

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №14» Энгельсского муниципального района Саратовской области



**Программа «Здоровье»
МАДОУ «Детский сад №14»
Энгельсского муниципального района
Саратовской области
на 2021 – 2024г.**

413107, Саратовская область, г.Энгельс, ул. Шурова Гора зд.7/9 а

Авторы- составители:
Е.В. Колomoец, старший воспитатель
Ю.В. Егорова, старшая медицинская сестра
И.А. Кожанова, инструктор по
физической культуре

Рассмотрено и принято
на заседании Педагогического совета
Протокол №1 от 31.08. 2021г.

Согласовано:
на заседании Совета родителей
Протокол №1 от 09.2021г.

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка.....	2
1.1. Цели и задачи программы	3
1.2. Законодательно-нормативное обеспечение программы	3
1.3. Объекты программы	4
1.4. Основные принципы программы	4
1.5. Основные направления программы	4
1.6. Временные рамки и основные этапы реализации программы	5
2. Разделы программы.....	5
2.1. Материально-технические условия	5
2.2. Работа с детьми.....	7
2.2.1. Полноценное питание	9
2.2.2. Система эффективного закаливания	10
2.2.3. Организация рациональной двигательной активности	11
2.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей	13
2.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни	14
2.2.6. Лечебно-профилактическая работа	15
2.2.7. Летняя оздоровительная работа	15
2.3. Работа с педагогами.....	15
2.4. Работа с родителями	16
2.5. Ожидаемые результаты реализации программы.....	18
3. Кадровое обеспечение программы	18
4. Социальный эффект от реализации программы	19
3. Приложения.....	20

Программа «Здоровье» разработана коллективом "Детского сада № 14» в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОО, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

1. Пояснительная записка

Программа «Здоровье» (далее - Программа) разработана педагогическим коллективом МАДОУ «Детский сад № 14» Энгельсского муниципального района Саратовской области (далее - Учреждение).

Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни (*по определению Всемирной организации здравоохранения*). Поскольку понятие «здоровье» определяется как физическое, психическое и социальное благополучие человека, такая трактовка поднимает роль решения вопросов, связанных со здоровьем детей совершенно на новый уровень.

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и 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 или планшета, 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, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы нашего детского сада, является сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Педагогический коллектив дошкольного учреждения четко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДОО прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Программа «Здоровье» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно - оздоровительной работы в ДОО:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно - методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОО);
- материально - техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно - оздоровительной работы в ДОО (занятия, кружки,

внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Разрабатывая программу «Здоровье», мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровления и физического воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровье», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения - это комплексная система воспитания ребёнка - дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей. Наша программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребёнка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

1.1. Цель и задачи Программы

Основной целью внедрения данной программы является обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников ДОУ и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

Настоящая программа призвана обеспечить единство образовательных, социальных и медицинских мер в рамках пребывания ребёнка в ДОУ. Программа регулирует деятельность медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

- Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
- Внедрить здоровьесберегающие технологии в образовательный процесс дошкольного образовательного учреждения.
- Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей, потребности вести здоровый образ жизни.
- Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и ДОУ на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.

1.2. Законодательно-нормативное обеспечение программы

Программа разработана на основании нормативно - правовых документов, действующих в сфере образования, локальных актов Учреждения:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 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 2013 г. № 30384);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва от «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Письмо Минобрнауки РФ от 14 марта 2000 г. № 65/23-16 «О направлении инструктивно-методического письма "О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;

- Приказа Минздрава РФ от 03.07.2000 № 241 «Об утверждении «Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений»;
- Указ президента РФ от 20 апреля 1993 года № 468 «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ»;
- Приказ Минздрава России от 30.06.92 № 186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»;
- Приказ Минздрава России от № 60 от 14.03.95 «Об утверждении Инструкции по проведению профилактических осмотров детей дошкольного и школьного возраста на основе медико-экономических нормативов»;
- Устав МАДОУ «Детский сад №14»;
- Положение об организации питания воспитанников МАДОУ «Детский сад №14»;
- Положение о летней оздоровительной работе МАДОУ «Детский сад №14».

1.3. Объекты программы:

- Дети ДОУ;
- Педагогический коллектив;
- Родители (законные представители) детей, посещающих ДОУ.

1.4. Основные принципы программы:

- *научности* (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками)
- *доступности* (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- *активности* (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- *сознательности* (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- *систематичности* (реализация лечебно - оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- *целенаправленности* (подчинение комплекса медико - педагогических воздействий четко определенной цели);
- *оптимальности* (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

1.5. Основные направления 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 ДОУ;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;

- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей;
- организация условий для успешной сдачи норм ГТО воспитанниками и сотрудниками ДОУ.

1.6. Временные рамки и основные этапы реализации программы.

I этап. 2021-2022гг. - организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей ДОУ на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения компенсирующего вида.

II этап. 2022-2023 гг. - основной.

Реализация основных направлений деятельности ДОУ по здоровьесбережению.

III этап. 2023-2024 гг. - итогово-аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив.

Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных в диаграммах с пояснениями к ним и предложениями. Диагностические данные будут оформляться в «Листы здоровья групп».

2. Разделы программы.

Программа реализуется через следующие разделы:

1. Работа с детьми.
2. Работа с педагогами.
3. Работа с родителями.

2.1. Материально-технические условия

Модель образовательного пространства ДОУ

Кабинет заведующего	Индивидуальные консультации, беседы с педагогическим, медицинским, обслуживающим персоналом и родителями: <ul style="list-style-type: none"> • создание благоприятного психоэмоционального климата для работников ДОУ и родителей; • просветительская работа с родителями по вопросам воспитания и развития детей.
Методический кабинет	Библиотека для педагогов, выставки, методические пособия, видеотека - открытые занятия, утренники и пр.: <ul style="list-style-type: none"> • повышение профессионального уровня педагогов; • обеспечение наглядности педагогического процесса.
Кабинет педагога-психолога	Индивидуальная и подгрупповая непосредственно образовательная деятельность с детьми, консультативная работа с педагогами и родителями: <ul style="list-style-type: none"> • коррекционная работа с детьми; • развитие эмоционально - волевой сферы ребёнка, формирование положительных личностных качеств, развитие психических процессов, деятельности и поведения детей.

Кабинет учителя-логопеда	Индивидуальная и подгрупповая непосредственно образовательная деятельность с детьми, консультативная работа с педагогами и родителями: <ul style="list-style-type: none"> • развитие психических процессов, речи детей, коррекция звукопроизношения.
Музыкальный зал	Утренняя гимнастика, праздники, досуги, непрерывная образовательная деятельность, индивидуальная работа, кружковая работа: <ul style="list-style-type: none"> • художественно-эстетическое развитие детей. развитие их музыкальных способностей, эмоционально - волевой сферы.
Физкультурный зал	Утренняя гимнастика, непрерывная образовательная деятельность, спортивные праздники, досуги, кружковая работа: <ul style="list-style-type: none"> • укрепление здоровья детей, приобщение к здоровому образу жизни, развитие способности к восприятию и передачи движений.
Медицинский блок	Осмотр детей, консультации медсестры, оказание первой помощи детям и сотрудникам: <ul style="list-style-type: none"> • профилактическая, оздоровительная работа с детьми, • просветительская работа с родителями и работниками ДОУ.
Комплекс обеспечения жизнедеятельности ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> - кабинет заместителя заведующего; - пищеблок; - электрощитовая; - кастанная; - прачечная; - подсобные помещения.
Групповые помещения	Коррекционно - развивающая, воспитательно - образовательная, оздоровительная работа. Зоны для решения воспитательно - образовательных и коррекционных задач: <ul style="list-style-type: none"> • уголок для ролевых игр, настольно - печатных; • книжный уголок; • уголок основ безопасности жизнедеятельности; • выставка, мини-музей (изделий народных мастеров и т. д.); • уголок природы (наблюдений за природой); • спортивный уголок; • игровой уголок (с игрушками, строительным материалом); • уголки для разнообразных видов самостоятельной деятельности детей - конструктивной, изобразительной, музыкальной и театрализованной; • уголок познавательного развития
Приемная	Индивидуальные беседы с родителями, размещение наглядной информации для родителей, ознакомление родителей и детей с результатами детской деятельности: <ul style="list-style-type: none"> • выставка (детского рисунка, детского творчества, и т. д.); • уголок для родителей; • библиотека педагогической литературы; • уголок выносного материала для улицы; • методические рекомендации по вопросам воспитания.

Коридоры и лестничные пролеты	Выставки детских работ, выставка репродукций картин русских художников, знакомство с родным городом, государственной символикой, фоторепортажи с мероприятий ДОУ: <ul style="list-style-type: none"> • патриотическое воспитание детей и родителей; • эстетическое воспитание детей и родителей; • экологическое воспитание детей и родителей; • педагогическое просвещение родителей.
Участки ДОУ	Прогулки, игровая деятельность, физкультура, досуги, праздники, обучение детей безопасному поведению на улице (ПДД), самостоятельная двигательная активность детей: <ul style="list-style-type: none"> • развитие познавательной, трудовой деятельности, • физическое развитие и оздоровление детей; • обучение безопасной жизнедеятельности; • экологическое воспитание.
Спортивная площадка	Утренняя гимнастика, непосредственно образовательная деятельность (на свежем воздухе), спортивные праздники, самостоятельная двигательная активность детей: <ul style="list-style-type: none"> • оборудование для игры в баскетбол и волейбол; • гимнастический комплекс;

2.2. Работа с детьми.

Критерием эффективности лечебно-оздоровительной работы Учреждения служит улучшение состояния здоровья детей. Оценку состояния здоровья детей проводят на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров.

Без информации о ходе промежуточных результатах, без постоянной обратной связи процесс управления здоровьесбережением невозможен. Первой, важнейшей составной частью системы мониторинга в МАДОУ «Детский сад № 14», определено состояние здоровья воспитанников. Данная система включает в себя два аспекта:

- медицинский;
- психолого-педагогический.

Все аспекты содержат составные части, касающиеся вопросов здоровья. Полученные данные заносятся в диагностические таблицы и листы здоровья, отражающие уровень физического развития и здоровья детей и хранятся на протяжении всего периода посещения ребенком Учреждения.

Сбор информации осуществляется следующими методами:

- осмотр детей;
- наблюдение за деятельностью ребенка и анализ его результатов;
- изучение и анализ документов;
- определение компетентности детей с последующим анализом результатов;
- тестирование и анализ результатов.

Первый аспект - медицинский, направлен на оценку и изучение состояния здоровья детей, осуществляется медицинскими работниками. Показатели здоровья включают в себя: группу физического здоровья на основе анамнеза; группу физического развития на основе антропометрических данных; разделение детей на группы для занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная).

Оценку физического развития детей проводят 2 раза в год (осень, весна) по данным антропометрических показателей (длина и масса тела) и для детей дошкольного возраста дополняют результатами тестирования физической подготовленности. Состояние здоровья каждого ребенка оценивается комплексно с учетом уровня достигнутого физического и нервно-психического развития, острой заболеваемости за год, предшествующий осмотру, наличия или отсутствия в момент обследования хронических

заболеваний и частоты их обострения, уровня функционального состояния основных систем организма.

Второй аспект - психолого-педагогический направлен на выявление развития ребенка по следующим показателям: социально-эмоциональное благополучие; сформированности у детей компетентности в области здоровьесбережения и включает в себя:

- уровень физической подготовленности детей - отслеживается инструктором по физической культуре в начале и в конце года.
- уровень усвоения детьми раздела образовательной программы дошкольного образования по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и формированию основ безопасности;
- создание условий для полноценного психического развития ребенка;
- уровень усвоения детьми раздела образовательной программы дошкольного образования «Познавательное развитие»: «Развитие представлений об окружающем мире и о себе»;
- отслеживается воспитателями посредством педагогической диагностики;
- уровень овладения культурно-гигиеническими навыками - отслеживается воспитателями ежедневно в ходе режимных моментов при помощи метода наблюдения.

Основные формы и методы работы с детьми

№	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.	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений; - сон при открытых фрамугах; - прогулки на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	- развлечения, праздники; - игры-забавы; - дни здоровья.
6.	Фитотерапия	- витаминизация напитков.
7.	Диетотерапия	- рациональное питание.
8.	Светотерапия	- обеспечение светового режима.
9.	Музтерапия	музыкальное сопровождение режимных моментов; - музыкальное оформление фона занятий; - музыкально-театральная деятельность.

10.	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> - дыхательная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - игровой массаж.
11.	Пропаганда здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> - экологическое воспитание; - периодическая печать; - курс бесед; - специальные занятия.

2.2.1. Полноценное питание.

В комплексе с другими здоровьесберегающими факторами питание является основой для физического и нервно-психического развития детей, повышения сопротивляемости организма к заболеваниям.

Основные принципы организации рационального питания детей в Учреждении:

- обеспечение поступления всех основных пищевых веществ в количествах, отвечающим физиологическим потребностям детского организма;
- соблюдение определенного режима питания;
- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов;
- также создание условий для эстетического и культурно-гигиенического развития детей.

1. На основе *примерного перспективного десятидневное меню* медицинским работником составляется ежедневное меню на неделю вперед, что обеспечивает:

- правильное сочетание блюд в рационе;
- разнообразие в диете, и повышение усвоения отдельных продуктов;
- распределение калорийности питания в течение суток;
- строгое соответствие объема пищи возрасту ребенка. Пища должна не только удовлетворять потребностям растущего организма и вызывать чувство насыщения, но и соответствовать возрастной емкости желудка. Объемы разовых порций и суточный объем пищи нормированы для детей каждой возрастной группы;
- для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

2. *Организация режима питания:*

- режим является одним из основных условий, обеспечивающих рациональное питание;
- режим строится с учетом 12-часового пребывания детей в Учреждении, при организации 5-х разового питания;
- график выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не уже остывшую пищу. Горячие блюда (супы, соусы, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60...+65°C; холодные закуски, салаты, напитки - не ниже +15°C;
- правильно организованный режим обеспечивает лучшее сохранение аппетита.

3. *Картотека технологий приготовления блюд обеспечивает:*

- сбалансированность и разнообразие рациона;
- соблюдение правил приготовления пищи и различных способов их кулинарной обработки;
- приготовление из одного продукта широкого ассортимента блюд, с этой целью в ДОУ создана картотека технологий приготовления блюд.

4. *Эстетические и культурно-гигиенические условия развития детей:*

- умение вкусно приготовить, и красиво оформить блюда перед подачей их детям - немаловажное требование, предъявляемое к работникам пищеблока;
- создание доброжелательной и комфортной атмосферы для приема пищи;

- сервировка стола, эстетика, а также внешний вид готовых блюд способствует поддержанию хорошего аппетита у детей, создает положительное отношение к еде и вызывает желание есть за стол;

- воспитание у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;

- привитие дошкольникам вкуса к здоровой и полезной пище.

2.2.2. Система эффективного закаливания

Большое значение в Учреждении придается методам неспецифической профилактики, повышающим защитные механизмы организма. Среди этих методов ведущим является закаливание, под которым понимается комплекс оздоровительных мероприятий, повышающих устойчивость организма инфекционным заболеваниям, к неблагоприятным средовым и, в первую очередь, метеорологическим воздействиям путем тренировки механизмов терморегуляции, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка. В дошкольном учреждении используются методы закаливания, абсолютно безвредные для всех детей.

Характер действия	Метод	Методика	Противопоказания
1	2	3	4
Воздух (температурное воздействие на организм)	Утренняя гимнастика	Гимнастика в облегченной одежде при открытой фрамуге.	Медицинский отвод после болезни
	Прогулка	Прогулка на свежем воздухе в любую погоду в одежде по сезону.	Нет
	Сон без маек при открытых фрамугах	Учет физического и соматического состояния ребенка; не допускать сквозного потока холодного воздуха.	Температура воздуха в спальне ниже 19-20°C
	Воздушные контрастные ванны. Ленивая гимнастика после дневного сна	Использование разницы температур (под одеялом, без одеяла; в спальне, в групповой комнате). Использование «дорожек здоровья» (ребристая доска, сухая дорожка, массажные коврики) не менее 15 мин. в день.	Температура воздуха ниже нормы. Наличие противопоказаний. Учет физического и соматического здоровья.
	Хождение босиком	Дозированное хождение по земле в летний период.	Температура воздуха ниже нормы. Наличие медицинских отводов
Вода (температурны	Полоскание рта кипяченой водой	Постепенное обучение, полосканию рта, начиная с 1й младшей группы.	Аллергическая восприимчивость

е и механические раздражающие воздействия на кожу, органы обоняния, дыхательную систему)	Обширное умывание Туалет носа	Постепенное обучение, элементам обширного умывания, начиная от кончиков пальцев до локтя, плеча, шеи с переходом к подбородку, и умыванию лица. Процедура проводится 1 раз после сна. Освободить носовой ход от скапливающейся слизи, промыть проточной водой.	Температура воздуха ниже нормы. Наличие медицинских отводов Нет
Солнце (общее температурное воздействие на организм)	Прогулка. Солнечные ванны. Световоздушные ванны	Использование ослабленного влияния атмосферы (раннее утро, после полудня). Проведение солнечных ванн в облачные дни. Использование отраженных лучей (в тени). Изменение площади открытой поверхности кожи подбором одежды. Изменение продолжительности процедуры.	Лихорадочные состояния, последствия глубокой недоношенности, хронические заболевания, температура свыше 30°C

2.2.3. Организация рациональной двигательной активности

Большое значение при занятиях по физической культуре уделяется дозированию физической нагрузки, которая должна быть адекватна состоянию здоровья ребенка и его психомоторному развитию. Дозированная физическая нагрузка дает возможность осуществлять дифференцированный подход к детям, перенесшим различные заболевания, имеющим постоянные или временные отклонения в состоянии здоровья.

№ п/п	Виды деятельности	Продолжительность	Объем нагрузки
<i>1. Физкультурно-оздоровительные занятия</i>			
1.1	Утренняя гимнастика	10-12 мин.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале
1.2	Физкультминутки	3-5 мин.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания непрерывной образовательной деятельности
1.3	Двигательная разминка	7-10 мин.	Ежедневно после непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз)

1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15-30 мин.	Ежедневно во время утренней прогулки (проводится по подгруппам, с учетом двигательной активности)
1.5	Оздоровительный бег	3-7 мин.	Ежедневно во время утренней прогулки
1.6	Индивидуальная работа по развитию движений	12-15 мин.	Ежедневно во время вечерней прогулки
1.7	Бодрящая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами	10-15 мин.	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей
<i>2. Непрерывная образовательная деятельность</i>			
2.1	Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре	15-30 мин.	2 раза в неделю в зале
2.2	Спортивные игры и упражнения на воздухе	15-30 мин.	1 раз в неделю на улице
<i>3. Физкультурные праздники и развлечения</i>			
3.1	Неделя здоровья	-	1 раз в год (первые недели сентября)
3.2	Физкультурный досуг	20-40 мин.	1 раз в месяц (проводится по параллелям)
3.3	Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	20-40 мин.	2-3 раза в год (проводится по параллелям)
3.4	Спортивные игры-соревнования	60 мин.	1-2 раза в год на воздухе или в зале
<i>4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</i>			
4.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях ДОУ		2-3 раза в год
1.3	Двигательная разминка	7-10 мин.	Ежедневно после непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз)
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15-30 мин.	Ежедневно во время утренней прогулки (проводится по подгруппам, с учетом Д. А. детей)
1.5	Оздоровительный бег	3-7 мин.	Ежедневно во время утренней прогулки
1.6	Индивидуальная работа по развитию движений	12-15 мин.	Ежедневно во время вечерней прогулки
1.7	Бодрящая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами	10-15 мин.	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей
<i>2. Непрерывная образовательная деятельность</i>			

2.1	Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре	15-30 мин.	2 раза в неделю в зале
2.2	Спортивные игры и упражнения на воздухе	15-30 мин.	1 раз в неделю на улице
<i>3. Физкультурные праздники и развлечения</i>			
3.1	Неделя здоровья	-	1 раз в год (первые недели сентября)
3.2	Физкультурный досуг	20-40 мин.	1 раз в месяц (проводится по параллелям)
3.3	Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	20-40 мин.	2-3 раза в год (проводится по параллелям)
3.4	Спортивные игры- соревнования	60 мин.	1-2 раза в год на воздухе или в зале
<i>4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</i>			
4.1	Участие родителей в физкультурно оздоровительных мероприятиях ДОУ		2-3 раза в год

2.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

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

Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и другие.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей следует использовать оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

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.

2.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни.

В ДОУ необходимо создать условия, позволяющие ребенку планомерно накапливать опыт ведения здорового образа жизни и безопасного поведения.

В современной науке опасностями принято называть явления, процессы или объекты, способные в определенных условиях наносить ущерб здоровью человека непосредственно или косвенно.

Под безопасностью большинство исследователей понимают такое состояние человека, которое с определенной вероятностью обеспечивает невозможность причинения вреда его существованию, как другими, так и самим собой.

Задача воспитателя заключается в том, чтобы дать детям необходимую сумму знаний об общепринятых человеком нормах поведения, научить адекватно, осознанно действовать в той или иной обстановке, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в парке, в транспорте и развить у дошкольников самостоятельность и ответственность.

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется 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 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 своё 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 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, большой вклад вносят в это музыкальный руководитель и воспитатели групп. проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, 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 и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
- появлению положительных эмоций способствуют сюжетно - ролевые игры - драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник - актёр;
- большая роль в психо-коррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

2.2.6. Лечебно-профилактическая работа.

Осуществляют медицинская сестра детского сада, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

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

2.2.7. 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 участке, спортивной площадке);
- туризм (походы, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

2.3. 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 педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям программы «Здоровье» и т.д.;
- 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.

Организационные методические мероприятия:

- Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, 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, семейную среду и экологию места обитания.
- Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно - гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- Внедрение сбалансированного разнообразного питания.

Пропаганда здорового образа жизни.

- Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально - значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Беседы, валеологические занятия.

2.4. Работа с родителями.

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

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность. Для себя мы определили следующие **задачи работы с родителями.**

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого -

- педагогических проблем развития ребёнка.
5. Вооружение родителей основами психолого - педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
 6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
 7. Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

- Проведение Совета родителей, семинаров - практикумов, консультаций.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- Дни открытых дверей.
- Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
- Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
- Совместные занятия для детей и родителей.
- Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
- Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями используем *план изучения семьи*:

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают - положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

- Анкета для родителей.
- Беседы с родителями.
- Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
- Посещение семьи ребёнка.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями 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. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
9. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
10. Воспитание культурно - гигиенических навыков у дошкольников.
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
13. Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
14. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
15. Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы.

2.5. Ожидаемые результаты реализации программы.

- 1) Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:
 - улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
 - успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОО ежегодно не менее 86%, качественная подготовка детей к школе до 95%;
 - рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
 - активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%.
- 2) Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
- 3) Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
- 4) Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- 5) Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- 6) Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- 7) Повышение квалификации педагогов детского сада.
- 8) Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

3. Кадровое обеспечение программы «Здоровье».

Заведующий ДОО:

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

Старший воспитатель:

- нормативно - правовое, программно - методическое обеспечение реализации программы «Здоровье»;
- проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом);
- контроль за реализацией программы «Здоровье».

Медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- дыхательная гимнастика.

Заместитель заведующего:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДООУ;
- создание материально - технических условий;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно - гигиенических условий при реализации программы «Здоровье».

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).

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- дыхательная гимнастика;

Повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания;

Младший воспитатель:

- соблюдение санитарно - охранительного режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно - оздоровительных мероприятий.

4. Социальный эффект от реализации программы

Реализация программы даст возможность в разработке педагогами ДООУ авторских методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности. Использование инновационных здоровьесберегающих технологий позволит удовлетворить широкие образовательные запросы родителей и детей.

Реализация программы будет способствовать развитию устойчивого интереса у детей к сохранению своего здоровья, воспитанию здорового образа жизни. Выраженная субъективность дошкольников позволит: изменить позицию взрослых в педагогическом процессе дошкольного образовательного учреждения, вести поиск новых форм организации воспитания и развития детей, обеспечит устойчивый качественный уровень образовательных услуг и продемонстрировать социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

Основные направления программы по здоровьесбережению.

Направления программы	Содержание деятельности
1. Организационное	<ul style="list-style-type: none"> - Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий. - Разработка и внедрение Программы здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс. - Создание в ДОО организационно-педагогических и медико-социальных условий по внедрению Программы по здоровьесбережению. - Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников. - Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы по здоровьесбережению. - Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы по здоровьесбережению. - Нарращивание материально-технической базы ДОО для внедрения и реализации Программы по здоровьесбережению. - Корректировка Программы по здоровьесбережению на всех этапах реализации.
2. Просветительское (образовательное)	<ul style="list-style-type: none"> - Создание мотивации в ДОО на выбор здоровых альтернатив жизни. - Организация пропаганды здорового образа жизни в ДОО. - Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни. - Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни. - Включение родителей в деятельность ДОО как значимых участников оздоровительного процесса. - Разработка и реализация адресных профилактических и
3. Правовое	<ul style="list-style-type: none"> - Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы по здоровьесбережению: - - ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья.
4. Аналитико-экспертное	<p>Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей. - Анализ-экспертиза результатов реализации Программы здоровьесбережения в динамике. - Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций. - Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса. - Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофи-

	зического здоровья.
5. Информационно-методическое	<ul style="list-style-type: none"> - Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы по здоровьесбережению. - Повышение информационной культуры педагогических и медицинских работников, обусловленной общими задачами Программы по здоровьесбережению. - Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДОУ. - Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни. - Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы по здоровьесбережению. - Распространение опыта оздоровительной работы.
6. Диагностическое	<ul style="list-style-type: none"> - Измерение промежуточных результатов реализации Программы по здоровьесбережению. - Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков. - Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни. - Анализ здоровьесберегающей среды в ДОУ. - Выявление групп детей, требующих внимания специалистов. - Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.
7. Социально-педагогической адаптации	<ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям ДОУ. - Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья. - Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития.
8. Координационное	<ul style="list-style-type: none"> - Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями МО. - Взаимодействие ДОУ с семьёй по вопросам укрепления здоровья детей. - Использование в оздоровительной работе ДОУ перспективных форм социального партнерства.

Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности ДОУ на период 2021-2024 гг.

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
	<p>I. Организационное направление.</p> <p>Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства</p>		

1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению	январь 2020	Заведующий ДОУ Старший воспитатель
2.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	постоянно	Старший воспитатель
3.	Создание кадровых, психолого- педагогических, учебно-материальных, учебно- дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению: - определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста; - организация повышения квалификации участников здоровьесбережения; - организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению; - обеспечение ДОУ медицинскими препаратами, витаминами для витаминизации третьего блюда	постоянно	Заведующий ДОУ Старший воспитатель
4.	Осуществление в практике ДОУ системно-синергетического подхода к управлению здоровьесбережением: - описание стратегии работы по здоровьесбережению в ДОУ; - разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; - организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; - контроль системы здоровьесбережения.	2020-2023г.г.	Администрация ДОУ
5.	Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	в течение периода	Старший воспитатель
6.	Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения детского экспериментирования с детьми	2020-2023 гг.	Старший воспитатель
7.	Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах	Постоянно	Старший воспитатель
8.	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования	2020-2023 гг.	Старший воспитатель

9.	Организация работы по физической культуре для детей: - разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре;	постоянно	Инструктор по физ.культуре
10.	Разработка программы повышения квалификации педагогических работников	2021 г.	Старший воспитатель
11.	Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями	2022 г.	Старший воспитатель
12.	Реализация индивидуализированной программы «Приобщение детей к народной культуре средствами музыкального фольклора»	в течение периода	Музыкальный руководитель
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	в течение всего периода	Специалисты ДОУ
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни	Ежегодно	Старший воспитатель
3.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.	В течение всего периода	Педагоги ДОУ
4.	Работа с детьми в адаптационный период	В течение всего периода	Педагог - психолог, педагоги ДОУ
5.	Социальный анализ семей воспитанников ДОУ. Оформление социальных паспортов.	Ежегодно	Старший воспитатель
6.	Мониторинг успеваемости выпускников ДОУ на начальном этапе обучения за последние 3 года	Ежегодно	Старший воспитатель
7.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: - проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; - анализ профессионального роста педагогов.	Ежегодно	Старший воспитатель
III. Информационно-методическое направление Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса			
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий	Постоянно	Старший воспитатель

2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	В течение всего периода	Старший воспитатель
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2021-2024г.г.	Старший воспитатель
4.	Семинар «Здоровье детей - наше будущее»	2022 г.	Старший воспитатель
5.	Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников»	2022 г.	Старший воспитатель
6.	Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия»	2023 г.	Музыкальный руководитель
7.	Консультация «Культурный ребёнок -здоровый ребёнок»	2023 г.	Старший воспитатель
8.	Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка»	2022 г.	Заведующий
9.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке»	2022 г.	Инструктор по физкультуре
10.	Консультация «Лечебные подвижные игры»	2022 г.	Инструктор по физкультуре
11.	Рекомендации «Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий»	2023 г.	Инструктор по физкультуре
12.	Памятка «Безопасные для здоровья ребёнка условия общения с компьютером»	2022 г.	Заведующий
13.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании»	2021 г.	Медсестра
14.	Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс». Сборник материалов.	2022 г.	Заведующий
15.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	2022 г.	Старший воспитатель
16.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОУ - творческий отчёт	2024 г.	Заведующий
IV. Просветительское направление Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках, на сайте ДОУ	Ежегодно	Старший воспитатель
2.	Консультация «Художественная литература - средство обогащения нравственного здоровья детей»	2021-2023 г.г.	Старший воспитатель

3.	Советы инструктора по физ.культуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей»	2022г.	Инструктор по физ.культуре
4.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних условиях»	2021-2022гг.	Музыкальный руководитель
5.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	Медсестра
6.	Консультация «Средства укрепления иммунитета»	2022г.	Медсестра
7.	Групповые Советы родителей «Здоровье с детства», «Вредные привычки»	2022-2023гг.	Воспитатели ДОУ
8.	Практические рекомендации для родителей ЧБД	Постоянно	Медсестра
9.	Спортивный праздник «Папа- я спортивная семья!»	2021 г.	Инструктор по физкультуре
10.	Спортивно-оздоровительное развлечение «В здоровом теле - здоровый дух»	2022-2023гг.	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
11.	Тематическое занятие по ПДД	2021-2022гг.	Воспитатели
12.	Тематическое занятие «Пусть знает каждый гражданин пожарный номер - 01!»	2022-2023гг.	Воспитатели
VI. Управление взаимодействие с социальными институтами детства Координационное направление здоровьесбережением в ДОУ			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведующий
2.	Контроль процесса здоровьесбережения в ДОУ: совещания; собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; анализ состояния заболеваемости; проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОУ; организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; анализ тестирования детей по физическому воспитанию, организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий	1 раз в квартал 1 раз в полугодие 3 раза в год 1 раз в месяц ежегодно 2 1 раз в год ежемесячно	Заведующий

3.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: составление циклограммы занятий в - соответствии с требованиями САН ПиН; - разработка режима работы кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения; - экспертиза программ дополнительного	Постоянно	Старший воспитатель
4.	Установление взаимосвязи с детской поликлиникой: выявление детей с патологиями; -консультирование родителей детей; - ведение листов здоровья; - выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима	В течение всего периода	Медсестра
5.	Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах	Согласно плану	Заведующий
6.	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; - разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности; - создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей	2021-2022гг.	Старший воспитатель
VII. Правовое направление			
1.	Ознакомление с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей	2021г.	Заведующий
2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ.	2021г.	Заведующий

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №14» Энгельсского муниципального района Саратовской области

«Утверждаю»

И.о. заведующего

МАДОУ «Детский сад №14»

Е.В. Коломоец

Приказ от 2021г. № _____

**Программа «Здоровье»
МАДОУ «Детский сад №14»
Энгельсского муниципального района
Саратовской области
на 2021 – 2024г.**

413107, Саратовская область, г.Энгельс, ул. Шурова Гора зд.7/9 а

Авторы- составители:

Е.В. Коломоец, старший воспитатель

Ю.В. Егорова, старшая медицинская сестра

И.А. Кожанова, инструктор по
физической культуре

Рассмотрено и принято

на заседании Педагогического совета

Протокол №1 от 31.08. 2021г.

Согласовано:

на заседании Совета родителей

Протокол №1 от 09.2021г.