

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Куженерский детский сад №2 «Теремок»

Рассмотрено
на педагогическом совете
Протокол №1 от 28.08.2020



Тихонова Г.Г.
Приказ №45 от 28.08.2020

Программа

"Здоровье"

"Здоровье"

Куженер
2020г

Наименование программы	Программа «Здоровье» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Куженерский детский сад №2 «Теремок»
Исполнители Программы	Педагоги, воспитанники, родители
Цель Программы	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствование их физического развития.
Задачи Программы	1. Создать комфортный микроклимат в детском коллективе, ДОУ. 2. Обучать навыкам здоровьесберегающих технологий: формировать у детей знания, умения, навыки сохранения здоровья и ответственности за него в будущем. 3. Формировать профессиональную позицию педагога, характеризующую мотивацию к здоровому образу жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье подрастающего поколения. 4. Повышать физкультурно-оздоровительную грамотность родителей.
Нормативная база	- «Конвенция о правах ребенка»; - «Семейный кодекс РФ». - Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43. - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155); - Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
Сроки реализации	Программа рассчитана на 2020-2023 гг. I этап. 2020-2021 г.г. – 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. II этап. 2021-2022 гг. – основной. Реализация основных целей и задач деятельности ДОУ по здоровьесбережению. III этап. 2022-2023 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 отчете с представлением на итоговом педсовете с пояснениями к ним и предложениями.
Источники	Финансирование Программы осуществляется из

финансирования	бюджетных средств ДОУ, внебюджетных средств ДОУ, за счет дополнительных образовательных услуг
Ожидаемые результаты	<p><u>Ребенок</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка, приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности закаливания. -Систематизация опыта формирования у детей психоэмоциональной устойчивости, повышение уровня валеологических знаний. <p><u>Педагог</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Повышение профессиональной компетентности педагогов. -Обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления. -Реализация социального заказа родителей. <p><u>Родители</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Определение родителями позиции равноправных участников

1. Пояснительная записка

Программа «Здоровье» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Куженерский детский сад №2 «Теремок» является нормативным документом. Формирование здорового поколения –

одна из главных стратегических задач развития страны. В Приказе Министерства образования и науки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 N 1155 – одной из пяти образовательных областей является образовательная область «Физическое развитие», содержание которой направлено на достижение целей здоровья детей и формирования

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование представлений о здоровом образе жизни.

Актуальность

Дошкольное образовательное учреждение призвано создать основу для дальнейшего развития ребенка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития. Решающими критериями качества дошкольного образования являются его здоровьесберегающая и здоровьеукрепляющая ориентация.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, несбалансированным питанием.

Сложившееся в последний год положение в практике общеобразовательных учреждений, требует внимания к проблеме детей трудностям в обучении, охране их соматического и психического здоровья, поиску дифференцированных форм организаций обучения и воспитания, обеспечивающих полноценное образование и развитие личности. Данный проблемный анализ позволяет сделать вывод об актуализации и создании единого образовательного пространства, обеспечивающего ее разностороннее и целостное развитие ребенка.

2. Проблемно-ориентированный анализ

Показатели	Реальное	Идеальное	Достижимое
Предметно-развивающая среда	Недостаток современного стандартного оборудования	Разнообразие предметной среды в ДОУ, стимулирующей развитие ребенка	Обновление и наполнение среды с учетом возможностей ДОУ, требований ребенка и родителей
Комплексное психолого-педагогическое обеспечение Интеграция специалистов	Большой процент детей соматически больных и ослабленных (до 20%) Недостаточное взаимодействие в работе всех специалистов в рамках сопровождения индивидуального развития ребенка	Обеспечение деятельности всех направлений, сопровождения развития ребенка на уровне отдельных служб	Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровье» Усовершенствование психолого-педагогической службы (ППк, консультативный пункт)
Образовательное пространство	Несоответствие программного материала, приводит к повышению умственной нагрузки	Базовая программа, реализующая содержание дошкольного образования	Оптимизация реализуемого содержания на основе составления плана совместной работы специалистов. Создание планов взаимодействия всех специалистов.
Дополнительное образовательное пространство	Работа кружков по интересам детей. Взаимодействие с учреждениями дополнительного образования.	Расширение услуг, повышение качества дополнительного образования	Повышение качества дополнительного образования.
Включенность семьи Преемственность	Слабая включенность семьи в работу ДОУ Низкий образовательный уровень, отсутствие преемственности в воспитании и	Родители – партнеры в образовательном процессе. Построение единой системы преемственного	Открытая система отношений педагогов и семьи, основанная на психологии доверия.

	образовании детей.	воспитания	
Мастерство и профессионализм педагогов	Недостаточный уровень овладения современными технологиями, инновациями.	Педагог-универсал, творчески развивающаяся личность.	Повышение квалификации педагогов, повышение мотивации к овладению инновационными технологиями, обучение современным образовательным технологиям.
Материально-техническая база, ресурсы	Средний уровень материального обеспечения ДОУ.	Современное техническое оборудование	Расширение и укрепление материально-технической базы ДОУ.

Таким образом, проблемно - ориентированный анализ выявил потенциал развития и показал, что ДОУ необходимо комплексное обновление системы физкультурно-оздоровительно и коррекционно-развивающей работы.

Проблема	Ожидаемый результат
<ul style="list-style-type: none"> • Остается высокой заболеваемость детей; • низкая посещаемость детей по разным причинам; • есть дети с нарушением осанки, часто болеющие дети, дети-инвалиды; • не достаточно осуществляется индивидуальный подход; • неэффективное использование спортивного инвентаря в группах; • не все педагоги детского сада соблюдают двигательный режим; • низкая заинтересованность родителей в системном физическом развитии детей; • у детей нет потребности в движении, увлечение детей гаджетами. 	<p>Показатели, характеризующие успешность решения задачи №1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Снижение заболеваемости детей, сохранение и укрепление здоровья; • высокая посещаемость детей детского сада; • профилактика детей с нарушением осанки, часто болеющих детей; • осуществление индивидуального подхода в физическом развитии с детьми-инвалидами; • учитывание педагогами индивидуального подхода к каждому ребенку: особенности развития, темперамента, характера, состояния здоровья; • активное использование спортивного инвентаря в группах (организация эстафет, спортивных игр и т.д.); • соблюдение двигательного режима педагогами; • активное участие родителей; • сформированная потребность в движении у дошкольников.

3. Система содержания оздоровительной работы

3.1. Валеологическое образование детей

В соответствии с программой в образовательной области «Здоровье» представлены следующие темы образовательной деятельности:

Младшая группа

- Развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;
- Знакомство со схематическим изображением лица;
- Развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;
- Развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- Развитие способности к пониманию символических обозначений различных эмоциональных состояний;
- Развитие представлений о группе, принадлежности к ней; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим детям;
- Развитие положительного отношения к себе и своему имени;
- Развитие представлений детей о принадлежности к женскому и мужскому полу, особенностях поведения девочек и мальчиков.

Средняя группа

- Развитие представлений о своем теле:
- Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
- Кровеносная система и кожа;
- Дыхательная и пищеварительная система;
- Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье

Старшая и подготовительная группы

- Развитие представлений о своем теле:
- Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
- Кровеносная система и кожа;
- Дыхательная и пищеварительная система;
- Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье
- Польза и влияние на организм физических упражнений, правильного питания, ведение здорового образа жизни

3.2 Комплексная диагностика

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами городской детской поликлиники и детского сада:

- Осмотр детей специалистами детской поликлиники (патронаж);
- Регулярный осмотр детей медицинским персоналом детского сада;
- Определение группы здоровья;

- Диагностика речевого развития детей логопедом, воспитателями детского сада;
 - Выявление нарушений двигательной активности, координации движений.
- 2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием:
- Диагностика общей физподготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
 - Антропометрия.
3. Определение соответствия образовательной среды:
- Создание условий (оборудование физкультурного зала, наличие спортивных уголков в группах)
 - Изучение литературы, составление перспективных планов с использованием оздоравливающих технологий, анкетирование сотрудников детского сада
 - Составление карт индивидуального развития на каждого ребенка на основе диагностирования здоровья и общей физподготовленности.

3.3. Физкультурно-оздоровительная работа

1. Занятия по физкультуре всех видов:

- Традиционные;
- занятия-тренировки;
- занятия-соревнования;
- занятия-зачеты;
- интегрированные занятия;
- праздники и развлечения.

1. Организация дополнительного образования:

Кружок «Юные туристы»

3.3.1. Комплекс психогигиенических мероприятий:

- Психодиагностика;
- Элементы релаксации;
- Психогимнастика;
- Элементы музыкотерапии;
- Элементы сказкотерапии, смехотерапии;
- Фитодизайн;
- Обеспечение благоприятного психологического климата в детском саду.

3.3.2. Система закаливающих процедур:

- Воздушное закаливание;
- Водное закаливание;
- Хождение по «дорожкам здоровья»;
- Хождение босиком;

- Полоскание горла и рта;
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

3.3.3.Активизация двигательного режима воспитанников:

- Обеспечение двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- Создание необходимой развивающей среды;
- Проведение подвижных и спортивных игр, пеших походов во время прогулок;
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- Проведение утренней гимнастики, физкультминуток, гимнастики после сна;
- Хождение босиком на занятиях физкультурой, в летний период - на прогулке.

3.3.4.Использование оздоравливающих технологий:

- Точечный массаж;
- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
- Дыхательная гимнастика
- Специальные и коррекционные зрительные гимнастики;
- Хождение по «дорожке здоровья», использование массажеров.

3.3.5.Профилактическая работа:

- Постоянный контроль осанки;
- Контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой;
- Подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- Фито - и ароматерапия;
- Витаминотерапия;
- Сбалансированное питание;
- Вакцинация против гриппа;
- Употребление соков, фруктов;
- Употребление свежего чеснока и лука.

3.4.Коррекционная работа

- Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;
- Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
- Коррекция психических процессов, задержки психического развития;
- Коррекция психоэмоциональной сферы;

Мероприятия:

- Дыхательные упражнения в группе и на занятиях физкультурой;
- Самомассаж;
- Упражнения и игры профилактического и коррекционного характера;
- Индивидуальная работа с детьми.

3.5.Консультативно-информационная работа

1. С педагогами и персоналом:

- Семинары, консультации;
- Открытые просмотры и показы здоровьесберегающих технологий;
- Выставки дидактического материала и литературы;

2.С родителями:

- Привлечение родителей к проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий по годовому плану;
- Анкетирование родителей;
- Консультирование родителей по вопросам оздоровления и развития детей с привлечением специалистов детского сада, детской поликлиники;
- Организация совместных спортивных праздников, развлечений, экскурсий, походов.
- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;

3.С детьми:

- Проведение образовательной деятельности валеологического цикла, с элементами релаксации, здоровьесберегающих технологий.

4.Материальное обеспечение программы

- Спортивная площадка;
- Участки для прогулок;
- Физкультурно-музыкальный зал;
- Физкультурные уголки в группах

Двигательный режим

Физкультурные занятия	Согласно расписанию ООД
Утренняя гимнастика	ежедневно
Гимнастика после сна	ежедневно
Гимнастика для глаз	ежедневно
Пальчиковая гимнастика	ежедневно
Дыхательная гимнастика	ежедневно
Прогулки с включением подвижных игр, индивидуальной работы	ежедневно
Образовательная деятельность «Музыка»	Согласно расписанию ООД
Дополнительное образование	Согласно расписанию ООД
Спортивный досуг	Согласно годовому плану

5.Мониторинг эффективности реализации программы

Цель: Выявить и определить эффективность реализации программы «Здоровье» на определенном этапе. Эффективность работы В оценке эффективности проведенных физкультурно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости детей в течение года в сравнении с заболеваемостью за предшествующий год. Кроме того, эффективность оздоровления детей оценивается по следующим показателям:

- Положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- При снижении числа дней посещения ДОУ, пропущенных одним ребенком за год;
- При нормализации показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия).

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

МОДЕЛЬ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Во всех группах		Медсестра	В течение года
2	ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
	Физкультурные занятия	Во всех группах	3 раза в неделю	Руководитель физвоспитания	В течение года
	Утренняя гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Руководитель физвоспитания, воспитатель	В течение года
	Гимнастика после сна	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Гимнастика для глаз	Во всех группах	На физкультминутках	Воспитатель	В течение года

	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр, индивидуально й работы	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Образовательная деятельность «Музыка»	Во всех группах	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года
	Дополнительное образование	Во всех группах	1-2 раза в неделю	Руководитель физвоспитания,	В течение года
	Спортивный досуг	Во всех группах	По плану, 1 раз в месяц	Руководитель физвоспитания, воспитатель	В течение года
3	ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Во всех группах	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатель Педагог-психолог	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Артикуляционная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Учитель-логопед Воспитатель	В течение года
4	ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ				
	Самомассаж	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Профилактика гриппа прививки	Во всех группах с согласия родителей	По плану	Старшая медсестра	Ноябрь-февраль
	Коррекция осанки.	Во всех группах	Ежедневно	Педагоги	В течение года
5	ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ				
	Воздушные ванны	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки на	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение

	воздухе				года
	Хождение босиком	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	В течение года
	Обширное умывание	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Игры с водой	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
6	КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА				
	Коррекционные упражнения		По плану	Логопед	В течение года