

муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»
Юридический адрес: 400051, г. Волгоград, ул. им. Копецкого, 8
тел.: (8442) 63-24-78; факс: (8442) 63-24-78

dou135@volgadmin.ru

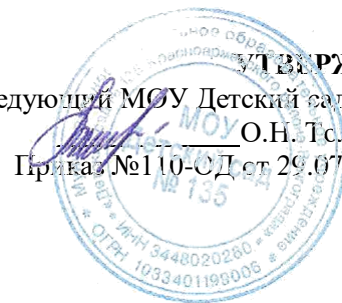
ИНН 3448020260\ КПП 344801001 ОГРН 1033401199006

ПРИНЯТО

решением педагогического совета
МОУ Детский сад 135
29.07.2022г. протокол № 1

С учетом мнения
Родительского комитета
Протокол заседания
от 29.07.2022г. № 1

ТВЕРЖДАЮ
заведующий МОУ Детский сад № 135
О.Н. Толстенко
Приказ №110-СД от 29.07.2022 г.



Программа

«ЗДОРОВЬЕ»

в МОУ «Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда»

Волгоград, 2022 г.

Содержание

Паспорт программы.....	3
Пояснительная записка.....	5
Аналитическое обоснование программы	7
1.1. Анализ оздоровительного процесса в ДОУ.....	7
1.2. Анализ физкультурно-оздоровительного процесса	9
1.3. Анализ ресурсного обеспечения программы.....	9
1.4. Материально – технические условия программы	10
1.5.Кадровое обеспечение.....	10
2. Концептуальные подходы к построению программы.....	11
2.1. Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования	12
3. Современные оздоровительные и здоровьесберегающие технологии	13
4. План санитарных мероприятий	15
5. Комплексный план оздоровительных и профилактических мероприятий.....	17
6. Мониторинг эффективности реализации программы «Здоровья»	20
Литература	21

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Здоровье» на 2022 - 2023 гг. муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 135 Красноармейского района Волгограда» Юридический адрес: 400051, г. Волгоград, ул. им. Копецкого, 8
Дата принятия решения о разработке Программы, дата ее утверждения	Педагогический совет от 19.07.22 г
Основание для разработки Программы	Повышение физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по формированию здорового образа жизни дошкольников
Цель Программы	Развитие в образовательном учреждении Организационно-педагогических, материально-технических, санитарно -гигиенических и других условий здоровьесбережения, охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья
Задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> - внедрить в образовательный процесс здоровьесберегающие технологии; - способствовать формированию оптимальных комфортных условий для всех участников образовательного процесса, направленных на здоровьесбережение; - создать условия для материально-технического, информационного обеспечения агитационной работы по приобщению к здоровому образу жизни; - содействовать формированию устойчивой мотивации здоровой жизнедеятельности; - формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностей организма дошкольников; - внедрение образовательных программ, инновационных технологий, направленных на сохранение здоровья воспитанников, на обучение их здоровому образу жизни; - объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы; - повысить функциональные и адаптационные возможности организма за счет внедрения здоровьесберегающих технологий.

Важнейшие целевые индикаторы Программы	<ol style="list-style-type: none">1. Выполнение режима дня с включением в него здоровые берегающих технологий.2. Показатели заболеваемости (снижение количества дней пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях).3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровье сбережению.4. Рабочие материалы по контролю: диагностические карты, опросники, анкеты, циклограммы
---	--

Сроки реализации	Программа рассчитана на 2022 - 2023 гг.
Ожидаемые конечные результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса. 2. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей. 3. Стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи. 4. Совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку
Управление программой и осуществление контроля за ее реализацией	Педагогический совет МОУ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из

первоочередных задач, стоящих перед обществом. Причин роста патологии множество. Это плохая экология и несбалансированное питание, снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки.

Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны. Реально оказать влияние на здоровье в условиях МОУ 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». 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 МОУ;
- организация деятельности МОУ, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение здоровьесберегающих технологий,
- способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития МОУ.

Цель: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей. В соответствии с целью, коллективом были определены следующие задачи:

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

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 медицинского работника МОУ.
- 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 важнейших, 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 МБДОУ 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 МОУ 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 МОУ.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление 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, определены следующие особенности организации деятельности МОУ:

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.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и ежедневные прогулки, самомассаж, упражнения на релаксации 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 МБДОУ.

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 МОУ Детский сад №135 создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста. Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (применение чесночных бус, употребление свежего и репчатого лука и др.);

- 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:

1) рациональный режим жизни;

2) двигательная активность во время образовательного цикла (физкультминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры, игровые и динамические часы, музыкотерапия в режимных моментах);

3) комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, воздушные ванны, полоскание полости рта после употребления пищи);

4) работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;

5) использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, ритмические упражнения и др.);

б) режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- медицинской сестрой;

- воспитателями;

- инструктором по физической культуре.

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

Цель мониторинга: выявление уровня здоровья детей и физических возможностей .

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов МОУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;

- адаптации детей к МОУ (педагогическое отслеживание);

- общее физическое развитие детей;

- уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа медицинской сестры включает в себя составление:

- индивидуальная карта здоровья ребенка;

- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм.

1.2. Анализ физкультурно-оздоровительной работы

Физкультурно-оздоровительная работа в МОУ 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: динамические паузы между образовательной деятельностью, игровой час во вторую половину дня ежедневно. Подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», «Игровые и динамические часы», спортивные праздники, физкультурные досуги и развлечения, индивидуальная работа с детьми .

3 блок.

Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности. С этой целью в ДОУ имеется музыкально-спортивный зал. На территории детского сада оборудована спортивная площадка, в каждой группе имеются физкультурные уголки.

В МБДОУ проводится индивидуальное обследование по усвоению образовательной области «Физическая культура», которое включает в себя обследование физических качеств и двигательных способностей (быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости, равновесия) у всех детей МОУ. По результатам обследования составляется план индивидуальной работы с детьми, которые показали низкий результат по какому - либо виду основных движений. Эта работа проводится как на ООД по физической культуре, так и во время свободной деятельности детей в группе и на прогулке. Следовательно, рационально организованная двигательная активность, использование различных средств физического воспитания с учетом индивидуального подхода способствовало повышению положительной динамики у детей улучшения показателей физической подготовленности.

Данные по физической подготовленности формируются к 25 мая.

1.3. Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на основе рекомендаций Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования "Детство" Т. И. Бабаевой, А. Г. Гогоберидзе, З. А. Михайловой и др. (СПб.: ООО "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2017).

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом МБДОУ. В основе данного планирования лежит учебно - методический комплект К.Ю. Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников», 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 МОУ, 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

В МОУ есть медицинский кабинет. 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 .

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей. В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке 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 программы

медицинская сестра – 1 – штатных единицы (реализация программ по согласованию)

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы:

старший воспитатель – 1;

музыкальный руководитель - 1;

воспитатели – 12.

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровья», 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»

Растить здоровых детей – наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи.

ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ:

Развитие в образовательном учреждении организационно-педагогических, материально-технических, санитарно -гигиенических и других условий здоровьесбережения, охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья.

ЗАДАЧИ:

- внедрить в образовательный процесс здоровьесберегающие технологии;
- способствовать формированию оптимальных комфортных условий для всех участников образовательного процесса, направленных на здоровьесбережение;
- создать условия для материально-технического, информационного обеспечения агитационной работы по приобщению к здоровому образу жизни;
- содействовать формированию устойчивой мотивации здоровой жизнедеятельности;
- формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностей организма дошкольников;
- внедрение образовательных программ, инновационных технологий, направленных на сохранение здоровья воспитанников, на обучение их здоровому образу жизни;
- объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы;
- повысить функциональные и адаптационные возможности организма за счет внедрения здоровьесберегающих технологий.

Программа рассчитана на 2020-2022 годы.

Предполагаемый результат:

1. Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
2. Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.
3. Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и МБДОУ.
4. Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

Планируемый конечный результат:

1. Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.

2. Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.

3. 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 МОУ (вариативность форм оказания дошкольных образовательных услуг).
- Открытость системы дошкольного образования социальной среде, взаимодействие ее с другими социальными институтами детства.
- Инновационная деятельность МОУ.
- Реализация приоритетного направления деятельности детского сада.
- Использование валеологической поддержки образовательного процесса в МОУ.
- Коэффициент посещаемости МОУ.

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

- оценка деятельности МОУ при помощи анкетирования родительской общественности;
- самоанализа деятельности МОУ 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 МОУ.

Система методической работы по повышению компетентности педагогов

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 образа жизни;
- оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

3. СОВРЕМЕННЫЕ ОЗДРАВЛИВАЮЩИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПЛАНИРУЕМЫЕ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В СВОЕЙ РАБОТЕ ПЕДАГОГАМИ

Виды здоровьесберегающих педагогических технологии	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
1. Динамические паузы Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления.	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	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.	Воспитатели
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
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 МОУ
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
7. Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в	Рекомендуется использовать наглядный материал,	Все педагоги

	любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	показ педагога	
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 МБДОУ	Воспитатели
10. Гимнастика корректирующая	В различных формах Физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели
11. Гимнастика ортопедическая	В различных формах Физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
12. Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в музыкально-спортивном. Ранний возраст в групповой комнате- 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст – 20-25 мин.,	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели

	старший возраст - 25-30 мин		
13. Игротренинги и игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от поставленных задач	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели
14. 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
15. Сказкотерапия	2-4 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	Воспитатели

4. ПЛАН САНИТАРНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

№ п/п	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 Заведующий МОУ
3	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий	Во время инфекционных заболеваний	Медсестра Заведующий МОУ

4	Качественное проведение сезонной неспецифической иммунокорректирующей профилактики гриппа и ОРЗ по соответствующим схемам с использованием адаптогенов растительного происхождения, витаминов.	С октября по февраль	Медсестра, врач-педиатр
5	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и МБДОУ	Постоянно	Медсестра, врач-педиатр
6	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья воспитанников на медико-педагогических совещаниях	1 раз в 3 месяца	Медсестра
7	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно	Медсестра, врач-педиатр, Заведующий МОУ

5. КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ НА ОСНОВЕ ИНТЕГРАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ

№ п/п	мероприятия	срок	ответственный
1	Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах.	Ежедневно	воспитатели, пом.воспитатели
2	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна для дыхательной и пищеварительной системы.	Ежедневно	Воспитатели
3	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания	Ежедневно	Воспитатели
4	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах	Ежедневно	Воспитатели
5	Игры с водой с целью закаливания во 2-й мл.и средней группах	Ежедневно	Воспитатели
6	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели, пом. воспитателя

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.

Фрукты ли фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Весна, осень	Медсестра, повара
Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию	Согласно меню и карт раскладок	Медсестра, повара
Витаминация 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.

№ п/п	мероприятия	срок	ответственный
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 На прогулке и в свободное время	Воспитатели, муз.рук
3	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры	1 раз в месяц	Воспитатели,
4	Интегрированные оздоровительные занятия	Ежедневно	Воспитатели, муз. Рук.
5	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности:	Ежедневно	Воспитатели,

	- гимнастика для глаз; - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; - физкультминутки		муз. рук
6	Оздоровительный досуг	1 раз в месяц	Воспитатели, муз. рук
7	Спортивные праздники	2 раза в год	Воспитатели, муз. рук
8	Дыхательные упражнения	Во время образовательной деятельности	Воспитатели,
9	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время Занятий по физкультуре	воспитатели

Санитарно- просветительская работа (с детьми, сотрудниками, родителями)

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

Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	Специалисты
Интегрированные оздоровительные занятия	По плану	Специалисты
Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	Постоянно	Специалисты

Санитарно-просветительская работа с сотрудниками.

Цель: повышение компетентности сотрудников МБДОУ в плане оздоровительной деятельности.

№ п/п	мероприятия	срок	ответственный
1	Усилить санпросветработу среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; 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	Заведующий

3	Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии	1 раз в квартал	Воспитатели медсестра
4	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников детского сада	Постоянно	Медсестра
5	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости»	В течение года	Медсестра Заведующий
6	Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления	1 раз в год	Заведующий Педагоги

Санитарно-просветительская работа с родителями.

Цель: реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей

Цель: повышение компетентности сотрудников МОУ в плане оздоровительной деятельности.

№ п/п	мероприятия	срок	ответственный
1	Усилить контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей	Ежедневно	Медсестра, заведующий
2	Усилить контроль за проведением утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	Ст. воспитатель
3	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	Заведующий, Медсестра, ст. воспитатель
4	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осеннее- зимний сезон	Ежедневно	Заведующий, ст. воспитатель
5	Контроль за проведением закаливающих процедур	Ежедневно	Медсестра, ст. воспитатель
6	Контроль за соблюдением Санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	Заведующий, Медсестра,

6. МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

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

Эффективность работы

В оценке эффективности проведенных физкультурно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости детей в течение года в

сравнении с заболеваемостью за предшествующий год. 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 МБДОУ, пропущенных одним ребенком за год;
- При нормализации показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия).

Перечень комплексных программ:

Основная образовательная программа дошкольного образования «Детство»

Образовательная программа дошкольного образования разработанная на основе государственного образовательного стандарта дошкольного образования МОУ № 135.

Перечень технологий и пособий:

- «Формирование основ безопасности» - 2-7 лет К.Ю. Белая МОЗАИКА СИНТЕЗ 2015г.
- «Циклы игровых комплексов с детьми 2-4 лет в адаптационный период» О.Е. Белая Волгоград Изд. Учитель 2012г.
- «Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения с детьми с 3-7 лет» Т.Ф. Саулина «Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- Игры с разрезными картами по освоению опыта здоровьесбережения (средняя группа) Н.Н.Гладышева Н.В.Шилова «Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- «Физическая культура в детском саду с детьми» по возрастам Л.И. Пензулаева «Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений с детьми 3-7 лет Л.И. Пензулаева «Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- Сборник подвижных игр с детьми 2-7 лет Э.Я. Степанова Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- Малоподвижные игры и игровые упражнения с детьми с 3-7 лет М.М. Борисова Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- Игры-занятия на прогулке с малышами с детьми 2-4 лет С.Н. Теплюк Мозаика-Синтез» Москва, 2016
- Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения / авт.-сост. О.А.Арсеневская. – Волгоград: Учитель, 2012

