

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №5 «Гнёздышко» Ярославского муниципального района
(МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР)

СОГЛАСОВАНА
Педагогическим советом
МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР

(Протокол от «27» января 2023г № 1)



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ №5

«Гнёздышко» ЯМР

О.Н. Катошина

«27» января 2023г

ПРОГРАММА МДОУ №5 «ГНЁЗДЫШКО» ЯМР «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»
НА 2023–2026 ГОДЫ

пос. Туношна – городок 26, 2023г

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Паспорт Программы	4-7
3. Основные принципы Программы	7
4. Основные направления Программы	7-28
5. Перечень основных мероприятий	28-31
6. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в системе здоровьесбережения	31
7. Взаимодействие с семьей	32-33
8. Мониторинг эффективности реализации Программы	33-35
9. Литература	35

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА: актуальность выбранного подхода в организации оздоровительной деятельности МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР

Роль здоровья в жизни человека трудно переоценить.

Право на охрану здоровья закреплено в основных *международных документах*:

- в Декларации прав ребенка (1959);
- в Конвенции ООН о правах ребенка (1989);
- во Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей (1990).

Кроме того, государством принят ряд *нормативно-правовых документов*, непосредственно направленных на совершенствование охраны здоровья и развития детей.

Задача педагогов состоит в том, чтобы организовать работу в ДОУ в соответствии с международными нормами права ребенка.

В дошкольном детстве соблюдение права на охрану здоровья имеет особое значение, т.к. согласно исследованиям специалистов, 75% болезней взрослых уходят корнями в детство. В связи с этим в современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является одной из самых острых и, как никогда ранее, актуальной.

Эта проблема актуальна и для нашего детского сада, т.к. в течение 3х лет заболеваемость у нас не снижается, а растёт:

	2020 г	2021г	2022г
Заболеваемость в %	2	6	9
Посещаемость в %	57	58	61

Результаты научных исследований свидетельствуют о том, что существует тенденция ухудшения здоровья, психического и физического развития детей. Так, по стране 5-7% дошкольников считаются здоровыми; до 25% страдают хроническими заболеваниями нервной, дыхательной, костно-мышечной, мочевой систем, а также аллергическими заболеваниями; свыше 60% имеют функциональные отклонения. Это нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения. Более 20% детей имеют дефицит массы тела, большинство детей дошкольного возраста имеют различные нарушения в психофизическом развитии.

Известно, что здоровье формируется под воздействием целого комплекса факторов. Оказывается, что на 20% здоровье зависит от генофонда, на 20% - от экологии, на 50% - от образа жизни и лишь на 10% - от медицинского обслуживания. Если на наследственность и окружающую среду мы пока не имеем возможности воздействовать, то необходимо обратить внимание на самый значимый компонент – образ жизни.

Главная задача персонала ДОУ и родителей заключается в том, чтобы выработать у детей разумное и осознанное отношение к своему организму, привить необходимые навыки, научить вести здоровый образ жизни с раннего детства.

Следовательно, чтобы сохранить и улучшить здоровье ребенка в один из самых ответственных периодов его жизни, необходима огромная, каждодневная работа в семье и ДОУ, чему и способствует наша программа «Здоровый малыш»

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ МДОУ №5 «ГНЁЗДЫШКО» ЯМР «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»

НА 2023–2026 ГОД

Наименование программы	Программа МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР (далее - ДОУ) «Здоровый малыш» на 2023–2026 годы
Разработчики программы	Рабочая группа в составе: — старший воспитатель, инструктор физкультуры Смирнова А.В. — педагог – психолог Разумова Ю.Н. — учитель – логопед Желтоножская А.Н. — музыкальный руководитель Яценко Н.В. — старшая медсестра Мищатина М.В.
Координаторы	Катошина Ольга Николаевна, заведующий МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР
Исполнители программы	Работники МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР
Нормативно-правовая и методическая база для разработки программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273 – ФЗ 2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО). 3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Минобрнауки от 30.08.2013г № 1014 4. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». 5. Санитарные правила СП 2.4.1.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» 6. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 14.03.2000 № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения». 7. Устав МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР
Срок реализации программы «Здоровый малыш»	4 года (с 2023 по 2026 год)
Основные этапы реализации программы «Здоровый малыш»	<p>Первый этап 2023г: провести первичную диагностику детей и проанализировать результаты, сформировать подгруппы детей для оздоровления в зависимости от состояния здоровья, подобрать или составить комплексы упражнений, вовлечь родителей для реализации цели, разработать документацию по программе «Здоровый малыш»</p> <p>Второй этап 2024 – 2025гг: реализация мероприятий, направленных на достижение результатов программы,</p>

	<p>промежуточный мониторинг реализации мероприятий программы, коррекция программы.</p> <p>Третий этап 2026г: итоговый мониторинг здоровья детей и реализации мероприятий программы, анализ динамики результатов, выявление проблем и путей их решения, ознакомление родителей определению перспектив дальнейшего развития. Подведение итогов и постановка новых стратегических задач развития</p>
Цели программы «Здоровый малыш»	<p>Стратегическая цель программы: сократить число часто болеющих и ослабленных детей</p> <p>Текущая цель программы: воспитать у детей желание быть здоровым, привычку вести здоровый образ жизни, сформировать механизм адаптации к простудным заболеваниям, помочь родителям в уходе за часто болеющими детьми, рассказать им о способах решения данной проблемы.</p>
Задачи программы «Здоровый малыш»	<p>1. Образовательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — рассказать детям о правилах ЗОЖ, как важно их соблюдать — сформировать осознанное отношение к своему здоровью — развивать умение заниматься физкультурой — научить простым приёмам точечного массажа и дыхательной гимнастики <p>2. Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — вызывать интерес к оздоровительным занятиям — воспитывать умение согласованно действовать в коллективе — создавать эмоционально – психологический комфорт, условия для развития физических качеств — воспитывать у детей и родителей потребность в здоровом образе жизни <p>3. Коррекционные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — сформировать умение правильно дышать, учитывать ритм и глубину дыхания — улучшить функции дыхания — тренировать правильное носовое дыхание — научить правильно дышать во время движения — улучшить подвижность грудной клетки, диафрагмы — укрепить мышцы лица, верхних и нижних конечностей — сформировать правильную осанку — развивать стопы, укреплять связочно – суставной аппарат — развивать физические качества: силу, выносливость, гибкость — совершенствовать внимание, выдержку, быстроту реакции, координацию движений, равновесие
Ожидаемые результаты	1. Образовательные:

<p>реализации программы «Здоровый малыш»</p>	<ul style="list-style-type: none"> — дети знают и соблюдают правила ЗОЖ, — сформировано осознанное отношение детей к своему здоровью — у детей развито умение заниматься физкультурой — дети научены простым приёмам точечного массажа и дыхательной гимнастики <p>2. Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — у детей есть заинтересованность в оздоровительных занятиях — дети умеют согласованно действовать в коллективе — создан эмоционально – психологический комфорт, условия для развития физических качеств — у детей и родителей воспитана потребность в здоровом образе жизни <p>3. Коррекционные:</p> <ul style="list-style-type: none"> — сформировано умение правильно дышать, учитывать ритм и глубину дыхания — улучшены функции дыхания — натренировано правильное носовое дыхание — дети научены правильно дышать во время движения — улучшена подвижность грудной клетки, диафрагмы — укреплены мышцы лица, верхних и нижних конечностей — сформирована правильную осанку — развиты стопы, укреплён связочно – суставной аппарат — развиты физические качества: сила, выносливость, гибкость — усовершенствовано внимание, выдержка, быстрота реакции, координация движений, равновесие
<p>Порядок управления реализацией программы «Здоровый малыш»</p>	<p>Текущее управление программой осуществляется администрацией ДОУ. Корректировка программы проводится заведующим МДОУ №5 «Гнёздышко» ЯМР Катошиной О.Н.</p>
<p>Порядок мониторинга реализации программы «Здоровый малыш»</p>	<p>Внутренний мониторинг осуществляется ежегодно в январе. Форма – аналитический отчет-справка о результатах реализации программы «Здоровый малыш». Ответственный – старший воспитатель ДОУ Смирнова А.В.</p>
<p>Ресурсное обеспечение реализации программы «Здоровый малыш»</p>	<p>1. Кадровые ресурсы. На данный момент 33,3% педагогам присвоена первая квалификационная категория, 33,3% – высшая.</p> <p>2. Материально-технические ресурсы: Помещения, необходимые для проведения коррекционной, оздоровительной и профилактической работы с детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> — физкультурно - музыкальный зал — кабинет учителя - логопеда — кабинет педагога - психолога — медицинский блок (медицинский кабинет и процедурный

	<p>кабинет)</p> <p>Оборудование для оздоровительных занятий:</p> <p>— стандартное оборудование: мячи резиновые среднего диаметра, массажеры для стоп, канат, скамья гимнастическая, кубики, доска ребристая, ленточки, обручи, кегли, гимнастические палки, мячи маленькие, фишки-ориентиры;</p> <p>— музыкальный центр и фонотека;</p> <p>нестандартное оборудование: массажные мячики, массажные коврики, дорожка из следов, дорожки «Здоровье», воздушные шарики, мыльные пузыри, листки бумажные, вата, мешочки с песком, вертушки</p>
--	--

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

2. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

3. Принцип комплектности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего воспитательно - образовательного процесса и всех видов деятельности.

4. Принцип личной ориентации и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

5. Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой психолого – педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

6. Принцип природосообразности – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого – педагогического знания о ребёнке, его физиологических и психологических особенностях; формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1. Профилактическое:

1.1. Обеспечение благоприятного течения адаптации и благоприятной эмоциональной обстановки;

1.2. Выполнение санитарно-гигиенического режима. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний;

1.3. Проведение обследований по скрининг – программе и выявление патологий;

1.4. Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами специфической профилактики;

2. Организационное:

- 2.1. Организация здоровьесберегающей среды в ДООУ;
- 2.2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики;
- 2.3. Составление индивидуальных планов оздоровления;
- 2.4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- 2.5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- 2.6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, медицинских кадров.

3. Оздоровительное:

- Закаливающие мероприятия.
- Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;

Рассмотрим **направления и содержание воспитательно – образовательной деятельности** более подробно.

Более благоприятное течение периода адаптации вновь прибывших детей обеспечивается через комплекс психолого-педагогических мероприятий:

- анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- ведение воспитателями адаптационных листов наблюдений за каждым ребенком;
- гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- использование специальных педагогических приемов (знакомство ребенка с жизнью в детском саду при помощи адаптационного альбома, организация фотовыставки «Моя семья», введение в групповую предметную среду любимых домашних игрушек детей и др.);
- создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон;
- психолого-педагогическое просвещение родителей (групповые, индивидуальные и стендовые консультации).

Комплекс психолого – педагогических мероприятий обеспечивают специалисты ДООУ:

- медсестра: изучает анамнез развития ребёнка, выявляет часто болеющих детей и детей с хроническими заболеваниями; на основании этого дает рекомендации педагогам по организации оздоровительной работ
- педагог – психолог: выявляет индивидуальные особенности поведения и эмоционально – волевой сферы
- учитель – дефектолог: изучает особенности развития психических процессов
- инструктор физкультуры: изучает особенности физического развития
- музыкальный руководитель: определяет уровень музыкального развития
- воспитатель: наблюдает за поведением ребёнка в повседневной жизни и игре

Итог обследования – это проведение ППК, на котором заведующий, медсестра, старший воспитатель, педагоги обсуждают диагностические данные по выявленным проблемам у детей, берут под контроль наиболее сложных детей, намечают дальнейший план индивидуальной работы.

Благоприятная эмоциональная обстановка в детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- диагностика эмоционального благополучия детей через наблюдение, анализ продуктивных видов деятельности детей, использование проективных методик;
- индивидуальные консультации психолога с воспитателями и родителями;
- индивидуальные беседы психолога с воспитанниками;
- обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;
- обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- создание ситуации успеха для каждого ребенка на образовательной и в свободной деятельности;
- формирование культуры общения детей;
- проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;
- рациональное применение «музыкотерапии» (используется при необходимости в ходе образовательной деятельности, при выполнении релаксационных упражнений, при укладывании детей на дневной сон и их пробуждении и др.), песочной терапии, сказкотерапии, причем с учетом индивидуальных предпочтений ребенка
- воссоздание домашней атмосферы в интерьере детского сада, при этом интерьер яркий, разнообразен. Он обеспечивает детям богатство сенсорных впечатлений. Выделены зоны для самостоятельной индивидуальной и исследовательской деятельности. Экспериментирование используется как средство развития личности. Для этого есть разнообразная предметная среда: мерные стаканы, нестандартные мерки, приборы, вода, глина, песок.

Санитарно-гигиенический режим выполняется через проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний:

- осуществлять проветривание помещения, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
- осуществлять кварцевание помещений группы согласно графику
- дважды в день проводить влажную уборку групповых помещений;
- не загромождать групповые и спальные помещения мебелью, коврами;
- для обеспечения естественного освещения помещений шторы на окнах должны быть укороченными;
- 2 раза в год необходимо выполнять сушку, выморозку постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял);
- 1 раз в год осуществлять чистку ковровых изделий (летом - стирка, зимой - чистка снегом);
- правильно осуществлять подбор и расстановку комнатных растений;
- своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;
- соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
- во время карантинных мероприятий строго придерживаемся санэпидрежима

Выявляются патологии у детей через проведение обследований по скрининг – программе:

№ этапа	Назначение этапа	Содержание этапа
1	Доврачебное обследование	— анкетный тест – опрос родителей — измерение артериального давления — оценка физического развития и физической подготовленности — оценка состояния опорно-двигательного аппарата
2	Осмотр врачом – педиатром	— комплексная оценка состояния здоровья детей — выявление детей с хронической патологией
3	Осмотр врачами специалистами	— диспансерное наблюдение в ДОО

Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний осуществляется методами специфической профилактики:

Цель специфической иммунопрофилактики - усилить или ослабить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Иммунитет за последнее столетие явно снизился. Об этом свидетельствует рост хронических воспалительных заболеваний. Вакцинопрофилактика стала ведущим методом борьбы с инфекционными заболеваниями. Активная профилактическая вакцинация детей должна проводиться в определенные периоды жизни (согласно Национальному календарю прививок) и быть направленной на выработку общего специфического иммунитета.

Формируем у детей представления о здоровом образе жизни:

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков.
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
- формирование элементарных представлений об окружающей среде.
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояния и ощущения.
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
- вести систематическую работу по ОБЖ. (Спецкурс «Познай себя»)

Расширено содержание работы по охране и укреплению жизни и здоровья детей, усилена самостоятельная двигательная активность детей, проводится работа по развитию основных мышц и формированию физических качеств ребенка, способности к двигательному творчеству, импровизации.

Данные задачи решаются в процессе организованных форм детской активности и самостоятельной деятельности детей в воздушной, закрытой, открытой, природной сферах организации их жизнедеятельности. Основная форма - организованные виды деятельности.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Необходимость воспитания физической культуры подчеркивают исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7–8% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 60% - от его образа жизни. В связи с этим актуально воспитание культуры здоровья уже в дошкольном детстве. Становление культуры человека обусловлено прежде всего процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.

Регулярно проводятся совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни здоровья», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Весёлые старты», в которых используется нетрадиционное спортивное оборудование.

С целью популяризации физкультуры и спорта, сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду организована кружковая деятельность по теме «Школа мяча».

Физическая культура здоровья дошкольника состоит **из трех компонентов:**

1. осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
2. знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
3. компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как:

- режимные моменты;
- тематическая образовательная деятельность познавательной направленности (1 раз в 2 месяца в младших, средних группах, 1 раз в месяц в старших и подготовительных);
- образовательная деятельность по физической культуре, ритмике;
- закаливающие процедуры после дневного сна;
- организацию и проведение дней Здоровья (1 раз в квартал)
- такие формы работы с родителями, как: тематические родительские собрания; совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения и т. п.); консультации специалистов - педиатра, педагога-психолога, учителя-логопеда, педагогов (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте ДОУ).

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

При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, развития физических качеств, воспитания

культурно-гигиенических навыков и привычек, развития интереса к физическим упражнениям и подвижным играм, интеграция речевых и физических упражнений.

В занятия включены элементы психогимнастики и изучение способов жизнедеятельности. Физические упражнения подбадривают детей, успокаивают их. Регулярные физические упражнения могут стать дополнительным способом снижения уровня стресса.

Реализация программы осуществляется на основе ведущей (игровой) деятельности детей, что соответствует также интересам дошкольников. Занятия не выступают в качестве преобладающей формы обучения; используются разнообразные интегрированные виды деятельности, обеспечивающие смену статических и динамических поз, чередование умственной и физической нагрузки.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия составляют режим двигательной активности:

Мероприятие	Что включает	Как часто проводить
Утренний прием на улице	Подвижные игры	Ежедневно
Утренняя гимнастика	Традиционный комплекс (типовой, сюжетный). Подвижные игры. Оздоровительные пробежки. Эмоционально-стимулирующая гимнастика	Ежедневно в зале или на воздухе
Динамические паузы	Игровые упражнения. Двигательные задания. Развитие мелкой и общей моторики	Ежедневно между занятиями
Физкультминутки	Пальчиковая гимнастика. Имитационные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Дыхательные упражнения	Ежедневно
Физкультурные занятия	Традиционные. Ритмическая пластика. Тематические. Интегрированные. Игровые (подвижные игры, спортивные игры). Соревнования	2 занятия в неделю – в зале, 1 занятие в неделю – на воздухе
Подвижные игры и физические упражнения	Подвижные игры. Спортивные упражнения и спортивные игры. Упражнения для индивидуальной работы. Подготовительные упражнения для новых основных движений. Катание на санках, скольжение	Ежедневно во время прогулки

Упражнения на развитие движений	Формирование осанки и стопы. Развитие мелкой моторики. Индивидуальные игры и упражнения. ЛФК	Ежедневно, с учетом рекомендаций специалистов
Упражнения после сна (игровой массаж А. Уманской)	Коррекционно-профилактические упражнения	Ежедневно
Пальчиковая гимнастика	Упражнения на развитие мелкой моторики. Пальчиковые игры	Ежедневно
Самостоятельная двигательная активность		Ежедневно
Физкультурные праздники, досуги	Спортивные игры. Игры-эстафеты. Соревнования	1 раз в месяц
Логопедическая ритмика	Специальные коррекционные занятия	Ежедневно
Дни здоровья	Тематические дни	1 раз в квартал

Особое внимание в процессе организации самостоятельной и досуговой деятельности уделяется использованию здоровьесберегающих технологий:

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ			
1. Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 20-30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор физкультуры, музыкальный руководитель
2. Динамические паузы (физкультминутки)	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	Воспитатели

		вида образовательной деятельности	
3. 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, инструктор физкультуры
4. Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, инструктор физкультуры, педагог-психолог
5. Игровой час во вторую половину дня	Для всех возрастных групп, в игровых зонах.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения	Все педагоги ДОУ
6. 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, учитель-логопед
7. 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

8. 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
9. Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	Воспитатели
10. Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, инструктор физкультуры
2. ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ			
11. Физическая культура (образовательная деятельность)	2 раза в неделю в физкультурном зале, 1 раз – на улице. Ранний возраст - в групповой комнате, не более 10 мин. Младший - 15 мин., средний - 20 мин., старший - 25 мин., подготовительный-30 мин.	Образовательная деятельность по физической культуре проводится в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед началом необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, инструктор физкультуры

12. Утренняя гимнастика	Ежедневно, в муз. и спортивном залах. Все возрастные группы.	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными группами и особенностями детей	Инструктор п физ-ре Воспитатели.
13. Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть занятия и целое занятие по познанию, начиная с младшей группы	Технологии Л.Ф.Тихомировой «Уроки здоровья», «Безопасность» Авдеева	Воспитатели.
14. Физкультурные праздники, досуги,	Проводятся 1 раз в квартал в муз. и спортивном залах, на прогулке, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие	Инструкт по физ-ре, муз.рук., воспит.
15.Веселые старты	Один раз в месяц во второй половине дня в физкультурном зале или в музыкальном, на прогулке, начиная со второй младшей группы	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме.	Воспитатели. Инструктор по физ-ре
16. СМИ (ситуативные малые игры)	Два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах, начиная с младшего дошкольного возраст.	Ролевая подражательная имитационная игра.	Воспитатели.
17. Игротренинги и игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Игра может быть организована незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, педагог-психолог
18. Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 2-5-10 мин со старшего возраста	Игровая деятельность строится по	Воспитатели, педагог-психолог

		определенной схеме и состоит из нескольких частей. В неё входят: беседа, этюды и пр. в равной степени подвижности, художественная деятельность (рисование, лепка)	
19. Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, ст. медсестра, инструктор физкультуры
20. Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, ст. медсестра, инструктор физкультуры
3. КОРРЕКЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ			
21. Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельно 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	Все педагоги
22. Сказкотерапия	по 15-30 мин. с младшего возраста	Данную технологию используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать	Воспитатели Педагог-психолог

		взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	
23. Технологии воздействия цветом (авторская программа по арттерапии)	Специальная образовательная деятельность 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, педагог-психолог
24. Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы состояются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся педагогом-психологом в игровой форме.	Воспитатели, педагог-психолог
25. Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в муз.зале, физ.зале, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Цель - фонематически грамотная речь без движений	Воспит., учитель-логопед, музыкальный руководитель
26. Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитат.,инструкт. по физ.культ

	занятия.		
--	----------	--	--

Применяемые педагогами нашего ДОО 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

В ДОО придерживаются стереотипно повторяющихся режимных моментов: времени приема пищи, сна, длительности пребывания детей на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические. Так, длительность дневного сна определяется индивидуальным проявлением структур головного мозга ребенка. Кому-то разрешается спать дольше, кому-то меньше. Но за этим процессом наблюдает медсестра, и длительность сна зависит не только от настроения и желания ребенка. Индивидуально подбираются умственная нагрузка и циклические упражнения. Организация режима зависит и от сезона. В теплое время года увеличивается время пребывания детей на воздухе, образовательная деятельность также проводится на участке. В режиме дня присутствуют элементы психоэмоциональной разгрузки. Режим варьируется также с учетом нестандартных ситуаций. Например, дети после дневного сна могут вставать позднее, по мере просыпания. Дети с расстройствами аутистического спектра не спят в тихий час, гуляют во время сна.

Одним из основных направлений оздоровления детей является использование комплекса закаливающих мероприятий.

Закаливание - это активный процесс, представляющий совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки.

Необходимо осуществлять единый подход к оздоровительно-закаливающей работе с детьми со стороны всего персонала ДОО и родителей.

Графики водных закаливающих процедур для разных возрастных групп

Процедура	Недели	Периодичность	Температура воды, °С	Время процедуры
Для групп дошкольного возраста от 3х до 5ти лет				
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	1–6	По утрам	30	30 секунд
	7–12		29	1 минута
	13–18		28	1,5 минуты
Обтирание влажным	5–18	После дневного	30 минус градус	От 30 секунд

Процедура	Недели	Периодичность	Температура воды, °С	Время процедуры
полотенцем		сна	каждую неделю до 20	до 1 минуты плюс растирание сухим полотенцем
Для группы дошкольного возраста от 5ти до 6ти лет				
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	1–6	По утрам	30	30 секунд
Обливание стоп с последующим растиранием сухим полотенцем	5–10	После дневного сна	30 минус градус каждую неделю	10–15 секунд обливание и 30 секунд растирание
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	7–12	По утрам	29	1 минута
Обливание стоп с последующим растиранием сухим полотенцем	11–18	После дневного сна	18 минус градус каждую неделю до 16	20 секунд обливание и 1 минута растирание
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	13–18	По утрам	28	1,5 минуты
Обтирание влажным полотенцем	5–18	После дневного сна	30 минус градус каждую неделю до 20	С 30 секунд до 1 минуты плюс растирание сухим полотенцем
Для группы дошкольного возраста от 6ти до 7ми лет				
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	1–6	По утрам	30	30 секунд
Обливание стоп с последующим растиранием сухим полотенцем	5–10	После дневного сна	30 минус градус каждую неделю	10–15 секунд обливание и 30 секунд растирание
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	7–12	По утрам	29	1 минута
Обливание стоп с последующим растиранием сухим полотенцем	11–18	После дневного сна	18 минус градус каждую неделю до 16	20 секунд обливание и 1 минута растирание
Мытье рук и лица холодной водой из-под крана	13–18	По утрам	28	1,5 минуты

Процедура	Недели	Периодичность	Температура воды, °С	Время процедуры
крана				
Обливание стоп с последующим растиранием сухим полотенцем	17–18	После дневного сна	18 минус градус каждую неделю до 16	20 секунд обливание и 1 минута растирание

Летом детям проводится закаливание природными средствами: солнцем, воздухом, водой. Физкультурные занятия, физкультурные досуги и развлечения, утренняя гимнастика проводятся на воздухе.

Ведущими методами эффективного закаливания в нашем ДОО являются:

- сон с доступом свежего воздуха (с открытыми фрамугами) в теплое время года,
- мытье прохладной водой рук,
- контрастное обливание ног (летом)
- контрастные температурные воздействия (контрастно-воздушные и воздушные ванны), которые способствуют развитию и совершенствованию системы физической терморегуляции, плохо функционирующей в первые годы жизни. Обязательным условием проведения воздушных ванн является температура воздуха в помещениях. Для детей дошкольного возраста температура воздуха должна находиться в диапазоне 18-20 градусов в зависимости от большей или меньшей двигательной активности детей и их числа;
- босохождение (летом), которое является эффективным закаливающим средством при условии постепенного его использования детьми;
- ходьба по «дорожкам здоровья»,
- циклические упражнения в облегченной, не стесняющей движений одежде, на занятиях и прогулках, обладающие хорошим закаливающим и оздоровительным эффектом;
- полоскание горла (с 2,5-3 лет) водой комнатной температуры.

Все профилактико-оздоровительные мероприятия проводятся в соответствии с годовым планом профилактико - оздоровительных мероприятий:

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с 4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
СЕНТЯБРЬ (ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД)			
Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика, носовое закаливающее дыхание	Фиточай из плодов шиповника в течение 10 дней	Дыхательная гимнастика, диафрагмальное дыхание
Закаливание после сна по схеме	Чесочно-луковые букетики в группах и	Профилактика нарушения осанки	Чесочно-луковые букетики в группах и

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
	спальнях в течение 10 дней	и плоскостопия	спальнях в течение 15 дней
Шагометрия для раннего выявления плоскостопия	Закаливание после сна по схеме	Закаливание после сна по схеме	Обследование по базовой скрининг-программе Закаливание после сна по схеме
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной программе
ОКТАБРЬ – НОЯБРЬ (ПЕРИОД ПОВЫШЕННОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ):			
Массаж биологически активной зоны (ушей)	Профилактика плоскостопия, нарушения осанки	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки
Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 15 дней	Прием растительных адаптогенов: элеутерококка по 1 капле на год жизни 1 раз в день в течение 10 дней	Растирание чесноком биологически активных точек лица, ладоней и рефлекторной зоны между большим и указательным пальцами тыльной поверхности кисти чесночной кашицей 2 раза в день в течение 10 дней	Прием растительных адаптогенов (элеутерококка по 1 капле на год жизни 1 раз в день в течение 10 дней)
		Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 20 дней	
Закаливание: воздушная местная ванна	Закаливание: воздушная местная ванна		

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
			поверхности кисти чесночной кашицей 2 раза в день в течение 10 дней
	Закаливание после сна по схеме	Закаливание после сна по схеме	Дозированная ходьба с диафрагмальным дыханием Закаливание после сна по схеме
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной про-грамме	Работа с ЧБД по индивидуальной программе
Ноябрь			
Дыхательная гимнастика	Профилактика нарушения осанки и плоскостопия	Гигиеническое мытье рук прохладной водой	Профилактика нарушения осанки и плоскостопия Респираторная дыхательная гимнастика в течение 10 дней
Закаливание после сна по схеме	Растирание ладоней и рефлекторной зоны между большим и указательным пальцами тыльной поверхности кисти чесночной кашицей 2 раза в день в течение 10 дней	Самомассаж десен и языка	Самомассаж с помощью пластиковых бутылок
	Ходьба по «Дорожке здоровья»	Упражнения для профилактики нарушения остроты зрения	Упражнения для профилактики нарушения остроты зрения
	Закаливание после сна по схеме	Закаливание после сна по схеме	Ходьба по «Дорожке здоровья» и

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
			дозированная ходьба
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Закаливание после сна по схеме Работа с ЧБД по индивидуальной программе
ДЕКАБРЬ (ПЕРИОД РЕАБИЛИТАЦИИ И ПОДГОТОВКИ К ПЕРИОДУ ГРИППА)			
«Зайкин массаж» Растирание ладоней чесночной кашицей 2 раза в день в течение 10 дней	Дыхательная, звуковая гимнастика	Самомассаж с помощью пластиковых бутылок	Дыхательная гимнастика по Толкачеву
Закаливание после сна по схеме	Массаж биологически активных точек по Уманской	Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 15 дней	Массаж биологически активных точек по Уманской
	Закаливание после сна по схеме	Дозированная ходьба по схеме	Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 20 дней
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Самомассаж десен и языка Закаливание после сна по схеме Работа с ЧБД по индивидуальной программе
Январь			
Массаж биологически активной зоны (ушей)	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки	Массаж биологически активной зоны (ушей)	Профилактика нарушения остроты зрения

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
<p>Закаливание: влажное местное обтирание</p>	<p>Массаж биологически активной зоны (ушей)</p> <p>Дыхательная гимнастика, направленная на дренаж бронхов</p>	<p>Дыхательная гимнастика, диафрагмальное дыхание</p> <p>Дозированная ходьба по схеме</p> <p>Закаливание после сна по схеме</p>	<p>Массаж биологически активной зоны (ушей)</p> <p>Дыхательная гимнастика, направленная на дренаж бронхов</p>
	<p>Закаливание после сна по схеме</p> <p>Работа с ЧБД по индивидуальной программе</p>	<p>Работа с ЧБД по индивидуальной программе</p>	<p>Дозированная ходьба по схеме</p> <p>Закаливание после сна по схеме</p> <p>Работа с ЧБД по индивидуальной программе</p>
Февраль			
<p>Дыхательная гимнастика</p>	<p>Профилактика нарушения осанки и плоскостопия</p>	<p>Дыхательная гимнастика, диафрагмальное дыхание</p>	<p>Профилактика нарушения осанки и плоскостопия</p>
<p>Чесночно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 20 дней Закаливание после сна по схеме</p>	<p>Растирание ладоней и рефлекторной зоны между большим и указательным пальцами тыльной поверхности кисти чесночной кашицей 2 раза в день в течение 10 дней</p>	<p>Курс поливитаминов с микроэлементами по 1 драже в день, в течение 10 дней</p>	<p>Самомассаж лица для профилактики ринитов, синуситов, гайморитов</p>
<p>Работа с ЧБД по</p>	<p>Закаливание после</p>	<p>Массаж</p>	<p>Чесночно-луковые</p>

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
индивидуальной программе	сна по схеме	биологически активных точек по Уманской	букетики в группах и спальнях в
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 20 дней	Закаливание после сна по схеме
		Закаливание после сна по схеме	Работа с ЧБД по индивидуальной программе
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Закаливание после сна по схеме
Март			
Массаж биологически активных точек по Уманской	Дыхательная гимнастика	Массаж стоп	Профилактика стоматологических заболеваний: отработка умения чистить зубы, полоскать рот после каждого приема пищи
Растирание ладоней чесночной кашицей 2 раза в день в течение 15 дней	Закаливание после сна по схеме	Закаливание после сна по схеме	Растирание ладоней чесночной кашицей 2 раза в день в течение 10 дней
Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Работа с ЧБД по индивидуальной про-грамме	Дозированная ходьба по схеме
			Закаливание после сна по схеме
			Работа с ЧБД по индивидуальной программе
АПРЕЛЬ – МАЙ (ПЕРИОД ПОВЫШЕННОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ)			

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
Дыхательная гимнастика	Профилактика плоскостопия, нарушения осанки	Дыхательная звуковая гимнастика Ходьба по «Дорожке здоровья»	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки Самомассаж лица по Толкачеву
Закаливание после сна по схеме	Массаж биологически активных точек по Уманской	Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 20 дней	Чесочно-луковые букетики в группах и спальнях в течение 15 дней
Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Дыхательная гимнастика, направленная на дренаж бронхов	Закаливание после сна по схеме	Профилактика стоматологических заболеваний: отработка умения чистить зубы, полоскать рот после каждого приема пищи
	Закаливание после сна по схеме	Работа с ЧБД по индивидуальной программе	Дыхательная гимнастика, направленная на дренаж бронхов
	Работа с ЧБД по индивидуальной программе		Закаливание после сна по схеме
			Работа с ЧБД по индивидуальной программе
Май			
Массаж биологически активной зоны (ушей)	Профилактика нарушения осанки и плоскостопия	Дыхательная гимнастика, диафрагмальное дыхание	Профилактика нарушения осанки и плоскостопия
Закаливание: общая воздушная ванна	Сквозное регулярное проветривание в группах в отсутствие	Закаливание по схеме	Гигиеническое мытье рук прохладной водой

В группах раннего возраста (с 1,5 до 3х лет)	В дошкольных группах (с 3х до 4х лет)	В дошкольных группах (с4х до 5ти лет)	В дошкольных группах (с 5ти до 7ми лет)
Работа с ЧБД по индивидуальной программе	детей		
	Массаж биологически активной зоны (ушей)	Растирание подошвы ладонями, подушечками пальцев, краем ладони, пальцами, сложенными в кулак до хорошего согревания	Массаж биологически активной зоны (ушей)
	Закаливание после сна по схеме	Дозированная ходьба по схеме	Дозированная ходьба по схеме
		Работа с ЧБД по индивидуальной про-грамме	Закаливание после сна по схеме Работа с ЧБД по индивидуальной программе

ИЮНЬ – АВГУСТ: ЛЕТНЯЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Профилактико-оздоровительные мероприятия проводятся в соответствии с планом летней оздоровительной работы:

- использование естественных сил природы
- физическая культура на свежем воздухе
- пальчиковая гимнастика
- дыхательная гимнастика
- комплексное закаливание
- игровой массаж, самомассаж

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ НАПРАВЛЕНИЙ ПРОГРАММЫ:

№ п/п	мероприятия	Ответственные за выполнение
1. Техническое и кадровое обеспечение		
1.1	Приобретение необходимого оборудования: - медицинского (фильтры для очистки воды на группы) - технического (электроводонагреватели по группам) - спортивного (малые тренажёры, мячи, сухой бассейн)	Завхоз
1.2	Контроль и осуществление ремонта:	Завхоз

	<ul style="list-style-type: none"> - групп - игровых площадок - музыкально – спортивного зала – спортивного оборудования на игровых площадках 	
1.3	<p>Пополнение среды нестандартными пособиями</p> <ul style="list-style-type: none"> - чудо-коврики - тренажёры 	Завхоз
1.4	<p>Оснащение дополнительных услуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - музыкальной направленности «Маленькие звёздочки» - спортивной направленности «Школа мяча» 	Старший воспитатель
1.5	Открытие клуба «Здоровья» для педагогов	Инструктор физкультуры
1.6	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ОТ при организации воспитательно - образовательного процесса и свободного времени, выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ)	Старший воспитатель
2. Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение		
2.1	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнение оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей	Старший воспитатель
2.2	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик.	Старший воспитатель
2.3	<p>Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ароматотерапия. - эмоционально-стимулирующая гимнастика. - спецзакаливание А. Уманской. - сказкотерапия 	Старший воспитатель
2.4	Утверждение плана работы по ОБЖ (сентябрь), разработка планов-конспектов по разделу ОБЖ.	Старший воспитатель
2.5	Разработка циклов лекций и рекомендаций для педагогов и родителей по оздоровлению детей в ДОУ и в домашних условиях.	Старший воспитатель
2.6	Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода у вновь поступающих детей, после пропусков по болезни, отпуска родителей.	воспитатели
2.7	Укрепления психофизического здоровья детей.	Педагог - психолог
2.8	Создание системы мониторинга коррекционного воспитания и обучения.	Старший воспитатель
2.9	Повышение приоритета здорового образа жизни, профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья дошкольников.	Старший воспитатель
2.10	Контроль в рамках недели безопасности: организация обучения детей правилам дорожного движения, правил ПБ, правил поведения	Старший воспитатель

2.11	Проведение упорядочения образовательной нагрузки и активного отдыха детей (сокращение количества коллективных занятий, введение дней радости, каникул, гибкий график занятий и т.д.)	Старший воспитатель
2.12	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей. (Кодекс чести педагога)	воспитатели
2.13	Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды в ДОУ, внедрение новых эффективных моделей	воспитатели
2.14	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск информационных листов, проведение цикла лекций, консультаций)	Старший воспитатель
2.15	Осуществление тесного контакта с медико-психолого-педагогическими, социальными и культурными службами города (Центр «Развитие», ЯГПУ имени К.Д.Ушинского, библиотека Туношёнского поселения, областной лечебно-физкультурный диспансер)	заведующий
2.16	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей	педагоги
3.	Медико-санитарное сопровождение образовательного процесса в ДОУ и контроль	
3.1	<ul style="list-style-type: none"> — Систематический анализ здоровья детей с целью последующей медико-психолого-педагогической коррекции — Разработка и осуществление на основе данных о заболеваемости детей комплекса мер, направленных на улучшение здоровья детей. — Медицинский контроль за условиями воспитания и обучения, своевременное выявление нарушений здоровья воспитанников. — Контроль за санитарным состоянием помещений — Контроль за выполнением оздоровительных мероприятий: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, закаливающий процедуры — Контроль за выполнением профилактико - оздоровительных мероприятий (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями) — Контроль за организацией рационального питания (четырёхразовый и пятиразовый 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) — Контроль за соблюдением противоэпидемиологического режима. — Подбор и расстановка мебели 	Старшая медицинская сестра

	<ul style="list-style-type: none"> — Соблюдение учебной нагрузки. — Соблюдение личной гигиены работниками ДОУ. — Медосмотр сотрудников — Уровень освещения помещений 	
4.	Работа с воспитанниками ДОУ	
4.1	<ul style="list-style-type: none"> — Проведение «Недели здоровья» — Курс специальных коррекционных занятий «Познай себя» Выставки детских работ по тематике ОБЖ. <ul style="list-style-type: none"> — Выставки совместных работ и родителей по тематике БЖ согласно плану 	воспитатели
5	Работа с родителями	
5.1	<ul style="list-style-type: none"> — Выпуск информационных бюллетеней и буклетов — Информирование родителей о работе ДОУ через сайт — Родительские консультационные дни педагогом-психологом, учителем-логопедом, учителем-дефектологом согласно плану 	Педагоги

6. СИСТЕМА МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПОВЫШЕНИЮ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПЕДАГОГОВ В СИСТЕМЕ ЗДОРОВЬЕЗБЕРЕЖЕНИЯ

В нашем детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие педагогов. 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 физиотерапевтическое оборудование, зал оснащен спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении, передвижная сенсорная комната, спортивное оборудование на прогулочных площадках для каждой группы

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

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.

Данная деятельность осуществляется в соответствии с программой развития ДОУ.

7. 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 закалывающих 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 закалывания 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:**

1. Просветительское

2. Культурно - досуговое

3. Психофизическое

Просветительское направление:

— наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы, официальный сайт учреждения, официальная группа в социальных сетях)

— собеседование (сбор информации)

— анкетирование, тесты, опросы

— беседы

— встречи со специалистами

— бюллетени (закалывание и оздоровление ребенка в домашних условиях)

- индивидуальные консультации по возникшим вопросам
- 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 часто болеющими детьми
- открытые занятия педагога – психолога с часто болеющими 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.

8. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

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

Эффективность работы

В оценке эффективности проведенных оздоровительных, профилактических мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости каждого ребенка в течение года оздоровления в сравнении с заболеваемостью за предшествующий выздоровлению год.

Кроме того, эффективность оздоровления детей оценивается по следующим показателям:

- Положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- 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);

— Количество детей с положительными результатами эмоционального развития и речевого развития

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки мониторинговых исследований	Ответственные
1. Физическое развитие воспитанников	Физическое развитие детей, соответствие норме	Коэффициент выносливости (показатель состояния ССС) Индекс Пинье (показатель пропорциональности физического развития)	1 раз в квартал	Старшая медсестра, старший воспитатель
	Владение своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту	наблюдение	1 раз в квартал	Старший воспитатель
	хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения	наблюдение	1 раз в квартал	Старший воспитатель
	уверенно владеет ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности	наблюдение	1 раз в квартал	Старший воспитатель
	сформирована привычка к здоровому образу жизни	наблюдение	1 раз в квартал	Старший воспитатель

2. Состояние здоровья и эмоциональное благополучие детей в детском саду	Уровень адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ Отношение детей к детскому саду	Адаптационный лист Проективная методика «Мой детский сад» (дети старших - подготовительных групп, по выборке)	1 раз в квартал	Воспитатели мл. групп Педагог-психолог
	Посещаемость	Табель посещаемости, посещаемость в %	1 раз в квартал	Старшая медицинская сестра
	заболеваемость	Табель посещаемости, заболеваемость в %	1 раз в квартал	Старшая медицинская сестра
	Результаты профилактических осмотров	Данные антропометрии и осмотра специалистов	1 раз в квартал	Старшая медицинская сестра
	Эффективность оздоровления часто болеющих детей	Профилактический осмотр детей	1 раз в квартал	Врач-педиатр Медсестра

9. ЛИТЕРАТУРА:

1. Авдеева Н.А., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. «Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста». – С-Пб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002
2. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник». – М: АРКТИ, 2001.
3. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». – С-Пб, 2000
4. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам». – Москва «Владос», 2004
5. Гончарук Г.Н. «Игровая физкультура». – СПб, 2000.
6. Ефименко Н.Н. «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». – М., 1999.
7. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления». – М: ЛИНКА – ПРЕСС, 2000.
8. Кузнецова В.М. «В поиске ради здоровья». – Мурманск, 1996.
9. Л.М.Щипицина, О.В.Защиринская, А.П.Воронова, Т.А.Нилова «Азбука общения» (СПб: 2003).
10. Логвина Г.Б., Шебеко В.Н., Шишкина В.А. «Диагностика и коррекция физического состояния детей дошкольного возраста». – Минск, 1996.
11. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг». – С-Пб «Речь», 2005
12. Чистякова М.И. «Психогимнастика». – Москва «Просвещение», 1995

13. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М: Владос, 1999.
14. Белая К.Ю., Зимонина В.Н. Как обеспечить безопасность дошкольников. М.,2000.
15. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет..М.,2006.
16. Галанов А.С. Игры, которые лечат. М.,2001.
17. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.ю,2004.
18. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6,6-7 лет. М.,2005.
19. Кудрявцев В.Т,Егоров Б.В. Развивающая педагогика оздоровления/ Программно-методическое пособие. М.,2002.
20. Леонов Е.В. Морма М.В. Дыхательная гимнастика. Двигательная разминка в кругу. // Психология в детском саду. 2001.,№1-2.
21. Мартынов С.М. Нетрадиционные методы реабилитации часто болеющих детей.М.,2002.
22. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.М.,2000.
23. Специальная дошкольная педагогика /Под ред. Е.А.Стребловой. М.,2002.
24. Чистякова М.И. Психогимнастика. М.,1995