

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №29 Кировского района Волгограда»



Утверждаю  
Заведующий МОУ детский сад № 29  
А.В.Ларионова  
Приказ от 31.08.2025 № 78

## ПРОГРАММА ОЗДОРОВЛЕНИЯ

### «ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»

### МОУ ДЕТСКОГО САДА №29

Волгограда 2025

Программа МОУ детского сада №29 (далее МОУ), разработана в связи с особой актуальностью проблемы сохранения здоровья детей дошкольного возраста. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления дошкольников в МОУ. Программа определяет основные направления, задачи, а также план действий и их реализацию. Программа направлена на создание новых условий для воспитания здоровой личности.

## **Раздел 1**

### **1.1. Общие положения.**

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физического дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, 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.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 7 (8) лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех её членов и условия проживания, во-вторых, МОУ, где ребёнок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Поэтому в МОУ необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребёнка, учёте и использования особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определённых условий.

### **1.2. Цель программы**

Программа «Здоровый ребенок» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

### **1.3. Основные задачи**

1. Воспитание у детей осмысленного отношения к физическому и духовному здоровью. Расширение на этой основе адаптивных возможностей детского организма.
2. Формирование и совершенствование двигательной сферы ребёнка через рациональную организацию двигательной активности.
3. Развитие и стабилизация эмоциональной сферы ребёнка как основы психического здоровья.
4. Развитие познавательного интереса к своему телу и его возможностям.

### **1.4. Идея программы**

Здоровьесберегающая модель образовательной системы МОУ как переход к ориентации на реально существующие типы детей, уровень их здоровья, максимальное развитие имеющихся у них способностей, учёт основных психофизических характеристик.

### **1.5. Гипотеза**

Образовательный процесс в ДОУ будет значительно эффективнее, если педагоги будут работать в рамках единой комплексной оздоровительно-развивающей среды.

### **1.6. Законодательно-нормативное обеспечение программы**

- Закон Российской Федерации № 273–ФЗ от 29.12.2012. «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Устав МОУ детского сада №29;

### **1.7. Объекты программы**

- Дети дошкольного образовательного учреждения.
- Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
- Педагогический коллектив образовательного учреждения.

### **1.8. Ожидаемые результаты**

1. Создание здоровьесберегающей развивающей модели, способствующей не только сохранению, но и развитию здоровья физического, психического, социального.
2. Осуществление здоровьесберегающей организации воспитательного процесса.
3. Апробация и внедрение в практику работы МОУ развивающих оздоровительных технологий с учётом психотипа, уровня здоровья, способностей детей.
4. Снижение заболеваемости у детей на 3%.
5. Отсутствие травматизма.
6. Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
7. Обеспечение статистического учёта, контроля и анализа на всех уровнях.
8. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
9. Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья детей.

## **Раздел 2**

### **Основные принципы программы**

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

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

**3.Принцип комплексности и интегративности** – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

**4.Принцип адресованности и преемственности** – поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья.

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

## **Раздел 3**

### **Основные направления программы**

#### **4.1. Условия реализации задач, намеченных программой:**

В детском саду имеется:

- Музыкальный зал, оборудованные необходимым инвентарём.

- Спортивная площадка для занятий на воздухе, оснащённая необходимым инвентарём и оборудованием.
- Картотека подвижных игр с необходимыми атрибутами.
- В каждой возрастной группе уголки движения (спортивные уголки) для самостоятельной и совместной деятельности.
- Медицинский блок.
- Территория детского сада оборудована малыми игровыми и спортивными формами для организации двигательной деятельности. Площадки озеленены, что даёт возможность для детского отдыха, организации поисковой и опытнической деятельности.
- Наличие специалистов: учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора физкультуры, медицинской сестры.
- В каждой возрастной группе имеются уголки уединения для снятия эмоционального напряжения.

## **4.2. Работа с детьми.**

### **4.2.1. Педагогические наблюдения**

Диагностика – комплекс мероприятий, определяющий исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, критерии здоровья, проблемы и потенциальные возможности детей.

Медицинский работник, изучая анамнез развития ребёнка, выявляет частоболеющих детей, детей с хроническими заболеваниями, даёт рекомендации педагогам по организации оздоровительной работы.

Воспитатели наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни и в игре.

Педагог-психолог выявляет индивидуальные особенности поведения и эмоционально-волевой сферы, изучает особенности развития психических процессов.

Музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

Инструктор по ФИЗО изучает особенности физического развития детей.

Итогом обследования является проведение ППк, на котором обсуждаются диагностические данные по выявленным проблемам у детей, берутся под контроль наиболее сложные дети, намечается дальнейший план индивидуальной работы.

### **4.2.2. Полноценное питание.**

*Принципы организации питания:*

- выполнение режима питания.
- гигиена приёма пищи.
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания.
- эстетика организации питания.
- правильность расстановки мебели.

### **4.2.3. Система закаливания.**

Комплекс закаливающих мероприятий:

- соблюдение температурного режима в течение дня.
- правильная организация прогулки и её длительность.
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей.
- облегчённая одежда для детей в детском саду.
- сон с доступом свежего воздуха в тёплое время года.
- гимнастика после сна.
- мытьё прохладной водой рук.
- полоскание рта водой комнатной температуры.
- ходьба по дорожкам «Здоровья».
- контрастное обливание ног (летом).
- хождение босиком (летом).

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

Закаливающие процедуры	Межсезонный период							
	ранний возраст 1-3 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	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	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
Хождение 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 поло стирта	-	-	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 в облегченной форме	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	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
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 поло стирта	-	-	28*С	28*С	28*С	28*С	25*С	25*С

Закаливающие процедуры	Летний период							
	раннийвозраст 2-3 года		младшийвозраст 3-4 года		среднийвозраст 4-5 лет		старшийвозраст 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	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С	ниже 19*С
Солнчевыванны	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
Воздушныванны	22*С 8-10 мин.	22*С 8 мин.	20-22*С 10-15 мин.	20-22*С 10 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 (лицо, шея, кисти рук)	30-28*С	30*С	28-26*С	28*С	28-26*С	28*С	25-24*С	25*С
Полосканиеполости 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.

#### 4.2.4. Организация рациональной двигательной активности

Режим двигательной активности составляют:

№ п/п	Виды физкультурно-оздоровительных мероприятий	Вариативность проведения
1	Утренний приём на улице	Подвижные игры
2	Утренняя гимнастика (ежедневно в залеили на воздухе)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционный комплекс (типовой, сюжетный и др.)</li> <li>• Подвижные игры</li> <li>• Оздоровительные пробежки</li> <li>• Эмоционально стимулирующая</li> </ul>
3	Динамические паузы между НОД	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровые упражнения</li> <li>• Двигательные задания</li> <li>• Развитие мелкой и общей моторики</li> </ul>
4	Физкультминутки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пальчиковая гимнастика</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Имитационные упражнения</li> <li>• Общеразвивающие</li> </ul>
5	Физкультурные занятия (2 занятия в неделю - в зале, 1 - на воздухе)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционные</li> <li>• Ритмическая пластика</li> <li>• Тематические</li> <li>• Интегрированные</li> <li>• Игровые (подвижные игры, спортивные игры)</li> <li>• Соревнования</li> </ul>
6	Подвижные игры и физические упражнения (на прогулке)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижные игры</li> <li>• Спортивные упражнения и спортивные игры</li> <li>• Упражнения для индивидуальной работы</li> <li>• Подготовительные упражнения для новых, основных движений</li> <li>• Катание на санках, скольжение.</li> </ul>
7	Коррекционная работа с детьми по развитию движений	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнения на формирование осанки и стопы</li> <li>• Упражнения на развитие мелкой моторики</li> <li>• Индивидуальные игры и упражнения</li> </ul>
8	Упражнения после сна	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Коррекционно-профилактические упражнения</li> </ul>
9	Пальчиковая гимнастика.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнения на развитие мелкой моторики. Пальчиковые игры.</li> </ul>
10	Самостоятельная двигательная активность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность</li> </ul>
11	Физкультурные праздники, досуги	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивные игры</li> <li>• Игры-эстафеты</li> <li>• Соревнования</li> </ul>
12	Логопедическая ритмика.	Специальные коррекционные занятия
13	Дни здоровья	Тематические дни.

#### **4.2.5. Условия организации оздоровительных режимов для детей.**

1. Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи, сон, общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

2. Оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

3. Достаточный по продолжительности дневной сон детей. Длительность сна определяется индивидуальным проявлением структур головного мозга.

4. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Основными изменяющимися компонентами являются состояние периодов сна и бодрствования, двигательной активности детей на открытом воздухе и в помещении.

5. Санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями.

6. Присутствие в режиме дня элементов психоэмоциональной разгрузки.

7. Вариативность режимов с учётом нестандартных ситуаций.

#### **4.2.6. Формирование представлений о здоровом образе жизни.**

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 физкультурных 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 состояния и ощущения.
8. Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
9. Ведение систематической работы по ОБЖ.

#### **4.2.7. Использование психологических и психопрофилактических средств и методов.**

*Психологический блок программы включает 3 направления:*

1. Общение.
2. Психотерапия.
3. Развивающая предметно- пространственная среда.

##### *1. Принципы общения:*

- выявление факторов, способствующих возникновению стрессовых состояний у детей.
- сотрудничество с детьми и взаимопонимание.
- исключение неприязни к детям и своих отрицательных эмоций.
- игнорирование неудач.
- качественные объективные оценки.
- запрет на сравнение детей с кем-либо в невыгодном свете, не ставить в пример.
- использование форм невербальной поддержки.
- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребёнка.
- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДОУ в целом.
- использование психолого-педагогических приёмов, направленных на предупреждение аффективных проявлений: индивидуальные беседы, применение подвижных игр, сюжетно-ролевых и режиссёрских игр.
- проведение эмоционально-стимулирующей гимнастики, специально организованных практических занятий, направленных на обучение детей основам коммуникации, обогащения эмоционального опыта ребёнка, смягчению и устранению эмоциональной неустойчивости, агрессивности, тревожности (Цикл занятий «Азбука общения»).

##### *2. Виды терапии:*

- основой психотерапии является психогимнастика (М.И.Чистякова «Психогимнастика») – курс специальных упражнений, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка, как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.
- песочная терапия. Формы и варианты песочной терапии определяются особенностями конкретного ребёнка, специфическими задачами работы и её продолжительностью.
- музыкотерапия. Музыкотерапия включает в себя регулярное, ежедневное использование музыкальных пауз, игру на детских музыкальных инструментах, использование музыкальных игр в свободной деятельности.
- сказкотерапия. Интегративные технологии, оказывающие положительное влияние на психическое развитие в целом.

##### *3. Требования, предъявляемые к развивающей предметно- пространственной среде ДОУ.*

- соблюдение комфортности и безопасности через создание сходства обстановки интерьера групповой комнаты с домашней обстановкой.

- обеспечение богатства сенсорных впечатлений.
- обеспечение самостоятельной индивидуальной деятельности.
- обеспечение возможности для исследовательской деятельности.
- создание развивающей предметно-пространственной среды, использование экспериментирования как одного из аспектов развития личности.
  - наличие разнообразной предметной среды для развёртывания опытно-экспериментальной деятельности: мерные стаканы, нестандартные мерки, приборы, вода, глина, песок и т.д.

#### **4.2.8. Коррекционно-педагогическая работа с детьми.**

1. Коррекционно-педагогическое воздействие, направленное на устранение речевого дефекта у детей: специально организованная образовательная деятельность, гимнастика артикуляционного аппарата, пальчиковые игры.

2. Специальная дефектологическая непосредственно организованная образовательная деятельность, направленная на развитие психической, физической, личностной сферы, а также оздоровление всего организма ребёнка.

#### **4.2.9. Профилактическая работа.**

Специальные физкультурные комплексы: дыхательная гимнастика; упражнения на коррекцию осанки, плоскостопия;

Формы организации индивидуальная, комплексная.

#### **4.2.10. Летне-оздоровительные мероприятия.**

*Формы организации оздоровительной работы:*

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, при открытых фрамугах, ходьба босиком.
- физкультурные занятия на воздухе.
- физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе.
- обливание ног водой, душ.
- интенсивное закаливание стоп.
- витаминизация.

#### **4.3. Работа с педагогами.**

1. Состояние образовательного процесса и состояния здоровья:

- изучение состояния здоровья, проведение антропометрии.
- диагностика физического развития ребенка.
- диагностика среды жизнедеятельности (образовательная, психологическая, семейная).

2. Разработка комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей:

- подготовка и переподготовка квалифицированных специалистов ДОУ.
- разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических методов коррекции.
- пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, распространение информационной литературы).

3. Оценка эффективности мероприятий, направленных на улучшение состояния здоровья:

- Оценка эффективности программы.

#### **4.4. Работа с родителями**

*Задачи работы с родителями:*

- повышение педагогической культуры родителей.
- изучение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- знакомство родителей основами психолого-педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.

- просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
  - включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.
- Формы работы с родителями:*
- проведение родительских собраний, консультаций, круглых столов, семинаров.
  - педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
  - дни открытых дверей.
  - показ открытых занятий для родителей.
  - организация совместных дел.
  - наглядная агитация, анкетирование.

### Критерии оценки эффективности программы «Здоровый ребенок».

№ п/п	критерии	ответственные	выполнение
1	Степень адаптации ребёнка в детском саду: -поведение, -настроение, -работоспособность, -характер засыпания и пробуждения, утомляемость, -аппетит, -поведение на организованных занятиях	педагоги	
2	Пропуск одним ребёнком по болезни	педагоги	
3	Детская заболеваемость	педагоги	
4	Индекс здоровья	педагоги	
5	Результат профилактических осмотров, антропометрия.	педагоги	
6	Динамика распространённости хронических заболеваний.	педагоги	
7	Реализация на практике деятельности по развитию и укреплению здоровья, следование принципам здорового образа жизни, ценностное отношение к здоровью, культуре здоровья.	педагоги	
8	Уровневая оценка психофизического развития детей: - личностное развитие (контактность, статус в детском коллективе, выраженность эмоций). - развитие познавательных психических процессов: внимание, память, мышление, воображение, речь, восприятие. - кругозор. - двигательное развитие.	педагоги	

### Обеспечение реализации основных направлений программы

Техническое и кадровое обеспечение		
1	Приобретение необходимого оборудования - медицинского (бактерицидные	Заведующий, завхоз

	лампы.аэроионизатор) -спортивного (малые тренажёры, мячи, сухой бассейн) - мебели (стулья, шкафы для игрушек, синтезатор)	
2	Осуществление ремонта -коридоров -игровых площадок - музыкального зала -спортивной площадки	Заведующий, завхоз
3	Оборудование помещений - музыкального зала	Заведующий, завхоз
4	Пополнение среды нестандартными пособиями - чудо-коврики	Заведующий, завхоз
5	Введение дополнительных услуг -музыкально-театральной деятельности - спортивные	Заведующий, старший воспитатель
6	Программа оздоровления для педагогов «Здоровье на рабочем месте»	Старший воспитатель педагога
7	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в МОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в МОУ)	
<b>Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение.</b>		
1	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнение оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей.	Заведующий Старший воспитатель
2	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик.	Старший воспитатель
3	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: - ароматотерапия. - эмоционально-стимулирующая гимнастика. - сказкотерапия.	Старший воспитатель
4	Проведение упорядочения учебной нагрузки и активного отдыха детей (сокращение количества коллективных занятий, введение дней радости, каникул, гибкий график занятий и т.д.)	Воспитатели
5	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей.	Воспитатели
6	Продолжение работы по совершенствованию развивающей предметно-пространственной среды в МОУ, внедрение новых эффективных моделей.	Воспитатели
7	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск информационных листов, проведение цикла лекций, консультаций)	Воспитатели
8	Осуществление тесного контакта с медико-психолого- педагогическими, социальными и культурными службами города	Заведующий
9	Участие в семинарах, совещаниях различного уровня	

**Формы и методы оздоровления детей**

№ п/п	Формы и методы	Содержание	Дети
1	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адаптационный период) - гибкий режим - организация микроклимата и стиля жизни группы - учёт индивидуальных особенностей развития, способностей и потребностей.	Все группы
2	Физические упражнения	- утренняя гимнастика (коррекционно-оздоровительная, эмоционально-стимулирующая) - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамические игры - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	Все группы
3	Гигиенические и водные процедуры	- умывание - мытьё рук - игры с водой - обеспечение чистоты среды	Все группы
4	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (сквозное) - сон при открытых фрамугах - прогулки на свежем воздухе - обеспечение температурного режима и чистого воздуха.	Все группы
5	Активный отдых	- развлечения, праздники - игры-забавы - дни здоровья - каникулы	Все группы
6	Арома-и-фитотерапия	- ароматизация помещений - аромамедальоны	Все группы
7	Диетотерапия	- рациональное питание - учёт индивидуальной переносимости продуктов.	Все группы
8	Свето-и цветотерапия	- обеспечение светового режима - цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
9	Музыкотерапия	- муз.сопровождение режимных моментов - муз.оформление фона занятий - муз.театральная деятельность - хоровое пение	Все группы
10	Аутотренинг и психогимнастика	- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы - коррекция поведения - интегративные технологии	Все группы
11	Закаливание	- босохождение - игровой массаж - дыхательная гимнастика	Все группы

		- обширное умывание - гимнастика после сна	
12	Пропаганда ЗОЖ	- беседы с воспитанниками - занятия по ОБЖ	Все группы

### План лечебно-оздоровительных мероприятий.

Месяц	Мероприятия	Дозировка	Дети
сентябрь	1. Витаминизация 2. Фитонциды «Волшебный лучок» 3. Бактерицидные лампы 4. Полоскание рта водой комнатной температуры.	ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все группы, ЧБД
октябрь	1. Фитонциды «Волшебный лучок» 2. Бактерицидные лампы 3. Полоскание рта водой комнатной температуры.	ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все группы, ЧБД
ноябрь	1. Фитонциды «Волшебный лучок» 2. Бактерицидные лампы 3. Полоскание рта водой комнатной температуры.	ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все группы, ЧБД
декабрь	1. «Волшебная приправа» (лук, чеснок) 2. Драгоценный медальон (с чесноком внутри). 3. Бактерицидные лампы	10 дней в месяц ежедневно в обед 5 дней в неделю	Все группы, ЧБД
январь	1. Витаминизация 2. Фитонциды «Волшебный лучок» 3. Бактерицидные лампы 4. Полоскание рта водой комнатной температуры.	ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все группы, ЧБД
февраль	1. «Волшебная приправа» (фитонциды лук, чеснок) 2. Драгоценный медальон (с чесноком внутри). 3. Бактерицидные лампы	10 дней в месяц ежедневно в обед 5 дней в неделю	Все группы, ЧБД
март	1. Витаминизация 2. Фитонциды «Волшебный лучок» 3. Бактерицидные лампы 4. Полоскание рта водой комнатной температуры.	ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все группы, ЧБД
апрель	1. Витаминизация 2. Фитонциды «Волшебный лучок» 3. Бактерицидные лампы 4. Полоскание рта водой комнатной температуры.	ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все группы, ЧБД
май	Зелёные салаты «Весна»	50 г ежедневно	Все группы, ЧБД

## Структура внедрения здоровьесберегающих методик, технологий в МОУ

### *1. Ознакомление с теоретическими основами методики, технологии*

Определение оздоровительной направленности и значимости для ребёнка

Педагогико-психолого-медицинская оценка эффективности и прогноз результатов

### *2. Изучение мнения родителей и получение семейной поддержки*

### *3. Создание условий и оформление необходимого материала*

### *4. Включение методики в педагогический процесс.*

### *5. Анализ результатов использования*

Мониторинг детей

Опрос родителей, педагогов

### *6. Показ результатов*

Открытые мероприятия

Выступления

Наглядный материал

### *7. Выводы и предложения*

## Модель тактики работы педагогов с родителями.

### *1 этап. Ознакомительный*

Сбор информации (собеседование, анкетирование, наблюдение)

Выделение группы риска (по результатам исследования)

### *2 этап. Общепрофилактический*

Наглядная агитация (стенды, памятки)

Встречи со специалистами

### *3 этап. Работа с группой риска*

Выявление проблем (беседы, наблюдения, опросы)

Коррекция родительских установок (беседы)

### *4 этап Индивидуальная работа.*

Выявление, знакомство с опытом семейного воспитания

Консультативная индивидуальная помощь (по запросам)

### *6. этап Интегративный*

Совместное обсуждение планов на будущее

**Модель взаимодействия педагога-психолога и воспитателя с родителями  
для повышения эффективности коррекционной работы.**

Профилактика	Создание условий
	Наглядная пропаганда
	Чтение специальной литературы
	Консультативный диалог
Диагностика	Беседы
	Тесты, анкеты
	Наблюдения
Коррекция	Рекомендации
	Специальные занятия с детьми
	В режимных моментах
	Занятия, игры и т.д.

**Обследование детей.**

<b>I. этап доврачебное обследование специалистами с поликлиники</b>	
Анкетный тест – опрос родителей	Измерение артериального давления
Проверка слуха	Оценка физического развития и физической подготовленности
Исследование остроты зрения	Оценка состояния опорно-двигательного аппарата
<b>II. этап осмотр врачом-педиатром.</b>	
Комплексная оценка состояния здоровья детей	Выявление детей с хронической патологией
<b>III. этап – осмотр врачами-специалистами поликлиники</b>	
Дети старшего дошкольного возраста	

**План работы по обеспечению безопасности жизнедеятельности воспитанников**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Утверждение плана работы по ОБЖ	сентябрь	
2	1. Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей. 2. Выполнение инструкций по ТБ, правил и инструкций по ПБ. 3. Инструктаж по ОТ для персонала. (по плану)	постоянно	Завхоз Старший воспитатель
3	Организация развивающей предметно-пространственной среды в МОУ: 1. Контроль за санитарным состоянием помещений. 2. Контроль за состоянием спортивного оборудования в зале и на прогулочных площадках. 3. Техническая исправность оборудования. 4. Уровень освещения помещений. 5. Подбор и расстановка мебели. 6. Соответствие развивающей среды	постоянно	Завхоз Старший воспитатель

	возрасту детей.		
4	<p><i>Медико-санитарное сопровождение образовательного процесса в ДОУ:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медицинский контроль за условиями воспитания и обучения, своевременное выявление нарушений здоровья воспитанников.</li> <li>2. Соблюдение учебной нагрузки.</li> <li>3. Выполнение закаливающих и оздоровительных мероприятий.</li> <li>4. Контроль за организацией питания.</li> <li>5. Контроль за соблюдением противоэпидемиологического режима.</li> <li>6. Соблюдение личной гигиены работниками МОУ.</li> <li>7. Медосмотр сотрудников.</li> </ol>	Постоянно	Старший воспитатель
5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка планов-конспектов занятий по разделу ОБЖ.</li> <li>2. Контроль в рамках недели безопасности: организация обучения детей правилам дорожного движения, правил ПБ, правил поведения.</li> </ol>	согласно плану	
6	<p><i>Работа с воспитанниками ДОУ:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение «Недели здоровья»</li> <li>2. Курс специальных коррекционных занятий «Познай себя»</li> <li>3. Выставки детских работ по тематике ОБЖ.</li> <li>4. Выставки совместных работ и родителей по тематике БЖ.</li> </ol>	согласно плану	
7	<p><i>Работа с родителями:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультации.</li> <li>2. Выпуск информационных бюллетеней.</li> <li>3. Выпуск листовок «Неболейте-ка»</li> <li>4. Родительские консультационные дни</li> </ol>	согласно плану	

**Функции специалистов МОУ в организации коррекционно-развивающей оздоровительной среды.**

**Воспитатель:**

- Обеспечение гибкого оздоровительного режима.
- Наблюдение за динамикой развития детей.
- Коррекционная работа.
- Использование оздоровительных технологий.
- Работа с родителями.

**Учитель-логопед:**

- Обеспечение гибкого, щадящего режима.

- Обогащение словарного запаса, формирование лексико - грамматического строя речи.
- Формирование звукопроизношения с использованием оздоровительных технологий.
- Гимнастика артикуляционная, пальчиковая, дыхательная, для глаз.
- Массаж и самомассаж языка, лица; физкультминутки, упражнения на релаксацию.
- Комплексная оценка развития.
- Коррекционная работа (индивидуальная, подгрупповая).
- Текущее обследование, наблюдение.
- Работа во взаимодействии с педагогами МОУ
- Работа с воспитателями и родителями.

**Журнал здоровья.**

1. Ф.И. ребёнка
2. Дата рождения
3. Группа здоровья
4. Маркировка мебели
5. Антропометрические данные

Дата	Вес	Рост	Группа здоровья	Группа мебели

6. Хронические заболевания:

7. Противопоказания:

8. Рекомендации врача

9. Пропуски по болезни

10. Закаливание:

**закаливание воздухом:**

- утренний приём на свежем воздухе и гимнастика;

- воздушные ванны;

- воздушные ванны с упражнениями;

- сон с доступом свежего воздуха;

- солнечные ванны.

**закаливание водой**

- умывание в течение дня прохладной водой;

- полоскание рта кипячёной водой;

- ходьба по мокрой дорожке;

- ходьба по гальке, залитой солёной водой;

- обтирание влажным полотенцем

- игровой массаж.

### Критерии оценки эффективности программы «Здоровый ребенок».

Критерии									
медицинский					психолого - педагогический				
Степень адаптации	Доля дней проведённых в группе по факту.	Пропуск дней одним ребёнком по болезни.	Индекс здоровья.	Результаты профилактических осмотров.	Динамика распространения хронических заболеваний	Познавательное развитие	Личностное развитие	Психическое развитие	Двигательное развитие
Лист адаптации	Табель (посещаемость по факту: на посещаемость по плану x100)	Табель Число дней пропущенных по болезни: среднесписочный состав )	Число не разу не болевших детей: среднесписочное количество детей x 100)	Данные Антропометрии, осмотров специалистов.	Результаты осмотров, мониторинг.	Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Здоровье». Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Безопасность». Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Познание». формирование целостной картины мира, расширение кругозора.  Количество детей освоивших в полном объёме образовательную программу: на количество детей x 100.	Исследование педагога-психолога (Контактность, статус в коллективе, выраженность эмоций и т.д.)	Диагностика психических процессов	Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Физическая культура». Количество детей освоивших в полном объёме образовательную программу: на количество детей x 100