

Принята  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
« 31 » августа 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГБОУ СОШ №3 г.о. Чапаевск  
Е.А. Кочеткова  
« 30 » августа 2018 года

## **ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»**

**структурного подразделения, реализующего основные общеобразовательные  
программы дошкольного образования, Детский сад №7 «Ягодка»**

**ГБОУ СОШ №3 г.о. Чапаевск**

**на 2018 – 2022 г.г.**

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	<b>4</b>
1. Аналитическое обоснование программы	<b>8</b>
1.1.Анализ оздоровительного процесса в дошкольном образовательном учреждении	<b>8</b>
1.2.Анализ заболеваемости детей	<b>10</b>
1.3.Анализ ресурсного обеспечения программы	<b>12</b>
1.4.Материально - технические условия	<b>12</b>
1.5.Кадровое обеспечение	<b>15</b>
2. Концептуальные подходы к построению программы	<b>16</b>
2.1.Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования	<b>22</b>
3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровьесбережения	<b>23</b>
4. Взаимодействие с семьей	<b>27</b>
5. Мониторинг эффективности реализации программы «Здоровье»	<b>29</b>
Приложения	<b>30</b>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Устав ГБОУ;
- Указ Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации»;
- Медицинское обеспечение детей в образовательных учреждениях. Письмо Минздрава России от 21.12.99 № 13 - 16/42;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. 26 г. Москва от «Об утверждении Сан ПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г. 28564);
- Рекомендации Минздрава России от 09.05.99 № 1100/964-99-15;
- Об утверждении «Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений». Приказ Минздрава России от 03.07.2000 № 241;
- Приказ Минздрава РФ от 21.12.2012 N 1346н «О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них»;
- Приказ Минздравсоцразвития России от 31 января 2011 г. № 51н «Вакцинация против гриппа»

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОО можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка - дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья - в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья детей выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательнообразовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОО;
- организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОО.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОО.

Наиболее существенными для нашей проблемы являются противоречия между:

- общественной потребностью в сохранении, укреплении и развитии здоровья дошкольников и реальной социально-экономической ситуацией;
- стихийно сложившимся и целенаправленно управляемым положительным опытом коллективов по оздоровлению воспитанников ДОУ;
- между необходимостью повышения уровня здоровья воспитанников и отсутствием медикопедагогических условий;
- между необходимостью осуществления эффективного управления оздоровительным процессом и отсутствием оздоровления.

Разрешение данных противоречий позволяет обосновать проблему: Полноценное здоровье ребенка невозможно без создания программы оздоровления.

**Цель:** создание устойчивой мотивации и потребности в укреплении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью, коллективом были определены следующие задачи:

- Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- Определить медико-педагогические условия, повышающие качество воспитательно-образовательного процесса.
- Разработать концептуальную модель программы.
- Внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу.
- Отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОУ.

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- принцип концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.

- принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- принцип повторения умений и навыков - один из самых важных, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- принцип индивидуально - личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- принцип успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- принцип целостно - смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.
- принцип индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.
- принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально - двигательного музыкального тренинга.
- принцип взаимодействия ДОУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня

физического развития детей.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

## **1. АНАЛИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Анализ оздоровительного процесса в ДОУ**

**Сохранение и укрепление здоровья** дошкольников - одно из ведущих направлений деятельности нашего детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая специфику дошкольного учреждения (у каждого ребенка свой период оздоровления и пребывания в детском саду) и необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определились следующие особенности организации деятельности ДОУ: Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель», через:

- создание союза заинтересованных в здоровье детей партнеров;
- мотивацию родителей на совместную оздоровительно-профилактическую работу;
- преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка;
- разработку индивидуальной программы воспитания, обучения и оздоровления.

Изменение формы и организации образовательного процесса (переход от фронтальных занятий к занятиям небольшими подгруппами с учетом психофизических возможностей и состояния здоровья ребенка), усиленный медицинский контроль за организацией физкультурно-оздоровительного процесса.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах с целью обеспечения профилактико - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДООУ.

Совершенствование профессионального мастерства педагогов посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей культуры.

Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.

В СП Детский сад №7 «Ягодка» создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд);
- десятидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
  - рациональный режим жизни
  - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, оздоровительные подвижные игры, игровые часы);
  - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные ванны, обширное умывание);
  - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
  - использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, точечный массаж, индивидуальные физические упражнения и игры, коррекционная ритмика и мн. др.);
  - режимы проветривания и кварцевания.



Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- медицинской сестрой;
- воспитателями.

### 1.2. Анализ заболеваемости детей

Перечень заболеваний	2015	2016	2017
Количество случаев заболеваний	297	178	236
Количество на 1 ребенка	3,6	2,1	2,7
Несчастные случаи, отравления, травмы	-	-	-
Количество ЧДБ детей	15	12	10
Индекс здоровья N 15%-40%	13,6%	16,8%	19,7%

Показатели здоровья (индекс здоровья) детей улучшились.

Количество случаев заболеваний воспитанников за 2017 год увеличилось на 58 ед. за счет увеличения случаев гриппа и ОРВИ.

Количество ЧБД детей уменьшилось на 2 ед.

Движение детей по группам здоровья

Распределение детей по группам здоровья	2015	2016	2017
1 группа	5%	4%	17%
2 группа	84%	80%	75%
3 группа	11%	16%	8%

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДОУ является «мониторинг здоровья» ребенка, который осуществляется медицинским персоналом.

Цель мониторинга: повышение уровня здоровья детей.

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ - статистический учет по результатам годовых отчетов ДОУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- периоды обострения детской заболеваемости в разных возрастных группах;

- оценка адаптации детей к ДОУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- общее физическое развитие детей;
- уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа медицинской сестры включает в себя составление:

- листа здоровья ребенка;
- программы профилактики и оздоровления детей;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно - гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий.

Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. В ее организации выделены три блока:

1. блок. Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера - инициатора. Используются различные варианты физкультурных занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные - интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями).
2. блок. Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает разные формы активности: ежедневный оздоровительный бег, динамические паузы между занятиями, игровой час во вторую половину дня ежедневно. Подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», спортивные праздники, физкультурные досуги, индивидуальная работа с детьми.
3. блок. Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности.

С этой целью оборудованы физкультурные уголки в групповых комнатах необходимым оборудованием и атрибутикой. Помимо этого используются особые условия дошкольного учреждения. На территории детского сада оборудована «Спортивная тропа», на каждом

участке оборудованы игровые для проведения игровых часов, подвижных игр и соревнований.

Рационально организованная деятельность по физическому воспитанию позволяет получать положительную динамику физической подготовленности детей (положительную динамику физической подготовленности детей можно проследить на примере подготовительной группы).

Сравнительная гистограмма физической подготовленности детей подготовительной группы за период 2015-2016 годы



### 1.3. Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на Основной общеобразовательной программе дошкольного образования («От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой)

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом дошкольного образовательного учреждения. В основе данного планирования лежит парциальная программа Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста».

Психическое здоровье ребенка - это не только биологическое, но и социальное понятие. Педагоги ДОУ, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения.

#### 1.4. Материально-технические условия

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

медицинский кабинет;

В детском саду имеется следующее медицинское оборудование:

Перечень оборудования для лечебных и профилактических мероприятий	Количество
Наименование оборудования	
1. Облучатель бактерицидный	2
2. Весы медицинские ОП-150МГ	1
Наименование инструментов	
1. Бикс маленький	1
2. Бикс большой	1
3. Пинцет	1
4. Термометр медиц.	1
5. Шпатель металлический	1
6. Шприцы одноразовые инъекц. С иглой 2,0; 5,0; 10,0 куб.	1
Наименование медицинской мебели	
1. Кушетка	1
3. Шкаф аптечный	2
4. Медицинский столик со стеклянной крышкой со средствами для оказания первой медицинской помощи	1
5. Холодильник (для вакцин)	1
6. Стол	1
7. Стул	3
Наименование медицинского белья	
1. Колпак медицинский р.56-57	1
2. Халат женский медицинский для проведения манипуляций р.48-50	1
3. Халат женский медицинский для проведения генеральных уборок р.48-50	1
4. Полотенце	4
Наименование перевязочного материала	
1. Бинт стерильный марлевый медицинский 5 x 10	5

2. Бинт не стерильный марлевый медицинский 5 x 10 в индивидуальной упаковке	2
3. Вата медицинская гигроскопическая хирургическая стерильная 100 г	3
4. Пакет перевязочный медицинский первой помощи с двумя подушечками стерильный	2
5. Бинт эластичный медицинский нестерильный трубчатый №1	3
6. Бинт эластичный медицинский нестерильный трубчатый №3	4
7. Бактерицидный лейкопластырь 2,3 x 7,2 см	20
Наименование вспомогательного материала	
1. Пузырь для льда	1
2. Ведро с педальной крышкой	1
3. Ведро	1
4. Лоток почкообразный	1
5. Умывальная раковина	1
6. Таблица для определения остроты зрения	1
7. Жгут резиновый	1
8. Грелка резиновая	1
9. Перчатки диагностические латексные	5
10. Ножницы	1
11. Укладка для оказания неотложной помощи	5
12. Емкость для обработки медицинского инструментария	4
13. Ростометр	1
16. Лампа настольная	1

Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур.

Для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий функционирует музыкальный зал.

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные потройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

### **1.5.Кадровое обеспечение**

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию Основной образовательной Программы дошкольного образования СП Детский сад №7 «Ягодка»; парциальной программы Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста»:

- медицинская сестра - 1;
- музыкальный руководитель - 1;
- воспитатели - 7;
- педагог дополнительного образования – 1.

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровье», призванной обеспечить комплексное медико - педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

## 2. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПОСТРОЕНИЮ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

Известно, что дошкольное детство - старт развития личности, во многом определяющий ее жизненный путь.

Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма.

Вырастить крепких, здоровых детей - наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи.

### **Цель программы:**

- сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей;  
формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

### **Задачи:**

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;
- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Программа нацелена на воспитание ребенка-дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого.

Она включает в себя 3 основных направления:



### ***Физическое здоровье***

Цель: Повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДОУ и в семье.

Задачи:

- изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;
- анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
- укрепление здоровья детей;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- организация коррекционно-воспитательной работы с учетом индивидуальных особенностей детей, структуры их двигательного дефекта.

*Принципы построения раздела «Физическое здоровье»*

*Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.* Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

*Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного*



*двигательного режима.* На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

*Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.* На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе. Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

*Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.* Ежедневные игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе ДООУ, занятия физической культурой 3 раза в неделю (одно на воздухе). Обеспечение ДООУ современным физкультурным оборудованием, широкое использование возможности СП ДЮСШ №2.

### ***Психическое здоровье***

Цель: Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Задачи:

- создание в ДООУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
- купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

*Принципы построения раздела «Психическое здоровье»*

*Принцип сохранения и улучшения психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.* Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДООУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

- формирование навыков общения;
- гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;

- коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
- коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

*Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов.*

Каждый ребенок обладает только одному ему присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера, каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

*Реализация деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательно - образовательной работы в русле основных видов детской деятельности.

С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках, свойствах и отношениях объектов реальной действительности проводятся специальные дидактические игры, используются упражнения (игровые - основанные на внушении, тренировочные, разъясняющие).

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности (бытовой, игровой, изобразительной, трудовой).

### ***Социально-нравственное здоровье***

Цель: Формирование духовных общечеловеческих ценностей.

Задачи:

- воспитание основ духовности, гуманизма, созидательно-творческого отношения ребенка к миру;
- формирование высоконравственных начал личности через культуру речевого общения;
- формирование представлений у ребенка о взаимосвязи природы и человека.

*Принципы построения раздела «Социально-нравственное здоровье»*

*Принцип постепенного усиления осознанности социально-нравственных представлений:*

- понимания красоты и смысла нравственных поступков;
- необходимости выбора той или иной линии поведения в зависимости от обстоятельств;

- осознания последствий положительных или отрицательных поступков;
- установление причинно-следственной связи между отношениями;
- чувствами к поступкам людей;
- усиление роли самооценки в поведении.

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического, психического и социально-нравственного здоровья детей.

Работа по реализации программы «Здоровье» рассчитана на пять лет 2018-2022 гг., и планируется в три этапа.

#### 1 этап, его продолжительность один год 2018-2019 учебный год

Цель: Диагностика индивидуальных особенностей физического здоровья и социально-нравственного развития детей.

Тема: Диагностика индивидуальных особенностей физического здоровья и социально-нравственного развития детей как необходимое условие для создания комплекса оздоровительно-профилактической работы.

Условия достижения цели:

- Наличие методик медико-педагогического диагностирования индивидуальных особенностей детей.
- Изучение особенностей физического здоровья и социально-нравственного развития детей разного возраста.
- Наличие оптимальных условий для проведения оздоровительно-профилактической работы.
- Создание системы мер для усиления семейного воспитания по физическому здоровью и социально-нравственному развитию детей.

Предполагаемый результат:

- Воспитатели имеют высокий профессиональный уровень и отлично владеют теорией и методикой диагностирования.
- Определен уровень физического здоровья и социально-нравственного развития детей.
- Укреплена материальная база для осуществления оздоровительно-профилактической работы.
- Налажен тесный контакт педагогического коллектива с родителями.

#### 2 этап, его продолжительность один год 2019-2020 учебный год

Цель: Организация оздоровительно-профилактической системы работы в условиях ДОУ.

Тема: Разработка комплекса оздоровительно-профилактической работы, как основа полноценного здоровья ребенка.

Условия достижения цели:

- Наличие системы контроля за динамикой физического и социально-нравственного развития детей.
- Наличие резерва для повышения уровня полноценного здоровья детей.
- Создание творческих групп.
- Создание моральных и материальных стимулов к профессиональному росту педагогов и их творчеству.

Предполагаемый результат:

- Повышена результативность работы индивидуально-групповым методом.
- Повышены устойчивость организма к утомлению, создана атмосфера психологической защищенности; созданы условия для гуманистической направленности поведения ребенка.
- Создана творческая атмосфера и повышен уровень педагогического мастерства по вопросам полноценного здоровья ребенка.
- Отработан экономический механизм, определено экономическое стимулирование ответственных и творчески работающих сотрудников.

Создан благоприятный психологический климат.

III этап, его продолжительность три года 2020-2022 гг.

Цель: Реализация программы оздоровительно-профилактической работы в ДОУ.

Тема: Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса системы оздоровительно-профилактической работы в условиях ДОУ.

Условия достижения цели:

- Применение всех рациональных форм и методов организации работы с детьми по укреплению полноценного здоровья.
- Базирование оздоровительно-профилактической работы на новых достижениях в области педагогики, психологии и медицины.
- Выявление передового педагогического опыта семейного воспитания, обобщение и последующее его распространение среди родителей.
- Полное соответствие материально-технической базы.

Предполагаемый результат:

- Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
- Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.

- Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДООУ.
- Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

Планируемый конечный результат:

- Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.
- Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.
- Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.

### **2.1. Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования**

*Удовлетворение потребностей населения в услугах дошкольного образования:*

- Использование потенциальных возможностей ДООУ (вариативность форм оказания дошкольных образовательных услуг).
- Открытость системы дошкольного образования социальной среде, взаимодействие ее с другими социальными институтами детства.
- Охват детей развивающим обучением в ДООУ.
- Инновационная деятельность ДООУ.
- Реализация приоритетного направления деятельности детского сада.
- Коэффициент посещаемости ДООУ.

*Реализация мониторинга осуществляется на основе документов и материалов, полученных в ходе:*

- лицензирования;
- оценка деятельности ДООУ при помощи анкетирования родительской общественности. Приложение 3;
- самоанализа деятельности ДООУ в аспекте качества образования;
- отчетности, утвержденной нормативными актами федерального уровня (отчет 85-К)

Результаты мониторинга фиксируются в таблицах, соответствующих целям и задачам конкретных исследований. На основании которых, дается оценка деятельности ДООУ.

### **3. СИСТЕМА МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПОВЫШЕНИЮ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПЕДАГОГОВ В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ.**

В нашем детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

В учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: имеется музыкальный зал, оснащенный спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.

Вся работа по физическому развитию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательнo-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания. Благодаря грамотно выстроенной системе физкультурно-оздоровительной работы и широкому применению игровой деятельности в ДОУ, мы смогли значительно снизить уровень заболеваемости у детей. О чем свидетельствует положительная динамика индекса здоровья: 2015г. - 22,7%, 2016г. - 23%, 2017г. - 27,2 % (при норме 15-40%).

Однако, главное действующее лицо в педагогическом процессе - воспитатель, именно ему предъявляются требования, ориентируя его на получение качественных показателей.

В связи с этим, работа с кадрами предусматривает:

- реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- обеспечение дифференцированного подхода к физическому воспитанию с разными группами здоровья;
- снижение и профилактику детской заболеваемости;
- повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

*Обновление содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ*

В рамках обновления содержания работы по физическому развитию в ДОУ в соответствии с ФГОС ДО постоянно повышается профессиональная компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводится мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводятся совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни здоровья», «Красота в движении - здоровье с детства», «Семейные старты», в которых используется нетрадиционное спортивное оборудование.

С целью популяризации физкультуры и спорта, сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду организованы занятия легкой атлетикой, которые ведет тренер-преподаватель СП ДЮСШ №2.

Современные оздоравливающие и здоровьесберегающие технологии, используемые в своей работе педагогами

<b>Виды здоровьесберегающих педагогических технологий</b>	<b>Время проведения в режиме дня</b>	<b>Особенности методики проведения</b>	<b>Ответственный</b>
<b>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>			
1. Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	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
2. 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 лишь элементы спортивных игр	Воспитатели
3. Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей,	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Все педагоги

	педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп		
4. Игровой час во вторую половину дня	Для всех возрастных групп, в игровых зонах.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем их проведения.	Все педагоги
5. Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели
6. 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
7. 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
8. Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам	Воспитатели
9. Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Воспитатели
10. Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели
<b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			
11. Физкультурное занятие	3 раза в неделю в групповой или музыкальном зале. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДООУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели



	возраст - 25-30 мин.		
12. Игротренинги и игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели
13. Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др	Воспитатели
14. Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Включены в расписание НОД в качестве познавательной деятельности	Воспитатели
<b>3. Коррекционные технологии</b>			
15. Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	Все педагоги
16. Сказкотерапия	2 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	Педагог-психолог Воспитатели

Применяемые педагогами нашего дошкольного образовательного учреждения здоровьесберегающие педагогические технологии повышают результативность воспитательно-образовательного процесса, формируют у детей и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

#### **4. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЕЙ**

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
- Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей - в детском саду.
- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

- Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
- Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
- Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

- Просветительское.
- Культурно – досуговое.
- Психофизическое.

*Просветительское направление*

- Наглядная агитация (стенды, памятки, папки - передвижки, устные журналы)

- Собеседование (сбор информации)
- Анкетирование, тесты, опросы 4- Беседы
- Встречи со специалистами
- Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- Индивидуальные консультации по возникшим вопросам 4- Круглый стол
- Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
- Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

*Культурно - досуговое направление*

- Дни открытых дверей.
- Совместные праздники и развлечения.
- Организация вечеров вопросов и ответов.

*Психофизическое направление.*

- Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей.
- Спортивные соревнования.
- Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с детьми
- Тренинги, семинары - практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени удовлетворенности родителей оказанными образовательными услугами.

Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

## 5. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Цель: Выявить и определить эффективность реализации программы «Здоровье» на определенном этапе.

### *Эффективность работы*

В оценке эффективности проведенных лечебно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости каждого ребенка в течение года.

Кроме того, эффективность оздоровления детей оценивается по следующим показателям:

- Положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- При уменьшении длительности каждого последующего эпизода острого заболевания;
- При снижении числа дней посещения ДОО, пропущенных одним ребенком за год;
- Отсутствие осложненного течения острых заболеваний;
- При нормализации показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия).

*План мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников СП Детский сад №7 «Ягодка»*

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	медсестра
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	медсестра, старший воспитатель
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	старший воспитатель, медсестра
5	Выделить детей с группами риска (по бронхо-лёгочной патологии, ЛОР патологии, с дефицитом и избытком массы тела, ЧБД), проводить их динамическое наблюдение с выполнением плана оздоровительных мероприятий.	Постоянно	медсестра
6	Продолжить выделять группу ЧБД	Постоянно	медсестра
7	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и ДОУ в реабилитации детей из групп риска, из группы ЧБД, с хронической патологией, с отклонениями в состоянии здоровья, после острых заболеваний (острая пневмония, кишечная инфекция, ангина).	Постоянно	медсестра
8	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья каждого ребёнка с выдачей рекомендаций по коррекции отклонений в состоянии здоровья на медико-педагогических совещаниях .	1 раз в 3 месяца.	медсестра
9	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	медсестра старший воспитатель,

**Комплексный план оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов**

<p>Цель: осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание оздоровительного микросоциума в ДОУ.          Задачи: использование оздоровительных методик, апробированных в ходе инновации, систематическое и качественное их обновление; сочетание педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями; разработка методов и средств повышения адаптивности организма с хроническими или приобретенными патологическими формами.</p>			
<p><b>ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ, ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.</b></p>			
<p>Проведение специальных закаливающих процедур</p>			
<p>Цель: Профессионально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать закаливающие методики, апробированные в ходе эксперимента, систематическое и качественное их обновление.</p>			
№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах. Обливание ног в ср., ст., и подг. группах (в летний период);	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
2.	Сон при открытых форточках.	Ежедневно	Воспитатели
3.	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна.	Ежедневно	Воспитатели
4.	Проведение обучения методам дыхательной гимнастики по методу Стрельниковой.	Сентябрь Ноябрь, Январь,	Медсестра

5.	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
6.	Босохождение. Хождение босиком по покрытому и непокрытому полу; в летний период на улице по «спортивной тропе»	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
7.	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
8.	Игры с водой с целью закаливания во 2-й мл. и средней группах.	2 раза в неделю	Воспитатели
9.	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
Профилактические мероприятия			
Цель: использование комплекса оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на снижение уровня заболеваемости, выделение основных факторов риска, снижение уровня функциональной напряженности детского организма.			
1.	Осмотр всех детей узкими специалистами (отоларинголог, невропатолог, ортопед, окулист) для раннего выявления заболеваний.	1 раз в год детей с 3-х лет	медсестра
2.	Полоскание полости рта охлажденной кипяченой водой после приема пищи	Постоянно	Воспитатели, помощники воспитателей
Организация питания			
Цель: обеспечение полноценным рациональным питанием, что предполагает обеспечение организма содержанием белков, углеводов, жиров, соответственно каждой возрастной группе, полноценным поступлением с пищей витаминов и минеральных веществ, что способствует повышению защитных сил организма, направленных против инфекции и интоксикации, нормализации обмена веществ			

1.	Фрукты ли фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Весна, осень	Медсестра, повар
2.	Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию.	Согласно меню карт раскладок	Медсестра, повар
3.	Ввести в рацион овощные салаты, овощи, чесночно-луковые закуски.	Ноябрь-апрель	Медсестра, повар
4.	Витаминоизация третьих блюд аскорбиновой кислотой.	Ноябрь-апрель	Медсестра

### ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Цель: организация оптимального рационального двигательного режима, регламентированной по интенсивности физической нагрузки, которая полностью удовлетворяет потребность детей в движениях, соответствует функциональным возможностям растущего организма и способствует укреплению здоровья детей.

1.	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели
2.	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели, музыкальный руководитель
3.	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели
4.	Интегрированные оздоровительные занятия	1 раз в месяц	Воспитатели, музыкальный руководитель



5.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: гимнастика для глаз; пальчиковая гимнастика; дыхательная гимнастика; массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; физкультминутки	Ежедневно	Воспитатели, музыкальный руководитель
6.	Оздоровительный бег	Ежедневно на прогулке	Медсестра, воспитатели
7.	Физкультурные досуги с участием родителей	1 раз в месяц	Воспитатели музыкальный руководитель
8.	Праздники здоровья	1 раз в месяц	Воспитатели музыкальный руководитель
9.	Спортивные праздники	2 раза в год	Воспитатели музыкальный руководитель
10.	Походы	1 раз в год	Воспитатели, родители
11.	Дыхательные упражнения	Во время занятий	Воспитатели медсестра
12.	Динамические упражнения	По плану	Воспитатели, медсестра
13.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели

14.	Корригирующая гимнастика	По плану	Воспитатели, медсестра
<b>МУЗЫКАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.</b> Цель: сочетание педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями			
1.	Музыкальные народные игры с арттерапевтическим эффектом: игры и упражнения по развитию коммуникативных связей	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
2.	Музыкальные занятия с акцентом на эмоционально-психологическую коррекцию	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
3.	Бодрящая и корригирующая гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно после сна	Воспитатели, музыкальный руководитель, медработник
4.	Занятия с использованием методов музыкотерапии: вокалотерапии - разучивание и исполнение народных песен; драматерапии - инсценировки и драматизации, изучение и проведение народных календарных праздников и обрядов;	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель, медработник
5.	Музыкальные утренники и развлечения	1 раз в месяц	Воспитатели, музыкальный руководитель
<b>САНИТАРНО - ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА (С ДЕТЬМИ, СОТРУДНИКАМИ, РОДИТЕЛЯМИ)</b>			
Санитарно-просветительская работа с детьми. Цель: формирование у воспитанников представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья.			
1.	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	Воспитатели, медработник

2.	Интегрированные оздоровительные занятия.	По плану	Воспитатели,
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	Постоянно	Воспитатели, медработник
<p>Санитарно-просветительская работа с сотрудниками Цель: повышение компетентности сотрудников ДООУ в плане оздоровительной деятельности.</p>			
1.	Усилить санпросветработу среди воспитателей; по режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.	В течение года	Медсестра
2.	Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему: «Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	Ноябрь-декабрь	Медсестра, заведующая
3.	Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии	1 раз в кв-л	Воспитатели медсестра
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников д/с.	Постоянно	Старший воспитатель, медсестра
5.	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям - залог успешной работы по снижению заболеваемости».	В течении года	Старший воспитатель, медсестра
6.	Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления	1 раз в год	Старший воспитатель, медсестра
<p>Санитарно-просветительская работа с родителями Цель: реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.</p>			
1.	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	По плану	Воспитатели

2.	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану	Воспитатели
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	Постоянно	Воспитатели
<p><b>МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ</b></p> <p>Цель: отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.</p>			
1.	Усилить контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	Старший воспитатель, медсестра
2.	Усилить контроль за проведением утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	Старший воспитатель, медсестра
3.	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	Старший воспитатель, медсестра
4.	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	Ежедневно	Старший воспитатель, медсестра
5.	Контроль за проведением закаливающих процедур.	Ежедневно	Старший воспитатель, медсестра
6.	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	Старший воспитатель, медсестра

СТРУКТУРА УСОВЕРШЕНСТВОВАННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ 3 - 5 ЛЕТ

	Формы организации.	Особенности организации
1.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 6-8 минут.
1.2	Двигательная разминка.	Ежедневно во время большого перерыва между занятиями (с преобладанием статистических поз). Длительность 5-7 минут.
1.3	Физкультминутка.	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 2-4 минут.
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно, во время утренней прогулки, подгрупповые, подобранные с учетом уровня ДА детей. 15-20 минут.
1.5	Оздоровительный бег.	Два раза в неделю, подгруппой по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность - 3-4 минут
1.6	Индивидуальная работа по развитию движений.	Ежедневно, во время вечерней прогулки. Длительность- 10-14 минут.
1.7	Прогулки-походы.	Один раз в месяц, во время, отведенное для физкультурных занятий, организованных игр и упражнений. Длительность - 60-120 минут.
1.8	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами, дыхательной гимнастикой.	Ежедневно, в группах. Длительность - 3-5 мин.
1.9	Коррекционная ритмика	1 раза в неделю

2	Учебные занятия.	
2.1	По физической культуре.	Три раза в неделю (одно на улице) в первой половине дня. Длительность - 15 - 20 минут.
2.2	Музыкально-ритмическое	Один раз в месяц. Длительность - 15 - 20 минут.
2.3	"Познай себя"	Один раз в месяц. Длительность - 15 - 20 минут.
3	Самостоятельная двигательная деятельность	
3.1	Самостоятельная двигательная	Ежедневно, в помещении и на открытом воздухе. Длительность
	деятельность	зависит от индивидуальных особенностей детей.
4	Физкультурно-массовые занятия	
4.1	Дни здоровья	Три раза в год.
4.2	Физкультурный досуг.	Ежемесячно.
4.3	Спортивный праздник.	Два раза в год, на открытом воздухе.
5	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	
5.1	Домашние задания.	Определяются воспитателями
5.2	Физкультурные занятия детей совместно с родителями.	По желанию родителей.
5.3	Участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе детского сада.	Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, досугов, туристических походов, посещения открытых занятий.

СТРУКТУРА УСОВЕРШЕНСТВОВАННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

ДЕТЕЙ 5 - 7 ЛЕТ

	Формы организации.	Особенности организации
I	Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 7-10 минут.
1.2	Двигательная разминка.	Ежедневно во время большого перерыва между занятиями (с преобладанием статистических поз). Длительность 5 -7 минут.
1.3	Физкультминутка.	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 минут.
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, подгрупп, подобранных с учетом уровня ДА детей. 25-30 минут.
1.5	Оздоровительный бег.	Два раза в неделю, подгруппой по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность - 3-7 минут
1.6	Индивидуальная работа по развитию движений.	Ежедневно, во время вечерней прогулки. Длительность- 10-12 минут.
1.7	Прогулки-походы.	Один раз в месяц, во время, отведенное для физкультурных занятий, организованных игр и упражнений. Длительность - 60-120 минут.
1.8	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами, дыхательной гимнастикой.	Ежедневно, в группах и зале. Длительность - 5-7 мин.
1.9	Логоритмическая гимн-ка.	1 разв неделю, индивидуально (проводится логопедом).

2		Учебные занятия.
2.1	По физической культуре.	Три раза в неделю (одно на улице) в первой половине дня.
2.2	Музыкально-ритмическое	Длительность - 25-30 минут. Один раз в неделю.
2.3	"Познай себя"	Длительность - 25-30 минут. Один раз в месяц.
3	Самостоятельная двигательная деятельность	
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность.	Ежедневно, в помещении и на открытом воздухе. Длительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4	Физкультурно-массовые занятия	
4.1	Неделя здоровья. Физкультурный досуг.	Два раза в год.
4.2	Спортивный праздник.	Один раз в месяц.
4.3	Игры-соревнования между возрастными группами.	Два-три раза в год, на открытом воздухе.
5	Дополнительные виды занятий	
5.1	Занятия легкой атлетикой	1 раз в неделю. Длительность 25- 30 минут.
6	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	
6.1	Домашние задания.	Определяются воспитателями
6.2	Физкультурные занятия совместно с родителями.	По желанию родителей.
6.3	Участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе детского сада.	Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, досугов, туристических походов, посещения открытых занятий.



План мероприятий по снижению острой заболеваемости

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	Медсестра Старший воспитатель
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	Медсестра Старший воспитатель
3	Осуществление преемственности в работе детской поликлиники и ДООУ по подготовке и ведению детей в период адаптации к ДООУ. Проводить мероприятия по ослаблению адаптационного синдрома	При поступлении ребёнка в ДДУ и после пропусков (по болезни, отпуска и пр.)	Медсестра
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Медсестра Старший воспитатель
7	Выделить детей с группами риска (по анемии, по высокому инфекционному индексу, по бронхо-лёгочной патологии, по аллергическим заболеваниям, с дефицитом массы тела), проводить их динамическое наблюдение с выполнением индивидуального плана оздоровительных мероприятий и оценкой динамики процессов улучшения.	Постоянно.	Медсестра Старший воспитатель
8	Продолжить выделять группу ЧБД с составлением планов наблюдения для этих детей и оценкой эффективности оздоровления.	Постоянно.	Медсестра

9	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и ДОУ в реабилитации детей из групп риска, из группы ЧБД, с хронической патологией, с отклонениями в состоянии здоровья, после острых заболеваний (острая пневмония, кишечная инфекция, ангина).	Постоянно.	Медсестра
10	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья каждого ребёнка с выдачей рекомендаций по коррекции отклонений в состоянии здоровья на медико-педагогических совещаниях .	1 раз в 3 месяца.	Медсестра
11	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	Медсестра Старший воспитатель

СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Разделы и направления работы.	Формы работы.
1	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ.	Типовой режим дня по возрастным группам. Щадящий режим дня Скорректированный режим дня Оздоровительный режим дня Индивидуальный режим дня Коррекция учебной нагрузки
2	Психологическое сопровождение развития	Создание психологически комфортного климата в ДОУ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми Формирование основ коммуникативной деятельности у детей Диагностика и коррекция развития Психолого - медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период.
3	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: Регламентированная деятельность. Частично регламентированная деятельность. Нерегламентированная деятельность	Утренняя гимнастика Физкультминутки, физкультпаузы Динамические перемены Физкультурные занятия Физические упражнения после сна

		<p>Спортивные праздники</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Подвижные игры на воздухе и в помещении</p> <p>Оздоровительный бег на воздухе</p> <p>Спортивные досуги</p> <p>Дни здоровья</p> <p>Ритмическая пластика</p> <p>Подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья, двигательной активности детей.</p> <p>Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке.</p>
4	Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни.	<p>Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья в рамках программы "Основы безопасности жизнедеятельность"</p> <p>Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности</p> <p>Формирование основ безопасности жизнедеятельности</p>
5	Организация питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (группы с 10-ти часовым пребыванием)
6	<p>Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Профилактические мероприятия</li> <li>2. Коррекционные мероприятия.</li> <li>3. Общеукрепляющие мероприятия</li> </ol>	<p>Нетрадиционные дыхательные комплексы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Комплекс неспецифической профилактики ОРВИ и гриппа</li> <li>• Витаминопрофилактический комплекс</li> <li>• Профилактика сезонных обострений хронической патологии:</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ витаминoproфилактика и лекарственная</li> </ul>

		<p>профилактика сезонных обострений</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Закаливание естественными физическими факторами:<ul style="list-style-type: none"><li>- режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физической культуре, во время прогулок</li><li>- режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна</li><li>- местные и общие воздушные ванны</li><li>- свето - воздушные ванны и солнечные ванны в весенне - летний сезон, полоскание полости рта и горла водой комнатной температуры</li></ul></li><li>• Диспансеризация: 2 раза в год профилактические осмотры детей старших возрастных групп</li></ul>
--	--	---