

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 376
Тракторозаводского района Волгограда»**
400033, Волгоград, ул. им. Николая Отрады, 3,
тел./факс (8442) 79-40-17, e-mail: dou376@volgadmin.ru
ОГРН 1023402458144 ИНН/КПП 3441014570/3441011001

Согласовано:

Рассмотрен и рекомендован
к утверждению
Педагогическим советом МОУ Детского сада № 376
Протокол № 3 от «30» 05 2025г.

С учетом мнения совета родителей
Протокол № 2 от «30» 05 2025г.

Утверждаю:

Заведующий

МОУ «Детский сад № 376
Тракторозаводского района Волгограда»
Е.С. Золотарёва
Приказ № 15 от «30» 05 2025г.



**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЯ
«В СТРАНЕ ЗДОРОВЯЧКОВ, ИЛИ СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ»
В рамках реализации
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ «ДЕТСКИЙ САД № 376 ТРАКТОРОЗАВОДСКОГО
РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»
на 2025 – 2030 учебные года**

Разработана

на основе ФГОС ДО (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17 октября 2013 г., № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции РФ 13.02.2019 регистрационный номер № 53776) в ФГОС ДО)

на основе ФОП ДО (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 25 ноября 2022 г., № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847)

на основе Указа Президента РФ от 17.05.2023г. № 358 «Стратегия комплексной безопасности детей в РФ на период до 2030 года», в котором целями государственной политики в сфере обеспечения безопасности детей обозначено сохранение их здоровья

на основе СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28

№	Содержание	Стр.
1.	Пояснительная записка	4
1.1	Цели и задачи программы	5
1.2	Законодательно-нормативное обеспечение программы	5
1.3	Объекты программы	6
1.4	Основные принципы программы	6
1.5	Основные направления программы	6
1.6	Временные рамки и основные этапы реализации программы	6
2.	Разделы программы	7
2.1	Работа с детьми	7
2.1.1	Полноценное питание	8
2.1.2	Система эффективного закаливания	8
2.1.3	Организация рациональной двигательной активности	11
2.1.4	Создание условий организации оздоровительных режимов для детей	14
2.1.5.	Создание представлений о здоровом образе жизни	15
2.1.6.	Лечебно-профилактическая работа	16
2.2.	Работа с педагогами	17
2.3	Работа с родителями	18
2.4	Ожидаемые результаты реализации программы	20
3.	Укрепление материально- технической базы	21
4.	Кадровое обеспечение	22
4.1	Социальный эффект от реализации программы	24
5.	Приложения	25
5.1	Основные направления программы по здоровьесбережению	25
5.2	Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности	28
5.3	Таблицы фиксации мониторинга здоровья воспитанников по ДОУ и группе	36
5.4	Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	41

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. В Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете - отношение государства к проблемам здоровья.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения, 60% детей в возрасте от 3 до 8 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, и только 105 детей приходят в школу совершенно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Не следует забывать, что только в дошкольном учреждении самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укрепления здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: детские стрессы, тревожность, агрессия, гиподинамия (нарушение функций организма при ограничении двигательной активности). Двигательная активность ребенка способствует развитию его физиологических систем, и как следствие, определяет характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д. Маханевой, В.Г. Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Гиподинамия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Программа «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья» разработана с учетом приоритетных направлений работы детского сада № 376, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста, на воспитание у них основ культуры здоровья, формирования представлений о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиене.

Программа «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья» предполагает возможность самостоятельного отбора педагогами детского сада № 376 содержания обучения и воспитания, позволяющего использовать в работе как традиционные, так и инновационные программы, и методы, способствующие укреплению и сохранению здоровья дошкольников.

1.1. Цель программы

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование основ здоровьесберегающего сознания, направленного на понимание единства физического и духовного, посредством сотрудничества воспитателей с педагогом-психологом, учителем-логопедом, медицинской сестрой, инструктором по ФК, создания единого здоровьесберегающего пространства семьи и детского сада. Реализация программы предусматривает решение следующих задач:

1. Создать условия, гарантирующие охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса, в том числе в двигательной деятельности.
2. Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в здоровьесберегающем пространстве детского сада № 376.
3. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия семьи и детского сада № 376 на основе реализации традиционных и инновационных форм оздоровления детей.

1.2. Законодательно – нормативное обеспечение программы

- ✓ Федеральный закон «Об Образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013г. № 30384);
- ✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 25.11.2022г. № 1028 «Об утверждении ФОП ДО» (Зарегистрировано в Министерстве юстиции РФ 28.12.2022, регистрационный № 71847) п. 22, где решение задач воспитания направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь» и «Здоровье», а содержание образовательной деятельности связано с формированием основ ЗОЖ;
- ✓ Решение Президиума Совета законодателей РФ «Здоровьесбережение детей: реализация поручений Президента РФ» от 20.12.2023г.;
- ✓ ФЗ от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» статья 4, в котором к основным принципам охраны здоровья отнесен приоритет охраны здоровья детей;
- ✓ Указ Президента РФ от 17.05.2023г. № 358 «Стратегия комплексной безопасности детей в РФ на период до 2030 года», в котором целями государственной политики в сфере обеспечения безопасности детей обозначено сохранение их здоровья;
- ✓ Приказ Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017г. № 514н «О порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних»;
- ✓ СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2, действующих до 01.03.2027г.;
- ✓ СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28;
- ✓ СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г. № 32;
- ✓ Устав МОУ «Детский сад № 376 Тракторозаводского района Волгограда».

1.3. Объекты программы

- ✓ Воспитанники детского сада № 376;
- ✓ Педагогический коллектив;
- ✓ Родители (законные представители) детей, посещающих образовательную организацию.

1.4. Основные принципы программы

Научности: подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;

Доступности: учет возрастных и индивидуальных особенностей развития детей при использовании здоровьесберегающих технологий, в том числе учет состояния здоровья воспитанников;

Активности: участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) в поиске эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей дошкольного возраста и взрослых;

Сознательности: формирование предпосылок здоровьесберегающего сознания;

Систематичности: реализация оздоровительных, профилактических мероприятий на постоянной основе;

Интегративности: решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

1.5. Основные направления реализации программы:

Профилактическое:

- ✓ обеспечение благоприятного течения адаптации;
- ✓ выполнение санитарно-гигиенического режима;
- ✓ решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- ✓ проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике инфекционных заболеваний.

Организационное:

- ✓ организация здоровьесберегающей среды в детском саду № 376;
- ✓ определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья с помощью мониторинга;
- ✓ изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- ✓ пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей (законных представителей) и педагогов;
- ✓ систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.

Лечебное:

- ✓ оказание первой доврачебной помощи;
- ✓ осуществление профилактических мероприятий, направленных на оздоровление детей.

1.6. Особенности программы

В методической основе программы «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья» физическое развитие рассматривается:

- ✓ как последовательный и многоаспектный процесс и результат социализации и культуротворчества, в ходе которого ребенок приобщается к физической культуре и спорту и утверждает себя как субъекта физической культуры;
- ✓ как процесс и результат качественных и количественных изменений, происходящих в личности ребенка под влиянием физической культуры, обеспечивающей овладение способами поведения, характерными для той или иной культурной традиции, творческое и активное воспроизведение двигательного опыта в физкультурно-оздоровительных видах детской деятельности.

Физическое развитие с приоритетом физкультурно-оздоровительной работы в детском саду № 376 характеризуется следующими особенностями:

- ✓ в течение всего дня дети находятся под наблюдением и контролем педагогов и квалифицированных специалистов, заботящихся о максимальной интенсификации и оптимизации двигательного режима;
- ✓ полностью обеспечиваются такие гигиенические условия для физического развития, как правильный режим дня, полноценное питание, достаточное пребывание на свежем воздухе, закаливающие мероприятия, на основе чего формируются гигиенические навыки;
- ✓ создание благоприятных возможностей для эффективного сочетания всех основных средств и форм физического воспитания и интеграции его с основными линиями детского развития (умственным, социальным, коммуникативным, художественно-эстетическим);
- ✓ использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий работы с детьми и их родителями (законными представителями), сотрудниками детского сада № 376.

Отличительной особенностью программы является физкультурно-оздоровительная деятельность и формирование системы отношений ребенка к своему «физическому Я», здоровью и физической культуре как общечеловеческим ценностям. Программа предполагает развивающее взаимодействие взрослых (сотрудников детского сада № 376 и родителей (законных представителей)).

1.7. Значимые характеристики программы

Основу физкультурно-оздоровительной деятельности детского сада № 376 составляют следующие методические материалы: программа физического развития детей 3-7 лет Т.Э. Токаевой, технология физического развития детей Т.Э. Токаевой, методическое пособие О.Б. Казиной «Совместные физкультурные занятия с участием родителей».

Для эффективной реализации программы в детском саду № 376 созданы следующие условия: физкультурный зал, бассейн, центры здоровья и коррекции в каждой возрастной группе, музыкальный зал для проведения ритмической гимнастики с детьми раннего и младшего дошкольного возраста, кабинет учителя-логопеда, педагога-психолога.

В детском саду № 376 работают следующие специалисты: медицинская сестра (0,65 ставки), инструктор по ФК, учитель-логопед (0,5 ставки), педагог-психолог, музыкальный руководитель (0,5 ставки), воспитатели. Занятия по тхэквондо проводит тренер из спортивной школы, занятия в бассейне тренер по плаванию в рамках проведения дополнительных образовательных услуг.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2. Разделы программы

Программа составлена по образовательной области «Физическое развитие», содержание которой включает в себя: гимнастику, подвижные игры, спортивные упражнения, формирование основ ЗОЖ, активный отдых с интеграцией различных видов детской деятельности: речевой, игровой, музыкальной, познавательной, художественно-эстетической.

Содержание образовательной деятельности состоит из следующих блоков (направлений):

- ✓ представление о себе, своем здоровье и физической культуре: я человек, я открываю мир движений, я осваиваю гигиену и этикет, я учусь правильно организовывать свою жизнь, я учусь охранять свою жизнь и здоровье;
- ✓ навыки здоровья и физической культуры: культурно-гигиенические навыки, самообслуживание и культура приема пищи, двигательные умения, навыки и способности, куда входят и танцевальные движения (кружок «В ритме танца»), плавание;
- ✓ культура отдыха и социальная безопасность;
- ✓ отношение к себе, своему здоровью и физической культуре.

Обеспечение реализации основных направлений программы

Техническое и кадровое обеспечение			
№	Основные мероприятия	Ответственные	Этапы и сроки
1.	Пополнение среды нестандартным оборудованием: - объемными модулями; - тренажерами для развития глазомера; - оборудованием для лазания, прыжков, метания и др.	Инструктор по физкультуре Завхоз	По мере поступления денежных средств
2.	Предоставление дополнительных услуг: кружки «В ритме танца», «Касатки» (занятия в бассейне), тхэквондо.	Педагог-организатор ПОУ	2025-2030г.г.
3.	Создание условий для предупреждения травматизма в детском саду № 376 (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и организации свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования).	Заведующий детским садом № 376 Педагоги	Постоянно

Программа реализуется через следующие разделы:

1. Работа с детьми.

2. Работа с педагогами.
3. Работа с родителями (законными представителями).

2.1. Работа с детьми

Задачи реализации образовательной области «Физическое развитие»:

- ✓ создание условий для гармоничного физического развития детей;
- ✓ формирование представлений об особенностях своего организма, этикете, гигиене, культуре отдыха и безопасного поведения;
- ✓ обучение управлению своими «живыми движениями», обучение способам контроля и оценки своих движений;
- ✓ формирование первоначальных навыков и развития самоорганизации в подвижных и хороводных играх;
- ✓ развитие двигательного воображения, творчества, выносливости, быстроты и других двигательных способностей;
- ✓ содействовать становлению субъективного двигательного опыта, развитие потребности в двигательной активности и интереса к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Данные задачи решаются в процессе организованных форм детской активности и самостоятельной деятельности детей в воздушной, закрытой, открытой, природной сферах организации их жизнедеятельности. При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, интеграция речевых и физических упражнений. Однако, занятия не являются преобладающей формой обучения. Педагоги используют разнообразные интегрированные виды деятельности, обеспечивающие смену статических и динамических поз.

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	щадящий режим (адаптационный период); гибкий режим.
2.	Физические упражнения	утренняя гимнастика; физкультурно-оздоровительные занятия; подвижные и динамические игры; спортивные игры; пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	умывание; мытье рук; обеспечение чистоты среды; занятия с водой (центр вода и песок);
4.	Световоздушные ванны	проветривание помещений; сон при открытых фрамугах; прогулки на свежем воздухе; обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	развлечения, праздники; дни здоровья.
6.	Светотерапия	обеспечение светового режима.
7.	Музыкотерапия	музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона занятий; музыкально-театрализованная деятельность.
8.	Закаливание	дыхательная гимнастика;

		пальчиковая гимнастика; игровой массаж, самомассаж, артикуляционная гимнастика, офтальмологотренаж, пескотерапия, сказкотерапия
9.	Пропаганда здорового образа жизни	экологическое воспитание; журнал «Жизнь и здоровье ребенка»; курс бесед

2.1.1. Полноценное питание

Принципы организации питания:

выполнение режима питания;
гигиена приёма пищи;
ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
эстетика организации питания (сервировка);
индивидуальный подход к детям во время питания;
правильность расстановки мебели.

2.1.2. Система эффективного закаливания

1.	Основные факторы закаливания	закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня; закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности; закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях и в других режимных моментах; закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.
2.	Комплекс закаливающих мероприятий	соблюдение температурного режима в течение дня; правильная организация прогулки и её длительности; соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей; облегченная одежда для детей в детском саду; дыхательная гимнастика после сна; мытье прохладной водой рук по локоть; полоскание рта после каждого приема пищи; утренняя зарядка на улице в теплое время года; ежедневные прогулки; утренний прием на улице в теплое время года; солнечные ванны.
3.	Методы оздоровления:	дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

Схема закаливания детей (по системе М.Д. Маханевой)

Закаливающие процедуры	Межсезонный период							
	ранний возраст 1,5-3 года		младший возраст 3-4 года		средний возраст 4-5 лет		старший возраст 5-7 лет	
	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа
Прогулка 2 раза в день в первой и во второй половине дня	до 4 часов	до 4 часов	до 4 часов	до 4 часов	до 4 часов	до 4 часов	до 4 часов	до 4 часов
Утренняя гимнастика в облегченной форме	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С
Воздушные ванны	18-20*С 2-8 мин.	20*С 2-5 мин.	16-18*С 2-10 мин	18*С 2-7 мин	16-18*С 2-12 мин.	18*С 2-9 мин.	16-18*С 2-15 мин	18*С 2-10 мин
Хожение босиком по профилактической дорожке	18-20*С 5 мин.	20*С 5 мин.	16-18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	16-18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	16-18*С 5 мин.	18*С 5 мин.
Обширное обливание (лицо, шея, кисти рук)	30-28*С	30*С	28-26*С	28*С	28-26*С	28*С	25-24*С	25*С
Полоскание полости рта	-		28*С	28*С	28*С	28*С	28*С	28*С
Закаливающие процедуры	Зимний период							
	ранний возраст 2-3 года		младший возраст 3-4 года		средний возраст 4-5 лет		старший возраст 5-7 лет	
	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа
Прогулка 2 раза в день в первой и во второй половине дня	до 15*С без ветра до 4 часов	до 15*С без ветра до 3,5 часов	до -15*С без ветра до 4 часов	до 15*С без ветра до 3,5 часов	до -18*С без ветра до 4 часов	до -18*С без ветра до 3,5 часов	до -20*С без ветра до 4 часов	до -20*С без ветра до 3,5 часов
Утренняя гимнастика	не ниже	не ниже	не ниже 19*С	не ниже	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С

в облегченной форме	19*С	19*С		19*С				
Воздушные ванны	18-20*С 2-8 мин.	20*С 2-5 мин.	16-18*С 2-10 мин.	18*С 2-7 мин.	16-18*С 2-12 мин.	18*С 2-9 мин.	16-18*С 2-15 мин	18*С 2-10 мин
Хождение босиком по профилактической дорожке	20*С 5 мин.	20*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.
Обширное обливание (лицо, шея, кисти рук)	30-28*С	30*С	28-26*С	28*С	28-26*С	28*С	25-24*С	25*С
Полоскание полости рта	-	-	28*С	28*С	28*С	28*С	25*С	25*С
Закаливающие процедуры	Летний период							
	ранний возраст 2-3 года		младший возраст 3-4 года		средний возраст 4-5 лет		старший возраст 5-7 лет	
	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа	1-я группа	2-я группа
Прогулка 2 раза в день в первой и во второй половине дня	от 4,5 часов	от 4 часов	от 4,5 часов	от 4 часов	от 4,5 часов	от 4 часов	от 4,5 часов	от 4 часов
Утренняя гимнастика в облегченной форме	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С
Солнечные ванны	2-30 мин. от 22*С	2-20 мин. от 24*С	2-30 мин. от 20*С	2-20 мин. от 22*С	2-30 мин. от 20*С	2-20 мин. от 22*С	2-30 мин. от 20*С	2-30 мин. от 22*С
Воздушные ванны	22*С 8-10 мин.	22*С 8 мин.	20-22*С 10-15 мин.	20-22*С 10-20 мин.	20-22*С 10-20 мин.	20-22*С 10-15 мин.	18-20*С 10-30 мин	18-20*С 10-20 мин
Хождение босиком по профилактической дорожке	23*С 2-25 мин.	23*С 2-15 мин.	23*С 2-30 мин.	23*С 2-20 мин.	22*С 2-30 мин.	22*С 2-20 мин.	22*С 2-30 мин.	22*С 2-25 мин.
Обширное обливание	30-28*С	30*С	28-26*С	28*С	28-26*С	28*С	25-24*С	25*С

(лицо, шея, кисти рук)								
Полоскание полости рта	-	-	28*С	28*С	28*С	28*С	25*С	25*С
Игры с водой	15-30	15-20	30 мин.	20 мин.	30 мин.	20 мин.	30 мин.	20 мин.

Примечание: 1-я группа закаливания - все здоровые дети и ранее принимающие меры закаливания; 2-я группа закаливания – дети после отпуска, после болезни и дети с отклонениями в состоянии здоровья.

Система закаливания разрабатывается и периодически корректируется медицинской сестрой детского сада № 376 и педагогами в соответствии с имеющимися условиями. Основной принцип закаливания – постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени проведения процедур. Система включает:

- специальные закаливающие процедуры;
- закаливание с помощью естественных природных средств.

Работа с детьми в летний оздоровительный период организуется следующим образом. Ежедневно воспитатели организуют самостоятельную (игровую, трудовую – 20 мин в день, коммуникативную, познавательно-исследовательскую, продуктивную, музыкально-художественную, двигательную, чтение) деятельность детей на прогулочных участках, в соответствии с планом работы с детьми в летний оздоровительный период. Ежедневно проводятся оздоровительные и закаливающие мероприятия: утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, индивидуальная работа по формированию у детей основных движений и физических качеств.

2.1.3. Организация рациональной двигательной активности

- ✓ Основными принципами организации физического воспитания в детском саду № 376 являются: физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
- ✓ сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
- ✓ медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.

Примерный двигательный режим

Формы организации	Особенности организации и длительность					
	группа раннего возраста 1,5-2 года	группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4 -5 лет	Старшая группа 5 -6 лет	Подготовит. группа 6 -7 лет
1. Организованная образовательная деятельность «Физическая культура»						
Физическая культура в помещении	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю до 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Физическая культура на улице	-	-	-	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю до 25 мин	1разв неделю 30 мин
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	Ежедневно					
	10 мин	10мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подвижные игры	Ежедневно не менее 3 раз в день					
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные упражнения				Целенаправленное обучение на каждой прогулке		
Физические упражнения				Ежедневно на прогулке		
Физкультурная	3-5 мин	5-8 мин	8 мин	8-12 мин	12-16 мин	16 мин
	1-3 мин	1-3 мин	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и			

минутка (в середине статистического занятия)	содержания занятия					
	-	-	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин
Двигательные игры под музыку	3-5 мин	5-10 мин	10-15 мин	15 мин	15-20 мин	20 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин	5-10 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Занятия в бассейне	-	-	-	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю до 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Инд и подгрупповая работа по развитию движений	3-5 мин.	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	15 мин
3. Активный отдых						
Физкультурный досуг					1 раз в месяц	
Физкультурный праздник	-	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин	30 мин
День здоровья	-			1-2 раза в год		
		ежемесячно		40 мин	50 мин	60 мин
Самостоятельная двигательная деятельность						
Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					

Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырёхразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.

Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Достаточный по продолжительности дневной сон детей.

Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями.

2.1.4. Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду № 376 направлена на решение этой задачи, осуществление которой происходит по следующим **направлениям:**

1. привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
2. обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
3. формирование элементарных представлений об окружающей среде;
4. формирование привычки ежедневных физических упражнений;
5. развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;

6. формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
7. выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;
8. обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
9. вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы *необходимые условия*:

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- отношения между работниками детского сада № 376 строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания, сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей,
- педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
- в группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике;
- эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников;
- проходят в детском саду празднования дней рождения, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др.;
- снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка;
- большая роль в психо-коррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

2.1.5. Лечебно-профилактическая работа

в детском саду № 376 осуществляют медицинская сестра детского сада № 376, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, педагог-психолог, учитель-логопед и воспитатели каждой возрастной группы.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия и занятия в бассейне;
- подвижные игры и физические упражнения на улице;
- гимнастика после сна;
- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

2.1.6. Летняя оздоровительная работа

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на участках, на спортивной площадке);
- туризм (походы по территории детского сада, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты.

2.2. Работа с педагогами

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих

принципах:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогике у них главная социальная роль;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог–здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

2.2.1. Организационные методические мероприятия

- Знакомство и внедрение в практику работы детского сада № 376 программы «В стране Здоровичков или Секреты здоровья», технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
- Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
- Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
- Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, социальную (семейную) среду и экологию места обитания.
- Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- Разработка и внедрение педагогических и медицинских методов коррекции.

2.2.2. Здоровьесберегающие педагогические технологии, применяемые в детском саду № 376

Физическое и здоровьесформирующее образование оказывает разностороннее влияние на развитие личности дошкольника только в случае осуществления на научной основе. Для этого воспитывающим взрослым необходимо, в зависимости от физических характеристик, информированности о физической культуре и здоровье, отношения ребенка к себе, своему здоровью и физкультуре, систематически использовать оптимальные по продолжительности средства физического и здоровьесформирующего воспитания. Необходимо проследить эффективность их воздействия на организм, содействовать развитию личности, вносить коррективы в систему физического и здоровьесформирующего развития дошкольников, при этом достигая конечной цели, т.е. улучшения здоровья, освоения его культуры.

Здоровьесформирующее воспитание рассматривается как систематическое и планомерное взаимодействие педагога и детей с целью развития культуры здоровья, включающей бережное отношение ребенка к себе как части природы, как важнейшей социально-нравственной ценности в жизни на Земле, способы развития ЗОЖ, усваиваемые в процессе здоровьесформирующего образования.

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственный
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
Гимнастика пробуждения	После сна, каждый день. Во всех возрастных группах	Комплексы упражнений, подобранные для каждой возрастной группы.	Воспитатели
Ритмические танцы	Два раза в неделю с воспитанниками раннего и младшего возрастов	По программе А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика».	Инструктор по ФК
Динамические паузы	Во время занятий 2-5 мин. по мере утомления детей	Комплексы физкультминуток, которые могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз.	Воспитатели

Подвижные игры, игры малой и средней подвижности	как часть физкультурного занятия, на прогулке. В группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы.	Игры подбираются в соответствии с основной программой дошкольного образования детского сада № 376 и в соответствии с возрастом детей.	Инструктор по ФК Педагоги
Коррекционные технологии			
Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня в логопедическом кабинете, начиная со среднего возраста	Цель - фонематически грамотная речь без движений.	Учитель-логопед Педагоги
Пальчиковая гимнастика	С раннего возраста индивидуально, с младшего с подгруппой или всей группой ежедневно	Рекомендуется детям в любой отрезок времени.	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с раннего возраста	Проветривание помещений и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур.	Воспитатели
Дорожки здоровья	После сна ежедневно, начиная с раннего возраста.	Обучение правильной ходьбе, закаливание.	Воспитатели
Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурные занятия	3 раза в неделю в спортивном зале, на улице, в бассейне	Занятия проводятся в соответствии с программой и планированием образовательной деятельности	Инструктор по ФК Педагоги
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в музыкальном и спортивном залах, в групповых ячейках. Все возрастные группы.	Комплексы подбираются с учетом возрастных особенностей детей	Инструктор по ФК Педагоги
Физкультурные праздники, досуги,	Проводятся 1 раз в квартал в музыкальном и спортивном залах, на прогулке, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, способствует социально-эмоциональному развитию	Инструктор по ФК Педагоги
Веселые старты	Один раз в год в физкультурном зале или на прогулке с воспитанниками старшего дошкольного возраста	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме	Инструктор по ФК Педагоги
Физические упражнения	Ежедневно в каждой возрастной группе	Средство формирования двигательных умений и навыков, а также способ получения информации об окружающем мире и о себе, формирование умения	Воспитатели

		осознавать себя как части природы и общества	
--	--	--	--

2.3. Работа с родителями (законными представителями)

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром» - семья, детский сад, общественность.

Для себя мы определили следующие *задачи работы с родителями (законными представителями)*:

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания: формирование отношения ребенка к себе, своему здоровью и физической культуре через систему определенных правил жизни в семье.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
5. Включение родителей в воспитательно – образовательный процесс.

Направления работы с родителями (законными представителями):

- Идентификация действий ребенка с действиями родителей (например, «Мы с мамой умеем делать массаж» и т.д.);
- Установление связи между совершаемыми действиями, привычками и состоянием организма, настроением и самочувствием всего ближайшего окружения ребенка (например, «Я буду заниматься бегом, как папа, чтобы стать здоровым и сильным»);
- Осознание, что в семье существуют определенные правила совместной жизни, которых нужно придерживаться, в том числе, в детском саду;
- Воспитание гордости за соблюдение семейных традиций;
- Проявление активности, инициативы по отношению к близким взрослым; проявление интереса к отношению взрослых, подражания им;
- Формирование бережного отношения к себе, родителям, к близким взрослым.

Одним из направлений профилактической работы с родителями (законными представителями) является цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
12. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка.

2.4. Ожидаемые результаты реализации программы

1. Создание экологически благоприятных условий в помещении для игр и занятий детей (выполнение правил санитарии и гигиены, организация сквозного проветривания (3-5 раз в отсутствии детей), специально подобранные комнатные растения, поглощающие вредные вещества, выделяющие фитонциды и увлажняющие воздух;
2. Обеспечение высокой культуры гигиенического обслуживания детей;
3. Соблюдение психологического комфорта на протяжении всего времени пребывания ребенка в детском саду № 376;
4. Обеспечение индивидуализации и дифференциации режимных процессов и их воспитательной направленности с учетом уровня физического развития детей, состояния их здоровья;
5. Создание условий и традиций семейного физического воспитания;
6. Выполнение оптимального двигательного режима, состоящего из оздоровительной гимнастики, физкультурных занятий, подвижных игр, самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности в центрах «Физкультуры и здоровья» с пособиями, тренажерами, дидактическими и здоровьесформирующими играми;
7. Закаливание и как следствие уменьшение количества заболевших ОРЗ и гриппом.

2.5. Укрепление материально – технической базы

№ п/п	Мероприятия	Ответственный
1.	Приобретение необходимого(недостающего) оборудования для медицинского кабинета, физкультурного и музыкального залов, для детских площадок, групповых помещений, бассейна	Заведующий, заведующий хозяйством
2.	Осуществление косметического ремонта (по мере необходимости)	Заведующий, заведующий хозяйством
3.	Оборудование помещений центрами безопасности, «Физкультуры и спорта»	Заведующий, старший воспитатель, инструктор по ФК
4.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в детском саду № 376 (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования)	Заведующий, заведующий хозяйством

2.6. Кадровое обеспечение программы «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья»

Заведующий детским садом № 376:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровье»;
- ежегодный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы;
- подведение итогов мониторинга;
- контроль за реализацией программы.

Заведующий хозяйством:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в детском саду № 376;
- улучшение материально – технических условий;
- контроль за выполнением помощниками воспитателя санитарно – гигиенических условий.

Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами);
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- индивидуальная работа с часто болеющими детьми;
- включение в физкультурные занятия: упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, дыхательных упражнений;
- облегченная одежда детей;
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья.

Воспитатели, учителя-логопеды:

- внедрение и реализация здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- дыхательная гимнастика;
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - закаливания
 - дыхательной гимнастики
 - кинезиологических упражнений
 - самомассажа
 - упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей.

Кухонные работники

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания.

Помощник воспитателя:

- соблюдение санитарно – гигиенических норм и требований, направленных на сохранение здоровья воспитанников;
- помощь воспитателям в организации форм проведения оздоровительных мероприятий, способствующих профилактике заболеваний у детей дошкольного возраста с учетом группы здоровья и укреплению их здоровья.

Медицинские осмотры (2 раза в год):

- обследование детей, выявление патологии;
- определение оценки эффективности процесса оздоровления, показателей физического развития.

Медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности профилактической работы, показателей физического развития, критериев здоровья;
- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей (законных представителей);
- пропаганда здорового образа жизни.

2.7. Социальный эффект от реализации программы «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья»:

- улучшение самочувствия и настроения участников программы, появление новых полезных привычек;
- повышение уровня самооценки у участников программы, мотивирование жизненной активности;
- формирование ответственного отношения к своему здоровью и к здоровью участников социальных отношений;
- позитивная социализация дошкольников за счет разнообразных видов деятельности в рамках программы;
- снижение уровня заболеваемости;
- снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости;
- улучшение имиджа организации.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Условия реализации программой «В стране Здоровичков, или секреты Здоровья»:

- управление реализацией программой;
- создание и обновление предметно-развивающей среды;
- использование различных форм сотрудничества с семьей.

3.2. Модель организации работы по формированию представлений и навыков здорового образа жизни

Формирование представлений и навыков здорового образа жизни			
Педагоги	Педагогика сотрудничества		Семья
Изучение программ, инноваций	Медицинские работники. Оздоровительная работа.		Анкетирование
Инструктор по физвоспитанию	Медперсонал		Родительское собрание
Планирование работы с детьми	Учитель-логопед	Педагог-психолог	Консультативные пункты
Оборудование предметно-пространственной среды	Воспитанники детского сада № 376		Совместная работа

3.3. Модель психодиагностической работы психолога детского сада № 376

Психологический запрос	
Запрос заинтересованных лиц (педагог, родитель)	Запрос самому себе
Психологическая проблема	

Беседы с родителями и воспитателями	Сбор информации	Непосредственные наблюдения за ребенком
-------------------------------------	-----------------	---

Психологический диагноз

В соответствии с профессиональной компетенцией и на уровне возможной конкретной помощи	Профессионально обоснованное предсказание дальнейшего развития ребенка(прогноз)
--	---

Программа развития и коррекции	
<i>Психологическая часть (работа психолога)</i>	<i>Педагогическая часть</i>

Рекомендации заинтересованным лицам (педагог, родитель)	Работа педагога в соответствии с рекомендациями психолога
--	---

Коррекционная работа психолога	Работа родителей в соответствии с рекомендациями психолога
--------------------------------	--

3.4. Модель взаимодействия педагога-психолога и воспитателя для повышения эффективности коррекционной работы

<i>Профилактика</i>	Создание условий. Наглядная пропаганда. Чтение психологической литературы. Консультативный диалог.
<i>Диагностика</i>	Беседы. Тесты, анкеты. Непосредственное наблюдение.
<i>Коррекция</i>	Советы и рекомендации. Специальные занятия с детьми. Практические занятия, тренинги, игры.

3.5. Структура внедрения программы «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья» в образовательную работу детского сада № 376

I. Вводный этап (подготовительный)

1. Ознакомление с теоретическими основами методики, технологиями, необходимыми для реализации программы

Определение оздоровительной направленности и значимости для ребенка: рациональная организация учебного процесса, питания, двигательной активности.	Педагогико-психолого- медицинская оценка эффективности и прогноз результативности
--	---

2. Изучение мнения родителей (законных представителей) и получение семейной поддержки в рамках реализации программы

II. Основной этап (практический)

3. Создание условий и оформление необходимой развивающей среды для реализации программы

4. Включение методических и практических технологий в педагогический процесс

III. Заключительный этап (аналитический)

5. Анализ результатов реализации программы

Мониторинг (диагностика) детей

Опрос (анкетирование) родителей (законных представителей), педагогов

6. Распространение опыта практической реализации программы

Открытые мероприятия

Выступления

Наглядный материал, авторские разработки

7. Итоги реализации программы, разработка методических рекомендаций

3.6. Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями (законными представителями)

1 этап. Ознакомительный

Сбор информации (собеседование, анкетирование, наблюдение)

Выделение группы родителей (законных представителей) часто болеющих детей

2 этап. Общепрофилактический

Наглядная агитация (стенды, памятки, печать)

Встречи со специалистами (медицинскими работниками)

3 этап. Работа с группой родителей (законных представителей) часто болеющих детей

Выявление проблем (беседы, наблюдения, тесты, опросы)

Коррекция родительских установок (тренинги, беседы)

4 этап. Индивидуальная работа

Выявление, знакомство с опытом семейного воспитания
(выступление на радио, в печати)

Консультативная, индивидуальная помощь (по запросам)

5 этап. Рефлексивный

Выявление изменений родительских установок в группе часто болеющих детей (беседы, наблюдения)	Дополнительное обсуждение отдельных вопросов (с привлечением специалистов)
---	--

6 этап. Интегративный

Современные мероприятия (с привлечением группы риска)	Дискуссия (совместное обсуждение проблем)
---	---

7 этап. Перспективный

Совместное обсуждение планов на будущее

3.7. Координационное направление управлением программой «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья», взаимодействие с социальными институтами детства

№	Название мероприятия	Ответственный
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Заведующий
2.	Контроль процесса здоровьесбережения: - совещания; - собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; - анализ состояния заболеваемости; - проведение рейдов по санитарно- гигиеническому состоянию помещений детского сада № 376; - организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; - организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий.	Заведующий, старший воспитатель
3.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: - составление сетки занятий в соответствии с требованиями СанПиН; - разработка режима работы кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения.	Старший воспитатель
4.	Установление взаимосвязи с детской поликлиникой: - выявление детей с патологиями; - консультирование родителей (законных представителей) детей; - выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима.	Медицинская сестра

5.	Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей: - разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; - разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; - создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей.	Заведующий Старший воспитатель
----	--	-----------------------------------

3.9. Индикаторы мониторинга качества оздоровительной работы

1. Состояние физического, психоэмоционального и духовно-нравственного здоровья детей.
2. Качество физкультурно-оздоровительной, профилактической и лечебно-оздоровительной работы.
3. Уровень кадрового обеспечения, подготовки и качества работы специалистов, реализующих программу здоровья
4. Материально-техническое оснащение оздоровительной программы.
5. Особенности и специфика работы с семьей ребенка-дошкольника по внедрению в семейный быт практики здоровьесбережения ребенка.
6. Результативность культурно-просветительской деятельности в социуме по пропаганде здорового образа жизни.

3.10. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы детского сада № 376, направленная на снижение заболеваемости воспитанников

Вид деятельности	Форма работы	Сроки проведения
1 блок. Работа с детьми		
Утренняя гимнастика	- сюжетно – игровая - игровая - традиционная - корригирующая - музыкально - ритмическая	Ежедневно
Физкультурные занятия	- традиционные - сюжетно – игровые - тренировочные - игровые	3 раза в неделю в течение года
Двигательная разминка	- подвижные игры малой и средней подвижности - игровые упражнения - произвольные упражнения с физкультурными пособиями - игры на релаксацию	В течение года во время перерывов между проведением занятий

	-физкультминутки -самостоятельная двигательная деятельность	
Физкультурные занятия на свежем воздухе	- подвижные игры - народные игры - физические упражнения - оздоровительный бег	Раз в неделю в течение года
Здоровьесберегающие методики	- бодрящая и корректирующая гимнастики после сна - закаливающие процедуры - дыхательная гимнастика - тренажёры для профилактики нарушения осанки и зрения - элементы самомассажа - релаксация, - психогимнастика	Ежедневно в течение года
Ежедневная прогулка		2 раза в день
Проветривание помещений		В соответствии с графиком
Кварцевание помещений		В соответствии с графиком
Влажная уборка помещений		В соответствии с графиком
Мониторинг	- анализ заболеваемости - охрана жизни и здоровья	2 раза в год
2 блок. Физкультурно – массовые мероприятия		
Физкультурные досуги и праздники	- развлечения - спортивные праздники - Дни Здоровья - спортивные соревнования	В течение года
3 блок. Работа с воспитателями		
Формы методической работы	- консультации - семинары - практикумы - открытые просмотры - обмен опытом работы -совместная подготовка спортивных	В течение года

	праздников и развлечений	
4 блок. Взаимосвязь с узкими специалистами		
Музыкальный руководитель	- совместная подготовка к праздникам и развлечениям - выступления на мероприятиях - подбор музыкального сопровождения к комплексам, релаксации и т.д. - развитие чувства ритма, координации - обучение танцевальным движениям - интегрированные занятия с инструктором по физической культуре	В течение года
5 блок. Работа с родителями (законными представителями)		
Информационный блок	- оформление информационных стендов - буклеты, информационные листы, памятки - фотовыставки - презентации	В течение года
Методическая работа	- участие в подготовке и проведении спортивных праздников - анкетирование - индивидуальные консультации - выступления на родительских собраниях - использование проектного метода	В течение года
6 блок. Взаимодействие с учреждениями здравоохранения		
Ежедневный профилактический осмотр детей медицинской сестрой		
Детская поликлиника № 3	- профилактический осмотр детей узкими специалистами	1 раз в год

3.11. Показатели здоровья и физического развития выпускника:

- физическое развитие соответствует норме;
- физически подготовлен к продолжению обучения;
- владеет своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту;
- хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения;
- подвижен и ловок;

- развита мускулатура;
- уверенно владеет ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности;
- сформирована привычка к здоровому образу жизни.

4. Список литературы

1. Белая К.Ю., Зимонина В.Н. Как обеспечить безопасность дошкольников. М.,2000.
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат. М.,2001.
3. Казина О.Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018. – 192 с.
4. Кудрявцев В.Т.,Егоров Б.В. Развивающая педагогика оздоровления/ Программно-методическое пособие. М.,2002.
5. Леонов Е.В. Морма М.В. Дыхательная гимнастика. Двигательная разминка в кругу. // Психология в детском саду. 2001.,№ 1-2.
6. Мартынов С.М. Нетрадиционные методы реабилитации часто болеющих детей.М.,2002.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 112 с.
8. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.М.,2000.
9. Токаева Т.Э., Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2022. – 112 с.
10. Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. – 80 с.
11. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 104 с.