педагог-психолог Самофалова Н.В.

3. Итоги анкетирования родителей

«Здоровый образ жизни в семье» , старший воспитатель Куртюкина М.С.

4. Комплекс мероприятий направленных на профилактику заболеваемости воспитанников в соответствии с общеобразовательной программой ДОУ, воспитатель Буслаева А.В.

***ХОД ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА:***

**«В здоровом теле здоровый дух»**

**Заведующий ДОУ Козлова Т.Н.**

Добрый день, уважаемые коллеги! Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и весёлым! Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле здоровый дух». О здоровье необходимо заботиться с юных лет. И это главная задача педагогов и родителей.

Здоровье детей является абсолютной ценностью и включает в себя три уровня - биологическое, социальное и психологическое. В последнее время обоснованную тревогу вызывает состояние детей дошкольного возраста. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья, число здоровых дошкольников уменьшилось в пять раз и составляет лишь около 30 % от числа детей, поступающих в школу. И родители, и воспитатели хотят видеть детей здоровыми, весёлыми, физически хорошо развитыми. Давайте будем решать эту проблему совместными усилиями. Ребенок испытывает влияние и семьи, и детского сада, поэтому так важно дополнять друг друга в воспитании и наша встреча будет посвящена  формированию здоровья с детства.

Здоровье – основа [физического развития](https://magicskate.ru/deti/physical-and-neuropsychological-development-of-children.html) ребенка. Полноценное физическое развитие ребенка взаимосвязано с его общим психическим развитием. Сформированное сознание, развитой интеллект, понимание значимости здоровья – основа культурной личности. Обращенность современного общества к культуре, человеку, его здоровью и духовному миру становится доминантой цивилизованного общества.

Итак, нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. А чтобы понять всю многогранность этой проблемы, давайте уточним, что такое здоровье. Наиболее всеобъемлющей и общепринятой во всем мире является формулировка, разработанная [Всемирной организацией](https://magicskate.ru/tvorchestvo/graduation-of-the-population-by-age-who-has-prolonged-youth.html) здравоохранения: “Здоровье – это состояние полного физического, психического, социального благополучия”. Выпадение хоть одной из этих структурных частей приводит к утрате целого. Чаще всего мы судим о здоровье как об отсутствии на данный момент заболеваний. А ведь критериями здоровья является и предрасположенность к болезням, и уровень физического и психического развития, и состояние сопротивляемости организма к болезням и многое другое.

В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптивные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Приобретаются привычки, представления, черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни (Концепция дошкольного воспитания).

У биологии жестокие законы: за нездоровье детей мы платим ослаблением генофонда населения, теряем самое дорогое богатство – здоровье нации. В [последнее время](https://magicskate.ru/yarkost-zhizni/obemnaya-zvezda-iz-bumagi-origami-obemnaya-pyatikonechnaya-zvezda-origami.html) учеными доказано, что здоровье человека только на 7–8 % зависит от здравоохранения, в то же время более чем наполовину – от его образа жизни. Сегодня четко установлено, что 40 % заболеваний взрослых своими истоками уходит в [детский возраст](https://magicskate.ru/lyubovnye-otnosheniya/vykroika-platya-detskaya-razmernaya-tablica-tipovye-detskie-merki.html), в первые 5–7 лет.

По данным НИИ гигиены и профилактики заболеваний детей, подростков и молодежи, за последние десятилетия состояние здоровья дошкольников ухудшилось, увеличилось число детей, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья и хронические заболевания. В среднем по России на каждого из детей приходится не менее двух заболеваний. Из-за такого состояния здоровья в последние годы сохранение и укрепление здоровья человека является приоритетным направлением государственной политики.

Заболеваемость детей в ДОУ к сожалению тоже растет.

**«Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста»**

**Воспитатель Булахова О.С.**

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей одна из главных стратегических задач развития страны.

Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании, сегодня является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни (ЗОЖ, а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Данные разных исследований показывают, что за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 10% от контингента детей, поступающих в школу. Надо помнить, что положительные результаты в оздоровлении дошкольников возможны только при совместной работе всего коллектива сотрудников ДОУ, в понимании важности, значимости всех форм оздоровительной работы с детьми.

Здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни.

Для этого в детском саду проводится много мероприятий –День здоровья, в осеннее – весеннее время года – прием детей на улице (по погоде, утренняя гимнастика, закаливающие процедуры после сна, физ.минутки во время занятий Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Одним из главных условий успешности работы в этом направлении является грамотная организация здоровьесберегающего процесса в детском саду. Формирование здоровья ребенка в дошкольном учреждении, уровень - его физической подготовленности, объем приобретаемых двигательных умений в значительной степени зависят от того, чем и как он занимается, т. е. оттого, какими программами пользуются педагоги.

Микросреда дошкольного учреждения должна отвечать не только санитарно-гигиеническим требованиям. Она должна отвечать требованиям гигиены нервной системы, психологической безопасности, гигиены социальных отношений. Важно, например, не только то, что детей в соответствующее по режиму время укладывают спать, а то, как это делают, каким образом обеспечивают глубокий, здоровый сон.

Привычка к здоровому образу жизни — это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, нам, педагогам, необходимо знать, прежде всего, что сам термин "здоровье" определяется неоднозначно. Само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов.

Выделяется несколько компонентов здоровья:

1. Соматическое здоровье — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.

2. Физическое здоровье — уровень роста и развития органов и систем организма.

3. Психическое здоровье — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

Психологическое здоровье, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе. От чего же зависит здоровье ребенка?

Статистика утверждает, что на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т. е. экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.

Если на первые 50% здоровья мы, педагоги, повлиять не можем, то другие 50% мы можем и должны дать нашим воспитанникам.

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего "Я", правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу. Педагогическая задача состоит в том, чтобы не задавить ребенка потоком пока еще неосознанной информации, а дать возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Особое внимание следует уделять следующим компонентам ЗОЖ:

• Занятия физкультурой, прогулки,

• Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна

• дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды

• Бережное отношение к окружающей среде, к природе

• Медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение

различных рекомендации, прохождение медосмотра детей ежегодно – узкими специалистами (стоматолога, хирурга, лор, окулист)

• Формирование понятия "не вреди себе сам"

Формирование здоровой личности дошкольника возможно при обеспечении действенной взаимосвязи физического воспитания с целенаправленным развитием его личности в специально созданной и гигиенически организованной социальной среде, способствующей развитию самоуправления, автономности, адекватности самооценки.

На протяжении дошкольного возраста при соответствующей воспитательной работе наблюдается позитивная динамика отношения ребенка к своему здоровью.

Возраст с 4 до 7 лет является наиболее благоприятным периодом формирования осознанного отношения детей к своему здоровью и физическим возможностям.

Важнейшей предпосылкой формирования у ребенка позиции созидателя по отношению к своему здоровью является наличие у него потребности в здоровом образе жизни, которая формируется при соблюдении ряда специфических условий, одним из которых является рефлексия ребенком своих физических возможностей и их взаимосвязи с состоянием здоровья.

Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье, физической культуре безопасности жизнедеятельности позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. Приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни. Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев. В. А. Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

**«Сохранение и укрепление психического здоровья дошкольников»**

**Педагог – психолог Самофалова Н.В.**

***«Здоровый дух в здоровом теле – вот краткое, но полное описание счастливого состояния в этом мире. Кто обладает и тем, и другим, тому остаётся желать немногого…***

***Дж. Локк***

* **Что такое психологическое здоровье**

Ещё в 17 веке в «Материнской школе» (фактически первой программе для начальной ступени образования) Я А Коменский призывал: «Так как обучать детей можно только в случае, если они будут живы и здоровы, то первая забота родителей оберегать здоровье детей». Минули столетия, но и сегодня важнейшей заботой взрослых, воспитывающих и обучающих детей в период, когда их организм ещё так хрупок, раним, является охрана и укрепление их здоровья, как *физического,* так и *психологического.*

Термин «психологическое здоровье» возник недавно, но уже широко используется как в специальной литературе, так и в психолого-педагогической практике. Что он означает? Чем отличается от «психического здоровья»? Последнее имеет отношение, прежде всего,  к отдельным психическим процессам и механизмам. Когда речь идёт о его нарушении, то имеются в ввиду отклонения в функции психических процессов (сенсорики, памяти, мышления и др.). Основу психического здоровья составляет полноценное психическое развитие ребёнка на всех этапах его детства. Психологическое же здоровье подразумевает прежде всего целостное состояние личности, которое часто выражается такими понятиями, как «эмоциональное благополучие», «эмоциональное самочувствие», «внутренний душевный комфорт».

Обладание хорошим психологическим здоровьем чрезвычайно значимо для возникновения у ребёнка чувства самоценности, радости.

Забота о таком здоровье предполагает внимание прежде всего к внутреннему миру воспитанника, его чувствам и эмоциональным состояниям, к личностной микросреде ребёнка, его взаимоотношениям со сверстниками в «детском обществе».

* **Оптимизация межличностных отношений в «детском обществе» как путь укрепления психологического здоровья дошкольников**

В числе важнейших психологических потребностей дошкольников – потребность в принадлежности к социальной группе, в принятии членами своей социальной группы, в общении. Для нормального развития ребёнка, его психического здоровья чрезвычайно важно удовлетворение этих потребностей. Ущемление же, депривация их негативно сказывается как на психическом, так и на психологическом здоровье воспитанников.

Важна профилактическая работа по предупреждению нежелательного во всех отношениях ущемления этих потребностей. В случае же, когда в группе есть ребёнок, чьи взаимоотношения со сверстниками неблагоприятно влияют на психологическое здоровье его самого и окружающих, чьи важные социально-психологические потребности не удовлетворены, необходимо помочь дошкольнику путём воспитательной коррекционной работы.

Кто нуждается в этой помощи чаще всего? Как осуществить такую психолого-педагогическую деятельность, какие пути, средства избрать?

Тревогу относительно психологического здоровья чаще всего вызывают «непопулярные» среди сверстников дошкольники, которым «трудно дышится» в «детском обществе», чей социометрический статус в нём невысок.

Основными направлениями коррекционной работы в таких случаях являются: переориентация недоброжелательного отношения к такому ребёнку сверстников и выработка положительных оценок его детьми. При разработке тактики по укреплению психологического здоровья таких дошкольников следует исходить из уже установленного в детской социальной психологии факта: популярность ребёнка в группе сверстников зависит в первую очередь от успеха, которого он достигает в совместной детской  деятельности.

Создание ситуации успеха в такой деятельности для «непопулярных» детей может привести к изменению их позиции, стать эффективным средством нормализации отношений со сверстниками, улучшения их психологического здоровья.

Важно основываться и на том, что коррекционные воздействия должны быть дифферинцированы относительно каждой причины непопулярности.

Внимание педагогов и педагогов-психологов требуют не только «непопулярные» дети, но и их сверстники, негативно влияющие на взаимоотношения в «детском обществе», психологический климат в нём. В числе таких могут быть «дети-антилидеры».

*Симптом антилидерства* – ещё один возможный предмет коррекционной деятельности. Ребёнок-антилидер пользуется авторитетом сверстников не благодаря своим достоинствам, а по ряду других причин. Это может быть использование им физической силы, угроз, подкупа, обмана и др. Вмешательство таких детей в совместную деятельность носит деструктивный характер, ибо большинство действий лишены конкретного смысла. Ребёнок-антилидер ведёт себя шумно, гиперподвижно, недоброжелательно и немиролюбиво. Коррекционную работу в этом случае целесообразно направить на осмысление и переживание негативных форм поведения как сверстниками, так и самим ребёнком.

Коррекционная работа в области межличностного взаимодействия, укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного учреждения более успешна тогда, когда она осуществляется комплексно, с применением игры, других значимых для рёбёнка видов деятельности; когда в неё включены наряду с психологом оба воспитателя, музыкальный руководитель, руководитель физического воспитания, другие педагоги, взаимодействующие с детьми в воспитательно-образовательном процессе, родители. При таких условиях легче отыскать адекватные пути для коррекции эмоционального климата конкретного ребёнка, средства преодоления препятствий во взаимодействии со сверстниками, самоутверждения в «детском обществе», повысить коммуникативную компетентность детей, в итоге – сохранить (и укрепить) их психологическое здоровье.

Итак, успех в работе по укреплению психологического здоровья детей предполагает глубокое знание общих закономерностей развития, индивидуальных особенностей детей, их увлечений, интересов, знаний, способностей, умение использовать эти знания в процессе осуществления индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку в воспитательно­-образовательном  процессе.

 "В здоровом теле здоровый дух" только тогда, когда физическое развитие органически связано с психологической культурой, а вместе они обеспечивают психологическое здоровье ребенка.

**Итоги анкетирования родителей**

**«Здоровый образ жизни в семье»**

**Старший воспитатель Куртюкина М.С.**

В рамках подготовки к педсовету было проведено анкетирование родителей.  
**Тема:** «Здоровый образ жизни в вашей семье»  
**Цель:** выявить значимость и важность здорового образа жизни в семьях воспитанников ДОУ; оказать родителям информационную поддержку по вопросам воспитания здорового образа жизни  
**Охват родителей:** во всех группах детского сада.  
  
По первому вопросу 29% родителей ответили, что утро в их семье начинается с зарядки. Соответственно 71% семей не делает по утрам зарядку.  
  
По второму вопросу 36% родителей ответили, что в семьях проводятся закаливающие процедуры; 64% родителей ответили, что не проводят закаливающие процедуры.  
  
41% воспитанников ДОУ занимается в спортивной секции (баскетбол, футбол, художественная и спортивная гимнастика, плавание, карате, танцы); 59% детей никаких спортивных секций не посещают.  
  
По четвертому вопросу 40-ка% опрошенных семей сложно придерживаться здорового питания (любят себя побаловать чипсами и.т.п.); 60% родителей стараются придерживаться здорового питания.  
  
В выходные 75% семей всегда находят время для прогулок с ребенком по парку, на детской площадке или загородом; 25% семей ведут более пассивный образ жизни.  
  
44% опрошенных родителей в детский сад и обратно ходят с ребенком пешком, чтобы подышать воздухом; 56% родителей предпочитают транспорт.  
Чистит зубки перед сном 92% детей; 8% детей чистят зубы только утром.  
  
На восьмой вопрос о том, во сколько ребенок ложиться спать – 31% родителей ответили – в 21:00; 19% - в 21:30; 29% - в 22:00; 3% - в 22:30; 1% - 23:00; 17% детей ложатся спать - как получится.  
  
По мнению родителей воспитатели, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка, должны обратить особое внимание на: безопасность жизни и здоровья ребенка, на правильное питание, профилактику простудных заболеваний, индивидуальный подход к ребенку, закаливание, прогулки на свежем воздухе, массаж, утреннюю гимнастику, беседы по формированию ЗОЖ, осанку детей, профилактику плоскостопия, соблюдение режима дня, опрятность ребенка, соблюдение КГН.  
  
Меры, предпринимаемые родителями с целью укрепления здоровья ребенка следующие: посещение врачей – 23% семей; занятия физическими упражнениями – 28%; закаливание – 49%; дыхательная гимнастика – 4%; массаж – 7%; прогулки на свежем воздухе – 54%; правильное питание – 54%; другое – 4 % (соляные пещеры, прием витаминов)  
Основным источником при получении информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка для родителей являются:  
В детском саду: педагоги – 53%; медицинские работники – 19%; родители других детей – 60%; наглядно-текстовая информация – 31%.  
Вне детского сада: средства массовой информации – 25%; интернет – 35%; собственный жизненный опыт – 32%; советы родителей, друзей, знакомых – 14%; консультации специалистов в области медицины – 10%.  
  
В ответе на двенадцатый вопрос 22% родителей нуждаются в информации о профилактике простудных заболеваний; 11% - о организации рационального питания; 17% - о двигательном режиме ребенка дошкольного возраста; 20% - о профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей; 20% - о закаливании ребенка дошкольного возраста; 16 – о режиме дня дошкольника; 12% - о физической и психологической готовности ребенка к школе.  
  
**Выводы:** по ответам родителей можно судить о том, что они в своем большинстве не делают со своими детьми по утрам зарядку, не проводят в семье закаливающих процедур, предпочитают транспорт по дороге в сад и из него.  
  
Большинство детей никаких спортивных секций не посещают, но, несмотря на это, большинство родителей стараются придерживаться здорового питания и в выходные находят время для прогулок с ребенком на свежем воздухе, стараются укладывать детей спать в одно и то же время.

В основном, по мнению родителей, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка, должны обратить особое внимание на безопасность жизни и здоровья ребенка. Более частыми мерами, предпринимаемыми родителями с целью укрепления здоровья ребенка, были выявлены прогулки на свежем воздухе и правильное питание.  
  
Было выявлено, что для родителей основным источником при получении информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка в своем большинстве являются педагоги и родители других детей (в детском саду); интернет и собственный жизненный опыт (вне детского сада).  
Спектр информации, в которой нуждаются родители, достаточно широк: в основном это профилактика простудных заболеваний; закаливание ребенка дошкольного возраста; профилактика нарушений осанки и плоскостопия у детей.  
  
**Рекомендации:**  
**1.** Воспитателям групп разработать разнообразное представление материала для родителей по теме «ЗОЖ»  
Срок исполнения: месяц. Ответственные: воспитатели групп.  
**2.** Провести совместные мероприятия по формированию культуры здоровья у детей, сохранению и укреплению их здоровья, приобщению детей и их родителей к здоровому образу жизни.  
**Срок исполнения:** до конца учебного года. Ответственные: воспитатели групп,

**Комплекс мероприятий направленных на профилактику заболеваемости воспитанников в соответствии с общеобразовательной программой ДОУ**

**Воспитатель Буслаева А.В.**

***План мероприятий, направленных на снижение***

***заболеваемости воспитанников МБДОУ № 60***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Форма работы** | **Сроки проведения** |
| **1 блок. Работа с детьми** | | |
| **Утренняя гимнастика** | - сюжетно –игровая  -игровая  -традиционная  -корригирующая  -музыкально - ритмическая | Ежедневно |
| **Физкультурные**  **занятия** | - традиционные  -сюжетно – игровые  -тренировочные  -игровые  -контрольно - проверочные | 2 раза в неделю в течение года |
| **Двигательная разминка** | - подвижные игры малой и средней подвижности  -игровые упражнения  -произвольные упражнения с физкультурными пособиями  -игры на релаксацию  -физкультминутки  -самостоятельная двигательная деятельность | В течение года во время перерывов между проведением непосредственно – образовательной деятельности и во время проведения |
| **Физкультурные занятия на свежем воздухе** | - подвижные игры  -народные игры  -физические упражнения  - оздоровительный бег | Раз в неделю в течение года |
| **Адаптированные здоровьесберегающие методики** | -бодрящая и корригирующая гимнастики после сна  -закаливающие процедуры  -дыхательная гимнастика  -тренажёры для профилактики нарушения осанки и зрения  -витаминизация  - элементы самомассажа  -релаксация,  -психогимнастики  -вокалотерапия | Ежедневно в течение года |
| **Ежедневная прогулка** |  | 2 раза в день |
| **Проветривание помещений** |  | В соответствии с графиком |
| **Мониторинг** | - анализ заболеваемости  -охрана жизни и здоровья | 2 раза в год |
| **2 блок. Физкультурно – массовые мероприятия** | | |
| **Физкультурные**  **досуги и праздники** | - развлечения  -спортивные праздники  -Дни Здоровья  -соревнования между группами | В течение года |
| **3 блок. Работа с воспитателями** | | |
| **Формы методической работы** | -консультации  -семинары  -практикумы  -открытые просмотры  -обмен опытом работы  -совместная подготовка спортивных праздников и развлечений  -интегрированные занятия  -разработка и реализация групповых оздоровительных программ | В течение года |
| **4 блок. Взаимосвязь со специалистами** | | |
| **Логопед** | - обучение детей правильному дыханию  -обучение двигательным упражнениям с речевым сопровождением  -развитие чувства ритма  -развитие мелкой моторики  -координация речи с движениями  - интегрированные занятия с инструктором по физической культуре | В течение года |
| **Музыкальный руководитель** | -совместная подготовка к праздникам и развлечениям  - выступления на мероприятиях  -подбор музыкального сопровождения к комплексам, релаксации и т.д.  -развитие чувства ритма, координации  -обучение танцевальным движениям  - интегрированные занятия с инструктором по физической культуре | В течение года |
| **5 блок. Работа с родителями** | | |
| **Информационный**  **блок** | -оформление информационных стендов  -буклеты, информационные листы, памятки  -фотовыставки  - презентации, медиатека | В течение года |
| **Методическая**  **работа** | -участие в подготовке и проведении спортивных праздников  -анкетирование  -индивидуальные консультации  -выступления на родительских собраниях  -использование проектного метода | В течение года |
| **6 блок. Взаимодействие с учреждениями здравоохранения** | | |
| **Детская поликлиника** | - профилактический осмотр детей узкими специалистами | 1 раз в год |

**Решение педсовета**

1. Продолжать вести работу с детьми   по формированию здорового образа жизни и основ безопасности жизнедеятельности. Отражать в календарных планах  мероприятия, направленные на формирование у дошкольников навыков ЗОЖ.

Срок: постоянно. Ответственные: педагоги всех возрастных групп.

2.Принять информацию к сведению и продолжать работу по формированию основ здорового образа жизни и по укреплению психологического здоровья детей через индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребенку в воспитательно­-образовательном  процессе.

Срок:. в течение учебного года. Ответственные: педагоги всех групп.

1. Для формирования привычки к здоровому образу жизни и основ безопасности жизнедеятельности использовать эффективные формы работы с детьми  (оздоровительная гимнастика, физкультурные развлечения, досуги, праздники, занятия по ЗОЖ и ОБЖ, двигательную активность и т.п.).

.Срок: в течение учебного года Ответственные: педагоги групп

4.Приобщать   родителей (законных представителей) к работе по формированию у детей навыков ЗОЖ через различные формы работы.

Ответственные: педагоги всех возрастных групп.

Срок: в течение учебного года.

1. Провести консультирование родителей  по вопросам формирования у детей навыков ЗОЖ (стенд, буклет, ширма, размещение в интернет-сообществе и т.п.).

Срок: месяц Ответственные: педагоги групп.

1. Пополнить группы дидактическими играми валеологического содержания.

Срок:  в течении года Ответственные: педагоги групп.

1. Рекомендации докладчиков и выступающих принять к сведению, материалы выступлений использовать в работе по формированию ЗОЖ

Срок:  в течении года Ответственные: педагоги групп

**Анкета для родителей «Здоровый образ жизни в вашей семье»**  
Уважаемые родители! Мы обращаемся к Вам с просьбой оказать нам содействие в исследовании влияния образа жизни детей в семье на представления ребенка о здоровье. Для этого Вам нужно заполнить анонимную анкету, которая лично для Вас не несет никаких негативных последствий. Последовательно, объективно отвечая на вопросы, выбирая, на Ваш взгляд, правильные ответы или записывая свое мнение, Вы без труда справитесь с этой работой. Надеемся на сотрудничество!  
Прочитав внимательно вопрос, ознакомьтесь с вариантами ответов на него. Ответ, наиболее точно отображающий Ваше мнение, подчеркните или напишите свой вариант.  
1. Утро в вашей семье всегда начинается с зарядки?  
ДА НЕТ  
2. Проводятся ли в вашей семье закаливающие процедуры?  
ДА НЕТ какие:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
3. Занимается ли ребенок в спортивной секции?  
ДА НЕТ какой:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
4. Вашей семье сложно придерживаться здорового питания? Вы любите себя побаловать чипсами и.т.п.?  
ДА НЕТ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
5. В выходные Вы всегда находите время для прогулок с ребенком по парку, на детской площадке или загородом?  
ДА НЕТ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
6. В детский сад и обратно Вы ходите с ребенком пешком, чтобы подышать воздухом?  
ДА НЕТ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
7. Перед сном Ваш ребенок чистит зубки?  
ДА НЕТ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
8. Ваш ребенок ложиться спать в одно и тоже время?  
21:00 21:30 22:00 22:30 23:00 как получится  
  
9. На что, по Вашему мнению, должны обратить особое внимание воспитатели, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка?  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
10. Какие меры Вы предпринимаете с целью укрепления здоровья Вашего ребенка?  
• Посещение врачей  
• Занятия физическими упражнениями  
• Закаливание  
• Дыхательная гимнастика  
• Массаж  
• Прогулки на свежем воздухе  
• Правильное питание  
• Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
11. Что для Вас является основным источником получения информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка?  
В детском саду:  
• Педагоги  
• Медицинские работники  
• Родители других детей  
• Наглядно-текстовая информация  
• Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
Вне детского сада:  
• Средства массовой информации  
• Интернет  
• Собственный жизненный опыт  
• Советы родителей, друзей, знакомых  
• Консультации специалистов в области медицины  
• Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
12. В какой информации в данной области Вы нуждаетесь?  
• Профилактика простудных заболеваний  
• Организация рационального питания  
• Двигательный режим ребенка дошкольного возраста  
• Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у детей  
• Закаливание ребенка дошкольного возраста  
• Режим дня дошкольника  
• Физическая и психологическая готовность к школе  
• Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_