

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад № 14 г.
Йошкар-Олы «Петушок»
МБДОУ «Детский сад № 14 «Петушок»

424032, Россия, Республика Марий Эл, город Йошкар-Ола,
улица Героев Сталинградской Битвы, дом 33 а,
телефон: (8362) 64-23-09

«Йошкар-Оласе14-ше №-ан «Агытан» йочасад»
муниципал бюджет школ деч ончычсо
туныктымo төнеж «14-ше №-ан «Агытан»
йочасад» МБШДОТТ

424032, Россий, Марий Эл Республик, Йошкар-Ола,
Сталинград крeдалмаш герой-влак урем, 33-шо «а»
пöрт, телефон: (8362) 64-23-09

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 14 «Петушок»
№ 3/26 -ос от 29 января 2026г.
Ромашовой О.В. _____

ПРИНЯТО:

на педагогическом совете
протокол № 3
от 29 января 2026г.

КОМПЛЕКСНАЯ ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА
«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»
МБДОУ «Детский сад № 14 г. Йошкар-Олы «Петушок»
на 2026-2030 гг.

г. Йошкар-Ола
2026г

№	Содержание	
	Пояснительная записка	3
1.	Целевой раздел	6
1.1	Цели и задачи программы	6
1.2	Законодательно-нормативное обеспечение программы	6
1.3	Объекты программы	7
1.4	Основные принципы программы	7
1.5	Основные направления программы	8
1.6	Основные этапы реализации программы	8
2.	Содержательный раздел	10
2.1	Основные направления работы	10
2.2.	Организация работы с детьми	12
2.2.1	Физкультурно-оздоровительная работа.	13
2.2.2	Создание условий организации оздоровительных режимов для детей	23
2.2.3	Создание представлений о здоровом образе жизни	28
2.2.4	Лечебно-профилактическая работа	33
2.3.	Работа с педагогами	36
2.4	Работа с родителями	40
2.5	Ожидаемые результаты реализации программы	43
3.	Организационный раздел	44
3.1	Материально-техническое обеспечение программы	44
3.2	Кадровое обеспечение программы	46
3.3.	Социальный эффект от реализации программы	48
4.	Перечень литературных источников	49
5.	Приложения	50
5.1	Основные направления программы по здоровьесбережению	50
5.2	Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности	52
5.3	Мониторинг эффективности реализации программы	57
5.4	Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	62

Пояснительная записка

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к дошкольникам предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности. Вместе с тем, результаты научных исследований свидетельствуют: количество здоровых детей не превышает 15- 20%. По данным Министерства здравоохранения России, к 6-7-летнему возрасту только 13% детей могут считаться здоровыми, а к моменту окончания школ это число уменьшается в 2,5 раза.

Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рассматривает здоровье как позитивное состояние, характеризующее личность в целом, и определяет его как состояние полного физического, духовного, психологического и социального благополучия, а не только как отсутствие болезни.

Одним из приоритетных направлений работы нашего детского сада, является сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Педагогический коллектив ДОО чётко 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.

Комплексная целевая программа «Азбука здоровья» МБДОУ «Детский сад №14 г. Йошкар-Олы «Петушок» (далее программа «Азбука здоровья») подобрана 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).

Актуальность программы определяется проблемами предупреждения различных заболеваний детей дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии.

Разработка программы «Азбука здоровья» привела коллектив детского сада к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, актуализации внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение.

Подбирая и адаптируя программу «Азбука здоровья», 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 «Азбука здоровья», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения – это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей. Эта программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка 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 «Азбука здоровья» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, специалистами ДОО 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.

Программа «Азбука здоровья» призвана объединить педагогический персонал, специалистов детского сада и медицинский персонал, закреплённый за ДОО, в деле здоровьесбережения воспитанников и педагогов детского сада.

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию

воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении - это:

- ✓ профессионализм педагогических кадров;
- ✓ соответствующее материально-техническое оснащение ДОУ;
- ✓ организация деятельности ДОУ, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- ✓ мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- ✓ целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно-обоснованного подхода к разрешению противоречий, проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОУ. В результате этого в детском саду была разработана программа «Азбука здоровья».

1. Целевой раздел программы

1.1. Цели и задачи программы

Целью программы «Азбука здоровья» является создание оптимальных социально-педагогических, психологических и здоровьесберегающих условий с целью сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Реализация программы предусматривает решение следующих **задач**:

1. Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
2. Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве ДОУ.
3. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретенных знаниях и мотивациях физических упражнений.
4. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и ДОУ на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.
5. Воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

1.2. Законодательно – нормативное обеспечение программы

Основания для разработки Программы «Азбука здоровья»:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации».
- Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации», № 124-ФЗ от 24.07.1998г. (с изменениями от 28 июля 2000г.).
- Закон Российской Федерации «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрированного в Минюсте РФ 14 ноября 2013г. № 30384).
- Конвенция ООН «О правах ребёнка».
- «Семейный кодекс РФ».
- Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43.
- Постановление Правительства Российской Федерации «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, развития детей, подростков и молодежи» № 916 29.12. 2001г.
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации и

- Министерства образования Российской Федерации «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации» № 176/2017 от 31. 05. 2002г.
- Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской Академии образования «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации» № 2712/227/166/19 от 16.07.2002 г.
 - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования.
 - Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003г.
 - Инструктивно-методическое письмо МО РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» №65/23-16 от 14 марта 2000г.
 - Санитарно–эпидемиологические правила и нормативы «Организация детского питания».
 - Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПиН 2.4.1.3049-13» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ Постановление от 15.05.2013г. №26);
 - СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"(Зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 29 января 2021 г. № 62296). Введено с 01.03.2021г.
 - Образовательная программа дошкольного образования МБДОУ «Детский сад №14 г. Йошкар-Олы «Петушок».
 - Устав МБДОУ «Детский сад №14 г. Йошкар-Олы «Петушок».

1.3. Объекты программы:

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

1.4. Основные принципы программы

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах:

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

2. Принцип активности и сознательности – участие 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 целенаправленности и систематичности.
5. Принцип социальной компенсации – обеспечение социальной и правовой защиты детей.
6. Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
7. Принцип взаимодействия ДООУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
8. Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

1.5. Основные направления программы

1. 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.

2. Организационное:

- организация здоровьесберегающей среды в ДООУ;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей.

1.6. Основные этапы реализации программы

I этап. 2025-2026 гг. – организационно-мотивационный.

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

Нормативно-правовое обеспечение:

- ✓ изучение изменений в федеральном и региональном законодательстве;
- ✓ корректировка программы «Здоровье».

Медико-психолого-педагогическое сопровождение:

- ✓ обеспечение текущего медико-психологического наблюдения за воспитанниками;
- ✓ подбор и изучение специальной литературы;
- ✓ выявление воспитанников группы риска по социальной дезадаптации;
- ✓ проведение тренингов для воспитанников и педагогов по актуализации знаний о собственном здоровье.

Материально-технические условия:

- ✓ Косметические ремонты кабинетов, спортивного/музыкального зала.

II этап. 2027-2029 гг. – основной, практический.

Реализация основных направлений деятельности ДООУ по здоровьесбережению.

Медико-психолого-педагогическое сопровождение:

- ✓ обеспечение текущего медико-психологического наблюдения за воспитанниками;
- ✓ диагностика состояния здоровья воспитанников;
- ✓ осуществление просветительской деятельности воспитанников и их родителей, педагогов, направленной на формирование мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни среди учащихся, их родителей и педагогов;
- ✓ реализация дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания с учетом факторов здоровья;
- ✓ проведение массовых спортивно - оздоровительных мероприятий.

III этап. 2029-2030 гг. – обобщающий, итогово–аналитический:

- ✓ анализ работы по программе;
- ✓ подведение итогов реализации программы;
- ✓ составление рекомендаций по работе в данном направлении исходя из полученных данных;
- ✓ обобщение опыта, оценка и прогнозирование перспектив здоровьесбережения воспитанников в условиях детского сада.

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

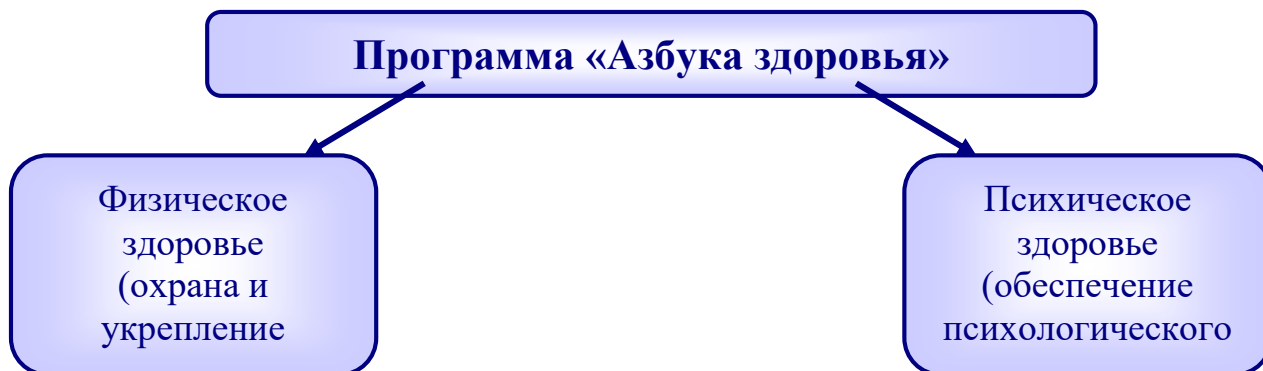
Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных в диаграммах с пояснениями к ним и предложениями. Диагностические данные будут оформляться в «Журнал здоровья групп».

2. Содержательный раздел

2.1. Основные направления работы по реализации программы

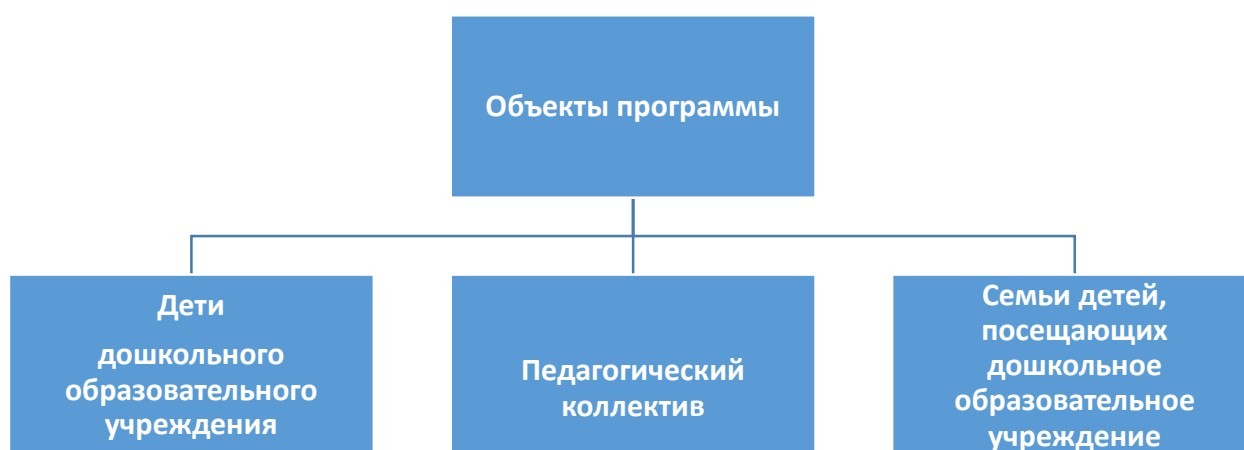
Программа «Азбука здоровья» нацелена на воспитание ребенка-дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого.

Она включает в себя 2 направления:



Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми. В основу создания программы «Азбука здоровья» положены рекомендации В.Г.Алямовской, Ю.Ф.Змановского по воспитанию здорового ребенка с учетом условий и опыта работы педагогического коллектива детского сада.

Схема №1



Основные направления в реализации программы

1. Организация работы с детьми.
2. Организация работы с педагогами.
3. Организация работы с родителями.

№ п/п	направление	задачи
1	Организация работы с детьми	<ul style="list-style-type: none">- укреплять здоровье детей и обогащать их двигательный опыт с учетом индивидуальных возможностей и способностей;- формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия;- удовлетворять потребность детей в движении;- стимулировать развитие у детей навыков личной гигиены и осуществлять контроль за их неукоснительным выполнением;- формировать у детей потребность к занятиям физической культурой и эмоционально-положительное отношение ко всем видам двигательной активности;- целенаправленно развивать физические качества;- формировать умение сохранять правильную осанку;- воспитывать чувство уверенности в себе.
2	Организация работы с педагогами	<ul style="list-style-type: none">- изучать научные исследования в области охраны здоровья детей, здоровьесберегающих технологий, экологического образования, формирования потребности в здоровом образе жизни;- внедрять современные инновации в области физического развития детей; образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей;- неукоснительно соблюдать гигиенические требования к организации жизнедеятельности детей в условиях ДОУ;- повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;- организовывать спортивно-оздоровительную работу, дифференцированную в зависимости от

		физических и психоэмоциональных особенностей ребенка.
3	Организация работы с родителями	<ul style="list-style-type: none"> - формировать мотивацию здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни у членов семьи, - обогащать опыт оздоровительной деятельности в семье, способствовать накоплению у родителей знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в семье; - активизировать родительский интерес, творчество, самостоятельный поиск способов решения проблем в области здоровья; - оказывать адресную помощь родителям в вопросах сохранения и укрепления здоровья; - изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания; - создать установку на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка; - валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

2.2. Организация 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; мытьё рук; обеспечение чистоты среды; занятия с водой (центр вода и песок)
4.	Световоздушные ванны	проветривание помещений; сон при открытых фрамугах; прогулки на свежем воздухе; обеспечение температурного режима и чистоты воздуха

5.	Активный отдых	развлечения, праздники; дни здоровья
6.	Витамиотерапия	витаминизация третьих блюд
7.	Диетотерапия	рациональное питание
8.	Светотерапия	обеспечение светового режима
9.	Музыкотерапия	музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона занятий; музыкально-театральная деятельность
10.	Закаливание	дыхательная гимнастика; пальчиковая гимнастика; артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, игровой массаж, самомассаж, пескотерапия, сказкотерапия
11.	Пропаганда здорового образа жизни	экологическое воспитание; периодическая печать; курс бесед

2.2.1. Физкультурно-оздоровительная работа

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Анализ состояния здоровья детей.	Анализ диагнозов в медицинских картах детей, распределение их по подгруппам здоровья. Оценка эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий. Составление экранов здоровья и подбор рекомендаций по диагнозам.	август, декабрь конец августа конец августа	Медсестра, Старший воспитатель Старший воспитатель, воспитатели Медицинская сестра
2.	Использование воздушных ванн	Гимнастика и подвижные игры в облегчённой одежде.	В течение года	Воспитатели
3.	Использование солнечных ванн	Пребывание детей на солнце в трусах и панاماх, в процессе игр малой подвижности, а также игр с водой и песком.	Июнь - август	Воспитатели
4.	Использование закаливания водой	Дидактическое упражнение для умывания «Водичка, водичка» Дидактическое упражнение для обливания ног прохладной водой «Ножки чисто мы помоем»	В течение года Июнь - август	Воспитатели Воспитатели

		Дидактическое упражнение для полоскания горла прохладной водой «Хочешь знать, как гусь гогочет»	Июнь - август	Воспитатели
5.	Использование босохождения	Комплекс упражнений «Топ, топ – наши ножки»	Июнь-август	Воспитатели
6.	Осуществление контроля за выработкой правильной осанки	Дидактические упражнения «Позвони в колокольчик», «Сорви листок», «Дотянись до шарика» Использование тренажера «Пять волшебных точек»	В течение года	Воспитатели, муз. работник
7.	Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение дня.	Утренняя гимнастика и гимнастика после сна. Подвижные, спортивные и народные игры. Динамические паузы и физминутки.	В течение года	Воспитатели, муз. работник

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий в МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»

№ п/п	Содержание	Возраст детей	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
Оптимизация режима					
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели, медработник	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	1,5-7 лет		медработник	В течение года
Организация двигательного режима					
	Физкультурные занятия	1,5-7 лет	2 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
	Корректирующая гимнастика после дневного сна	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели, контроль медработника	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкальные занятия	1,5-7 лет	2 раза в неделю	Музыкальный работник, воспитатель	В течение года
	Спортивный досуг	3-7 лет	По плану	Воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	1,5-7 лет	3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года

Занятия по здоровому образу жизни	3-7 лет	Один раз в неделю, в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы	Воспитатели	С сентября по май
Утренняя гимнастика	1,5-7 лет	Ежедневно перед завтраком	Воспитатели, музыкальный руководитель	Ежедневно
Динамические Паузы	3-7 лет	Во время занятий 2-5 мин по мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы	Воспитатель	В течение года

Охрана психического здоровья

Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	1,5-7 лет	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, педагог-психолог	В течение года
--	-----------	--------------------------------	-------------------------------	----------------

Профилактика заболеваемости

Самомассаж	3-7 лет	3-4 раза в день	Воспитатели, контроль медработник	С октября по апрель
Дыхательная гимнастика в игровой форме	1,5-7 лет	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль медработника	В течение года

Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка

Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулки на воздухе	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Ходение босиком по «дорожке здоровья»	3-7 лет	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Обширное умывание	1,5-7 лет	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Игры с водой	1,5-7 лет	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь – август

Лечебно-оздоровительная работа					
	Витаминизация: включение фруктов, соков и отвара шиповника	1,5-7 лет	Ежедневно	Шеф-повар	В течение года
Организация питания					
	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами	1,5-7 лет	Ежедневно	Шеф-повар	В течение года

В детском саду проводится следующий комплекс закаливающих мероприятий: облегченная одежда детей, соблюдение сезонной одежды детей на прогулке с учетом их индивидуального состояния и состояния погоды, соблюдение температурного режима в течение дня, корригирующая гимнастика после сна, стопотерапия, мытье прохладной водой рук по локоть, шеи, утренняя гимнастика (в теплый период на свежем воздухе) в течение года, оздоровительный бег (старшие, подготовительные группы), одно физкультурное занятие на улице (в зимний период), организация прогулки, утренний прием детей на улице в теплое время года, солнечные ванны.

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	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С
Воздушные ванны	18-20*С 2-8 мин.	20*С 2-5 мин.	16-18*С 2-10 мин	18*С 2-7 мин	16-18*С 2-12 мин.	18*С 2-9 мин.	16-18*С 2-15 мин	18*С 2-10 мин
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
Закаливающие процедуры	Зимний 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 -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	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С
Воздушные ванны	18-20*С 2-8 мин.	20*С 2-5 мин.	16-18*С 2-10 мин.	18*С 2-7 мин.	16-18*С 2-12 мин.	18*С 2-9 мин.	16-18*С 2-15 мин.	18*С 2-10 мин.
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
Закаливающие процедуры	Летний 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	от 4,5 часов	от 4 часов	от 4,5 часов	от 4 часов	от 4,5 часов	от 4 часов	от 4,5 часов	от 4 часов
Утренняя гимнастика в облегченной форме	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С

Солнечные ванны	2-30 мин. от 22*С	2-20 мин. от 24*С	2-30 мин. от 20*С	2-20 мин. от 22*С	2-30 мин. от 20*С	2-20 мин. от 22*С	2-30 мин. от 20*С	2-30 мин. от 22*С
Воздушные ванны	22*С 8-10 мин.	22*С 8 мин.	20-22*С 10-15 мин.	20-22*С 10 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
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.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)

№ п/п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Формирование правильной осанки	Упражнения на гимнастической скамейке. Подвижная игра «Пройди – не урони». Упражнения на турнике и шведской стенке. Игровые задания. Кружок «Веселый акробат»	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатели
2.	Формирование умения перестраиваться на месте и во время движения.	Занятия по физической культуре Занятия по музыке. Утренняя гимнастика Музыкально-ритмические движения. Игры-эстафеты.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатели, музыкальный руководитель
3.	Развитие физических качеств: силы, быстроты,	Занятия по физической культуре Подвижные, спортивные и народные игры. Игровые упражнения.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатели, музыкальный руководитель

	выносливости, ловкости, гибкости.	Оздоровительный бег. Пешие прогулки (простейший туризм)		
4.	Развитие координации движений и ориентировки в пространстве.	Занятия по физической культуре Занятия по музыке. Занятия кружка «Веселый акробат» Музыкально-ритмические движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатели, музыкальный руководитель
5.	Развития умения прыгать в длину, в высоту, с разбега.	Занятия по физической культуре Игровые упражнения. Игровые задания.	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели
6.	Формирование умения кататься на велосипеде, самокате.	Игровые упражнения. Игровые задания. Самостоятельная двигательная активность на прогулке. Спортивный досуг на воздухе.	Май - сентябрь	Воспитатели
7.	Формирование умения ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.	Занятия по физической культуре. Игры-эстафеты. Игровые упражнения. Спортивные праздники и досуги. Игровые задания.	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели
8.	Формирование умений в ловле и передаче мяча.	Занятия по физической культуре Спортивные игры. Игровые упражнения. Подвижные и народные игры. Спортивные досуги.	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели
9.	Развитие активности детей в играх со скакалками, обручами и другим спортивным инвентарём.	Занятия по физической культуре Утренняя гимнастика. Самостоятельная двигательная активность детей в группе и на прогулке. Музыкально-ритмические движения. Подвижные игры. Спортивные досуги и праздники.	В течение года	Воспитатели

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах и другие.

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

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляются по подгруппам 2 - 3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет: в младшей группе - 15 мин., в средней группе - 20 мин., в старшей группе – 25 мин., в подготовительной группе – 30 мин.

Для укрепления здоровья детей, удовлетворения их потребности в двигательной активности и профилактики утомления в детском саду проводятся ежедневные прогулки.

Для детей 3–7 лет продолжительность ежедневных прогулок составляет 3–4 часа.

На прогулке созданы все условия (спортивно-игровое оборудование, спортивные принадлежности) для самостоятельной двигательной активности детей.

В структуре прогулки обязательно предусмотрены подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения.

№ п/п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Воспитание желания выполнять физические упражнения на прогулке	Ходьба по оздоровительным дорожкам. Упражнения на спортивно – игровом оборудовании. Спортивные игры на мини – стадионе. Спортивные досуги на воздухе.	В соответствии с перспективным и планами работы	Воспитатели

2.	Развитие умения играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание)	Спортивные, подвижные, народные игры. Игры – эстафеты. Спортивные соревнования.	В соответствии с перспективным и планами работы	Воспитатели
3.	Формирование выразительности движений, умение передавать действия некоторых персонажей, животных.	Хороводные и народные игры. Инсценировки стихотворений. Презентация для детей «Зверобика» Игры – импровизации.	В соответствии с перспективным и планами работы	Воспитатели, музыкальный руководитель
4.	Развитие желания самостоятельно использовать спортивный инвентарь для организации игр.	Экскурсия по физкультурному уголку группы. Изготовление, украшение физкультурного оборудования совместно с детьми. Игровые задания. Сюжетные интегрированные занятия, с использованием физкультурного оборудования. Музыкально – ритмические движения с лентами, султанчиками, платочками.	В течение года	Воспитатели
5.	Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений	Занятия по музыке. Упражнения с лентами, платочками, султанчиками. Музыкально – ритмические движения. Релаксация. Презентации «Лёгкая атлетика», «Танцы народов мира»	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели, музыкальный руководитель
6.	Поддержание интереса к физической культуре и спорту	Презентация «Виды спорта» Спортивный праздник «Малые Олимпийские игры» Конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта» Спортивные игры на спортивной площадке и в зале. Разучивание стихотворения	Май — сентябрь	Старший воспитатель, воспитатели

		«Маленький спортсмен» Е. Багрян. Спортивные соревнования между командами детских садов посёлка Октябрьского.		
7.	Педагогическая диагностика: итоговая	Педагогическая диагностика программы	Май	Старший воспитатель, воспитатели

Примерный двигательный режим

Формы организации	Особенности организации и длительность					
	группа раннего возраста 1-2 года	группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовит. группа 6-7 лет
1. Организованная образовательная деятельность «Физическая культура»						
Физическая культура в помещении	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
Физическая культура на улице	-	-	-	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Музыка (часть занятия)	2 раза в неделю 3-5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 7 мин	2 раза в неделю 9 мин	2 раза в неделю 11 мин
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	Ежедневно					
	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подвижные игры	Ежедневно не менее 3 раз в день					
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные игры, упражнения				Целенаправленное обучение на каждой прогулке		
Физические упражнения	Ежедневно на прогулке					
	3-5 мин	5-8 мин	8 мин	8-12 мин	12-16 мин	16 мин
Физкультурная минутка (в середине статистического занятия)	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятия					
	-	-	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин
Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю					
	3-5 мин	5-10 мин	10-15 мин	15 мин	15-20 мин	20 мин
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно					
	5-10 мин	5-10 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Занятия в бассейне	-	-	1 раз в неделю 15 мин	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Инд и подгрупповая работа по развитию движений	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки					
	3-5 мин.	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	15 мин

3. Активный отдых						
Физкультурный досуг		1 раз в месяц				
		15 мин	20 мин	25 мин	40 мин	40 мин
Физкультурный праздник	-	1-2 раза в год				
				40 мин	50 мин	60 мин
День здоровья	-	ежемесячно				
Самостоятельная двигательная деятельность						
Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования		Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				
Самостоятельная физическая активность в помещении		Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке		Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				

2.2.2. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей

Режим пребывания воспитанников в ДОО организован в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Режим дня предполагает:

- четкую организацию на возрастные, физические и психологические возможности детей;
- опору на индивидуальные особенности детей, что проявляется в определении времени сна и прогулки, соблюдением интервалов между приемами пищи;
- наличие целесообразного соотношения организованной взрослыми и самостоятельной детской деятельности, двигательной и интеллектуальной активности детей, соблюдение объема учебной нагрузки.

Основные принципы построения режима дня:

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, с учетом теплого и холодного периода года.

В ДОО используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей и т.д. При проведении режимных процессов педагоги придерживается следующих правил:

- своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учёт потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее). Режим дня составлен с расчетом на 10,5 часовое пребывание ребенка в детском саду. При осуществлении режимных моментов в каждой возрастной группе учитываются возрастные и индивидуальные особенности дошкольников. Время работы: с 7.30 до 18.00 при пятидневной рабочей неделе. Функционируют 6 групп:

1. Первая группа раннего возраста (1,5 – 2 года);
2. Вторая группа раннего возраста (2-3 года);
3. Младшая группа (3-4 года);
4. Средняя группа (4-5 лет);
5. Старшая группа (5-6 лет);
6. Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

**Примерный режим дня в группах раннего возраста
от 1 года до 3 лет**

Содержание	Время		
	1 год-1,5 года	1,5 лет-2 года	2-3 года
Холодный период года			
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-7.50	7.30-8.00	7.30-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.30	8.00-8.40	8.05-8.40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.30-9.30	8.40-9.10	8.40-9.00
Подготовка ко сну, первый сон	9.30-11.30	-	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.10-9.20 9.20-9.30	9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак	увеличивается калорийность основного завтрака	9.30-10.00	9.35-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	-	10.00-11.30	10.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.30	11.30-12.00	11.45-12.15
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	12.30-14.00	-	-
Игры-занятия (по подгруппам)	14.00-14.10 14.20-14.30	-	-
Подготовка ко сну, второй сон	15.00-16.30	-	-
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	-	12.00-15.00	12.15-15.10
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	16.30-17.00	15.00-15.40	15.10-15.45
Полдник	15.30-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	17.00-18.00	16.00-17.00	16.00-17.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	--	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, прогулка с родителями (законными представителями). Уход домой	17.30-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
Теплый период года			
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-7.50	7.30-8.00	7.30-8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	7.50-8.30	8.00-8.40	8.05-8.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	8.30-9.30	8.40-9.10	8.40-9.00

Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.10-9.20 9.30-9.40	9.00-9.10 9.20-9.30
Второй завтрак	увеличивается калорийность основного завтрака	9.40-10.00	9.30-10.00
Подготовка ко сну, первый сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	10.00-12.30	-	-
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.00	11.45-12.15
Подготовка к прогулке, прогулка, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	-	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.20-13.30 13.30-13.40	-	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.00-14.10	-	-
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.30-15.00	-	-
Подготовка ко сну, сон	15.00-16.30	12.00-15.00	12.15-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры полдник	16.30-17.00	15.00-16.00	15.00-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00

Примерный режим дня в дошкольных группах

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Холодный период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.10	7.30-8.20	7.30-8.30	7.30-8.35
Завтрак	8.10-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50	8.35-9.00
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	-

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.00	9.00-10.05	9.00-10.35	9.00-11.00
Второй завтрак	9.40-10.00	9.45-10.00	9.50-10.00	9.55-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-11.50	10.05-12.00	10.35-12.10	11.00-12.15
Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.20-12.50	12.25-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30	12.35-15.30	12.50-15.00	13.00-15.00
Подготовка к полднику, полдник	15.50-16.15	15.55-16.15	16.00-16.15	16.05-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.20-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей Уход домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	16.40-18.00
Теплый период года				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.10	7.30-8.20	7.30-8.30	7.30-8.35
Завтрак	8.10-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50	8.35-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.20	8.50-9.15	8.50-9.15	-
Второй завтрак	9.40-10.00	9.45-10.00	9.50-10.00	9.55-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.15-12.10	9.15-12.20	9.00-12.25

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.20-12.50	12.25-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30-15.30	12.35-15.30	12.50-15.00	13.00-15.00
Полдник	15.50-16.15	15.55-16.15	16.00-16.15	16.05-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.20-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей Уход домой	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00

Полноценное питание

Принципы организации питания:

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

2.2.3. Создание представлений о здоровом образе жизни.

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.

Модель приобщения дошкольников к здоровому образу жизни в МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»



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: «Зимняя Олимпиада», «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 коррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников

Критерии	Содержание критерия
1. Развитие интереса к различным видам спорта	1. Наличие знаний о различных видах спорта. 1.2 Реализация себя в движениях через познание собственных возможностей и способностей. 1.3 Проявление личной заинтересованности в совершенствовании своих результатов 1.4 Сформированность потребности в двигательной активности
2. Осознание необходимости вести здоровый образ жизни	2.1 Сформированность представлений о ЗОЖ. 2.2 Наличие устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих. 2.3 Овладение ребёнком системы культурно-гигиенических знаний об организме человека
3. Развитие навыков здорового образа жизни	3.1. Устойчивость навыков владения своим телом с целью сохранения здоровья 3.2. Овладение навыками элементарного массажа, правильного дыхания. 3.3. Сформированность потребности в двигательной активности
4. Формирование и развитие навыков основ безопасности жизнедеятельности	4.1 Развитие способности по переносу знаний на конкретные ситуации. 4.2 Устойчивость навыков владения своим телом в экстремальных ситуациях. 4.3 Сформированность правильного поведения в нестандартных ситуациях

Приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира поведения

№ п/п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Осуществление контроля за соблюдением правил безопасного пребывания в детском саду	Занятия по Безопасности. Изготовление совместно с детьми знаков «Опасные предметы в нашей группе» Презентация «Опасные предметы» Анализ ситуаций.	Ежедневно	Все сотрудники ДОУ, в соответствии с должностной инструкцией

2	Передача знаний о правилах дорожного движения.	Занятия по Безопасности. Презентации «ПДД», «Когда мы пешеходы», «Безопасная дорога» Интервью с детьми «ПДД – наши верные друзья» Сюжетно – ролевые игры «Автобус», «Путешествие», «Шофер» Дидактические игры Конкурс рисунков и поделок. Экскурсия к дороге. Досуги. Чтение художественной литературы.	В соответствии с перспективными планами	Воспитатели, музыкальный руководитель
3	Передача знаний о правилах пожарной безопасности.	Занятия по Безопасности. Беседы. Дидактические игры. Сюжетно – ролевая игра «Пожарная часть» Анализ ситуаций. Досуги. Конкурс рисунков. Презентации «Лесные пожары» и «Опасные электроприборы» Инсценировка стихотворения «Кошкин дом» Чтение художественной литературы	В соответствии с тематическим планом	Воспитатели, музыкальный руководитель
4	Формирование представлений о ядовитых ягодах, грибах и растениях.	Занятия по Безопасности. Дидактические и подвижные игры. Досуги. Презентация «Грибы» Конкурс рисунков и поделок. Беседы. Чтение художественной литературы.	В соответствии с тематическим планом	Воспитатели, музыкальный руководитель
5	Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая	Педагогическая диагностика программы	Май	Старший воспитатель, воспитатели

Воспитание культурно-гигиенических навыков

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Воспитывать привычку ухаживать за чистотой своего тела, самостоятельно	Дидактическое упражнение «Надо, надо умываться» Занятия по ЗОЖ	Ежедневно в соответствии	Воспитатели

	умываться, мыть руки с мылом.	Дидактическое упражнение «Научим Незнайку правильно мыть руки» Чтение стихотворения А. Барто «Девочка чумазая» Просмотр мультфильма «Мойдодыр» Беседа «Сколькими способами можно очистить кожу» Разучивание отрывка из стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо» Дидактическая игра «Как умываются животные»	с тематическим планом	
2	Воспитывать привычку самостоятельно одеваться, следить за своим внешним видом.	Дидактическое упражнение «Я умею одеваться» Занятия по ЗОЖ Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку» Дидактическая игра «Что перепутал художник» Сюжетно-ролевая игра «Прачечная», «Парикмахерская»	Ежедневно в соответствии с тематическим планом	Воспитатели
3	Формирование навыков культурного приёма пищи	Дидактическое упражнение «Учимся аккуратно кушать» Дидактическое упражнение «Поможем кукле накрыть стол к приходу гостей» Дежурство по столовой Сюжетно-ролевая игра «Кафе» Дидактическая игра «Столовые приборы и их назначение»	Ежедневно в течение года Ежедневно в течение года	Воспитатели
4	Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая.	Педагогическая диагностика программы	Май	Воспитатели

2.2.4. Лечебно-профилактическая работа

Лечебно-профилактическая работа в ДОУ — это комплекс мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей, повышение способности организма противостоять воздействиям внешней среды (например, холоду, повышенной влажности), а также реабилитацию детей после перенесённых заболеваний.

Цели:

- **Снизить заболеваемость** — раннее выявление и коррекция нарушений, укрепление иммунитета, профилактика инфекционных и неинфекционных заболеваний.
- **Повысить уровень физической подготовленности** — развитие двигательных качеств, координации, ловкости.
- **Укрепить психоэмоциональное состояние** — снижение уровня стресса, формирование позитивного настроения, развитие навыков саморегуляции.
- **Сформировать ценностное отношение к здоровью** — осознание важности заботы о себе, понимание причинно-следственных связей между образом жизни и состоянием здоровья.
- **Снизить адаптационный стресс** при поступлении в школу — дети, привыкшие к здоровому образу жизни, легче адаптируются к учебной нагрузке.

Направления лечебно-профилактической работы в ДОУ:

- **Физическое развитие и укрепление здоровья** — регулярные занятия физической культурой (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, спортивные упражнения, прогулки на свежем воздухе, закаливающие процедуры).
- **Профилактическая работа** — беседы и занятия по основам здоровья, сюжетно-ролевые игры, чтение художественной литературы, просмотр тематических мультфильмов и видеоматериалов, проведение тематических дней и недель здоровья.
- **Работа с родителями** — консультации, семинары, мастер-классы по вопросам оздоровления и профилактики заболеваний детей.

Медицинское сопровождение

№ п/п	Мероприятие	Срок	Ответственные
Организационная работа			
1.	Проведение анализа острой инфекционной и соматической заболеваемости воспитанников на совещании при заведующем	Ежеквартально	Медицинская сестра

2.	Консультирование воспитателей и разработка рекомендаций, направленных на сохранение здоровья каждому ребенку с соматическими и психическими заболеваниями (экраны здоровья)	Постоянно	Медицинская сестра
3.	Осуществление контроля за выполнением натуральных норм расходования продуктов питания. Сбалансированность питания.	Постоянно	Медицинская сестра
Профилактическая работа			
Диагностика			
4.	Определение уровня адаптации ребенка в условиях детского сада: — резистентность организма ребенка; — психическое здоровье; — физическое здоровье	По окончании периода адаптации.	Медицинская сестра, воспитатель
5.	<u>Диспансеризация:</u> - Проведение профилактических осмотров детей согласно приказу МЗРФ и МОРФ от 30.06.1992г. № 187/272. — Обследование: врачом-педиатром, (с проведением антропометрии, распределением детей на медицинские группы для занятий физкультурой)	Согласно плану 2 раза в год	Бригада узких врачей-специалистов детской поликлиники Врач-педиатр Медсестра
6.	<u>Клинико-лабораторные исследования:</u> — функционально-диагностические; — обследование на гельминты	По плану	Медицинская сестра
Профилактика			
7.	Проведение дальнейшего обследования детей с выявленной патологией после углубленного медосмотра и постановка нуждающихся на «Д» учет	постоянно	Медицинская сестра
8.	<u>Общеукрепляющая терапия:</u> - иммуностимуляторы; — витамины (С витаминизация третьих блюд); - поливитамины;	Постоянно	Медицинская сестра
9.	<u>Закаливание:</u> - утренняя гимнастика; - обливание рук до локтя; - подвижные игры на свежем воздухе.	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
10.	<u>Физиотерапия:</u> <u>Профилактические процедуры:</u> — ароматерапия	Постоянно с учетом индивидуальных особенностей ребенка	Медицинская сестра, воспитатели групп

11.	<u>Массаж:</u> — самомассаж (обучение детей элементам массажа)	Согласно плану профилактической работы.	Воспитатели
12.	Разработка рекомендаций для оздоровления с учетом индивидуальных особенностей воспитанников ДОУ	Постоянно	Старший воспитатель, медицинская сестра
13.	<u>Санитарно-просветительная работа:</u> — «Служба 03» (обучение детей оказанию первой помощи); - «Это должен знать каждый» (привитие гигиенических навыков, пропаганда здорового образа жизни)	Согласно тематическому плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
14.	<u>Первичная профилактика:</u> - ежедневный осмотр воспитанников; - изоляция больных детей; - контроль за санитарно-гигиеническими условиями; - контроль за организацией образовательного процесса (режим дня, непосредственно образовательная деятельность) - соблюдение СанПиН2.4.1.3049-13» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ Постановление от 15.05.2013г. №26);	Постоянно	Медицинская сестра
15.	<u>Организация питания воспитанников:</u> а) ежедневное меню – раскладка; б) контроль качества приготовления пищи; в) контроль пищевого рациона воспитанников; г) контроль за состоянием фактического питания и анализ качества питания; д) санитарно-гигиеническое состояние пищеблока; е) бракераж готовой продукции; ж) контроль за выполнением натуральных норм.	Постоянно	Медицинская сестра Бракеражная комиссия МБДОУ
16.	Контроль санитарного состояния пищеблока и соблюдения личной гигиены его работников	Постоянно	Медицинская сестра

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 «Азбука здоровья» 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 приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приемам личной самодиагностики.

В детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

Работа с кадрами предусматривает:

- ✓ реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- ✓ снижение и профилактику детской заболеваемости;
- ✓ повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- ✓ оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

В рамках обновления содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ постоянно повышать профессиональную компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводить мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводить совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни здоровья», «Семейные старты», «Здоровые дети в здоровой семье» и пр.

Санитарно-гигиеническое просвещение сотрудников детского сада



Обслуживающий персонал так же задействован в реализации программы.

Гигиеническая подготовка персонала

№ п\п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ответственные
1.	Провести курсовое гигиеническое обучение воспитателей, мл.воспитателей, кухонных работников по дифференцированным программам	Согласно плана	Заведующий, старший воспитатель, медсестра
2.	Проводить вводный инструктаж для вновь поступающих на работу в ДОУ	В течение года	медсестра

Учебный план гигиенической подготовки воспитателей

№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и режим дня	Сентябрь	медсестра
2.	Санитарные правила по устройству и содержанию помещений и участков ДОУ	Октябрь	медсестра
3.	Закаливание и физическое воспитание детей дошкольного возраста	Ноябрь	медсестра
4.	Организация питания	Декабрь	медсестра
5	Личная гигиена детей и персонала	Январь	медсестра
6.	Профилактика и борьба с инфекционными заболеваниями	Февраль	медсестра
7.	Профилактика детских неврозов	Март	медсестра
8.	Профилактика детского травматизма, бытового, уличного. Первая помощь при несчастных случаях.	Апрель	медсестра
9.	Нравственно-половое воспитание	Май	медсестра

Учебный план гигиенической подготовки технического персонала ДОУ

№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Роль технического персонала ДОУ	Октябрь	медсестра
2.	Понятие о микробах, основы эпидемиологии и гельминтологии	Ноябрь	медсестра
3.	Гигиенические требования к отдельным режимным моментам	декабрь	медсестра
4.	Санитарно-гигиенический режим помещений	январь	медсестра

5	Личная гигиена персонала	февраль	медсестра
6.	Гигиенические требования к содержанию помещений	март	медсестра
7.	Гигиенические требования к организации и оснащению групповой комнаты	апрель	медсестра
8.	Организация питьевого режима на прогулке	май	медсестра

Организационные методические мероприятия:

- Знакомство и внедрение в практику работы Учреждения 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, социальную (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 личностно 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

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
- Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаляющих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.
- В ходе реализации программы решаются следующие задачи:
- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребёнка.
- Просвещение родителей основами психолого–педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- Включение родителей в воспитательно – образовательный процесс.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психофизическое

Просветительское направление

- Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)
- Собеседование (сбор информации)
- Анкетирование, тесты, опросы
- Беседы
- Встречи со специалистами
- Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- Индивидуальные консультации по возникшим вопросам
- Круглый стол
- Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
- Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

Культурно - досуговое направление

- Дни открытых дверей.
- Совместные праздники и развлечения.

Психофизическое направление.

- Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
- Спортивные соревнования.
- Тренинги, семинары – практикумы.

Методы, используемые педагогами в работе:

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

Примерный перспективный план работы с родителями

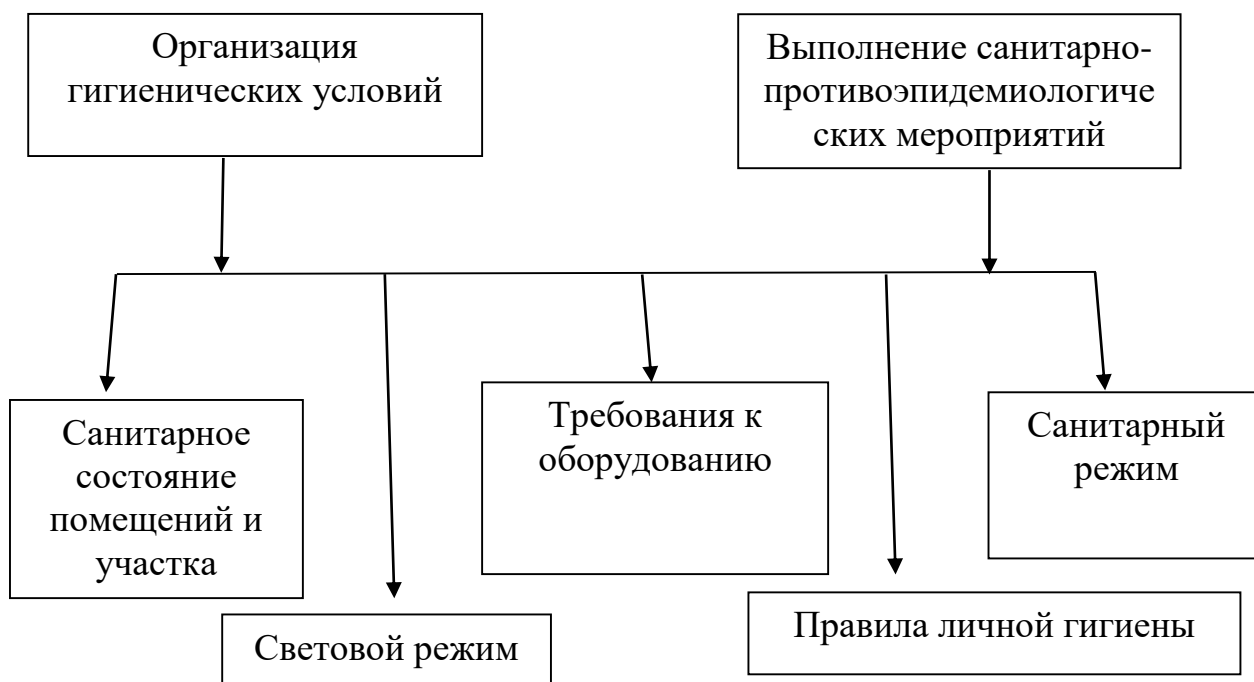
№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Охватить санитарно-гигиеническим инструктажем всех родителей детей, поступающих в детский сад	По мере поступления	Заведующий, медсестра
2.	Проводить консультацию для родителей на гигиенические темы	Согласно плана	Ст.воспитатель
3.	Провести родительское собрание на тему « О единстве требований к воспитанию детей в детском саду и дома», «О роли родителей и воспитателей в укреплении здоровья детей в семье»	Согласно планов	Воспитатели, медсестра
4.	Проводить на групповых собраниях: -беседы, диалоги на медицинские темы -информировать родителей о состоянии развития и здоровья детей; -о профилактике инфекционных заболеваний по эпидобострениям	Согласно планов	Воспитатели, медсестра
5.	Обновлять материалы в уголках здоровья для родителей в группах	ежемесячно	медсестра, воспитатели
6.	Во всех группах оформить 2-3 тематические папки для родителей по основным вопросам здорового образа жизни	В течение года	медсестра, воспитатели
7.	Распространять среди родителей памятки по охране здоровья и воспитания гигиены детей.	В течение года	Воспитатели, медсестра

2.5. Ожидаемые результаты

- 1.Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:
 - улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
 - успешное освоение образовательной программы воспитанниками Учреждения 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. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение программы Санитарно-гигиенические нормы и правила содержания МБДОУ «Детский сад № 14 «Петушок»



Детский сад расположен в 2-х этажном кирпичном здании, введенном в эксплуатацию в 1964 году. Территория ДОУ составляет 991 м². Имеет достаточное озеленение: деревья лиственных и хвойных пород, декоративный кустарник, цветочные клумбы. Каждая группа имеет прогулочные площадки с рационально расположенным оборудованием и зоной свободной площадки для подвижных игр. На участке ДОУ имеется спортивная площадка, площадью 105 м², включающая: оборудование для равновесия, для укрепления мышц рук, развития ловкости, лазанья, беговая дорожка, «дорожка здоровья», яма с песком для прыжков. Эстетическую среду территории обеспечивают цветочные клумбы, а также постройки и поделки из подручного и бросового материала.

В здании ДОУ расположены 6 групповых помещений. Здание оборудовано системами холодного и горячего водоснабжения, канализации, центрального отопления и вентиляции в соответствии с требованиями, предъявляемыми к отоплению, вентиляции и кондиционированию воздуха в общественных зданиях и сооружениях. Каждая группа имеет несколько помещений, соответствующих требованиям санитарных норм: раздевальная (для приема детей и хранения верхней одежды), групповая (для проведения игр, занятий и приема пищи), спальная комната. Все группы обеспечены необходимой мебелью, играми и пособиями, соответствующими возрасту детей. В детском саду имеется:

- ✓ Музыкальный/физкультурный зал,
- ✓ кабинет педагога-психолога,

Кабинет специалиста и зал имеют достаточный набор материалов и пособий для проведения развивающих занятий с детьми. Оборудование помещений соответствует росту и возрасту детей, учтены гигиенические и педагогические требования. Функциональные размеры используемой детской мебели для сидения и столов соответствуют обязательным требованиям. Помещения имеют отделку, допускающую уборку влажным способом и дезинфекцию. Все строительные и отделочные материалы безвредны для здоровья детей.

Уровни естественного и искусственного освещения соответствуют требованиям к естественному, искусственному освещению жилых и общественных зданий. Источники искусственного освещения обеспечивают достаточное равномерное освещение всех помещений.

Санитарное состояние здания подтверждено наличием заключения, подтверждающего его соответствие санитарным правилам, выданного органом, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

Устройство, оборудование, содержание пищеблока соответствует санитарным правилам к организациям общественного питания. Пищеблок оборудован необходимым технологическим и холодильным оборудованием. Набор оборудования производственных, складских помещений соответствует санитарным правилам. Все технологическое и холодильное оборудование находится в рабочем состоянии. Пищевые продукты, поступающие в учреждение, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность. При организации питания детей и составлении примерного двухнедельного меню учреждение руководствуется рекомендуемым санитарными правилами среднесуточным набором продуктов питания, с учетом возраста детей и временем их пребывания в учреждении.

Оснащенность помещений для работы медицинского персонала в организации

Медицинское обеспечение воспитанников ДОУ осуществляется медицинским персоналом (по договору с детской поликлиникой №3). В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» в ДОУ, предусмотрен медицинский кабинет, который размещен на первом этаже, оснащен необходимым оборудованием и инструментарием.

Укрепление материально-технической базы ДОУ

№п/п	Мероприятия	Ответственный
1.	<p>Приобретение необходимого оборудования:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Для медицинского блока (шкаф медицинский, весы напольные, столики медицинские); 2. Для пищеблока (овощерезка, мясорубка и т.д.); 3. Для Физкультурного зала спортивного (спортивные маты, наклонные доски, ребристые доски, массажные коврики и дорожки, лесенки, гимнастические скамейки, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, обручи, мешочки с песком); 4. Для музыкального зала детские музыкальные инструменты; 5. Для детских площадок (игровое спортивное оборудование: горки, домики, лесенки, песочницы, качалки); 6. Для групповых помещений мебель (кровати, шкафы, стенки для игрушек, игровое оборудование) 	Заведующий, старший воспитатель, заведующий хозяйством
2.	<p>Осуществление ремонта</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Косметический ремонт 	Заведующий, заведующий хозяйством
3.	<p>Оборудование помещений:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оформление уголка ОБЖ. 	Заведующий, старший воспитатель
4.	Открытие клуба здоровья для педагогов	Инструктор по Физической культуре
5.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в Учреждении (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в Учреждении)	Заведующий хозяйством

3.2. Кадровое обеспечение программы

Функции участников педагогического процесса:

Заведующий Учреждения:

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

Старший воспитатель:

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

Заведующий хозяйством:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;
- создание материально – технических условий;
- обеспечение ОБЖ;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно–гигиенических условий.

Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами);
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- профилактика отклонений физического развития;
- включение в физкультурные занятия:
 - упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия;
 - дыхательных упражнений;
- облегченная одежда детей;
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни.

Воспитатели:

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

Шеф-повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания.

Младший обслуживающий персонал:

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

Врач-педиатр:

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

Медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- составление индивидуального плана реабилитации;
- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- пропаганда здорового образа жизни;
- организация рационального питания детей.

3.3. Социальный эффект от реализации программы

Совершенствование и развитие Программы и сопутствующих нормативных и правовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов предполагается осуществлять с участием научного, экспертного и широкого профессионального сообщества педагогов дошкольного образования, федеральных, региональных, муниципальных органов управления образованием Российской Федерации, руководства учреждений, а также других участников образовательных отношений и сетевых партнеров по реализации образовательных программ (далее - Участники совершенствования Программы).

Организационные условия для участия вышеуказанной общественности в совершенствовании и развитии Программы будут включать:

- предоставление доступа к открытому тексту Программы в электронном и бумажном виде на сайте детского сада;
- предоставление возможности давать экспертную оценку, рецензировать и комментировать ее положения на открытых научных, экспертных и профессионально-педагогических семинарах, научно-практических конференциях;
- предоставление возможности апробирования Программы, в т. ч. ее отдельных положений, а также совместной реализации с вариативными образовательными программами на базе экспериментальных площадок и других заинтересованных организаций, участвующих в образовательной деятельности и обсуждения результатов апробирования с Участниками совершенствования Программы.

В целях совершенствования Программы запланирована следующая работа:

Совершенствование нормативных и научно-методических ресурсов.

Разработка и публикация научно-методических материалов, нормативных, методических рекомендаций, практических материалов на разных уровнях: городском, республиканском, всероссийском. Апробирование разработанных материалов осуществляется на базе МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок». Обсуждение разработанных нормативных, научно-методических и практических материалов с участниками совершенствования Программы, внедрение коррективов в Программу.

Совершенствование и развитие сотрудников. Прохождение гигиенического обучения сотрудников.

Развитие информационных ресурсов. Пополнение электронных ресурсов
Размещение Программы на сайте детского сада.

Совершенствование материально-технических условий. Развитие предметно-пространственной среды в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями, планируется осуществлять в процессе реализации Программы.

Данная программа рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию

4. Перечень литературных источников

1. Алябьева Е.А.. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003
2. Белая К.Ю., Фомирование основ безопасности у дошкольников. [Текст]: – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
3. Бережной В.А., С.Т. Махненко, Т.П. Колодяжная, Ю.В. Калашников «Интегрированные модели дошкольного и общего образования», выпуски № 5,6,7, ОблЦГТУ, 2005.
4. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях.- М.: Мозаика-Синтез, 2006.
5. Борисова Е.Н.. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007.
6. Гунн Г.М., Современные технологии проблемы охраны здоровья.[Текст]: учебное пособие/ Г.М.Гунн. – СПб.2000.
7. Елжова Н.В. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 2011.
8. Интернет-сайт журнала «Педагогический мир», www.pedmir.ru/viewdoc.php
9. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.-Чебоксары, 1998.
- 10.Колодяжная Т.П., Е.А. Чекунова «Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада», М., Перспектива, 2009г.
- 11.Майер А.А. «Управление инновационными процессами в ДОУ», ТЦ «Сфера», 2008г.
- 12.Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы/ Сост. Е.В.Трифоновна.-М.: ТЦ Сфера, 2013.
- 13.Парамонова Л.А. «Истоки. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования», ТЦ «Сфера», 2015г.
- 14.Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.-М., 2002 Маханева М.Д.С физкультурой дружить – здоровым быть. [Текст]: методическое пособие/ М.Д. Маханева – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 240с.
- 15.Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2008.
- 16.Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. Физкультурное и спортивное оборудование для дошкольных образовательных учреждений: Аннотированный перечень. – М.,1999. Лободин В.Т., Федоренко А.Д..

Приложение 1
к программе «Азбука здоровья»
МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»

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 Учреждении 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 Учреждения 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 Учреждении на выбор здоровых альтернатив жизни. – Организация пропаганды здорового образа жизни в Учреждении. – Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни. – Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни. – Включение родителей в деятельность Учреждения как значимых участников оздоровительного процесса. – Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.
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	<ul style="list-style-type: none"> – Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации. – Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей. – Анализ-экспертиза результатов реализации Программы

	<ul style="list-style-type: none"> – 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 психофизического 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 Учреждения. – 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 Учреждении. – 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 Учреждения. – 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 Учреждения с семьёй по вопросам укрепления – здоровья детей. – Использование в оздоровительной работе Учреждения перспективных форм социального партнерства.

Приложение 2
к программе «Азбука здоровья»
МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»

**Мероприятия по реализации основных направлений в
здоровьесберегающей деятельности**

№ п/ п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению	январь 2026	Заведующий 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	постоянно	Заведующий, старший воспитатель
4	Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	в течение периода	Старший воспитатель
5	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования	2025-2026 учебный год	Старший воспитатель
6	Организация работы по физической культуре для детей	постоянно	Инструктор по ФК
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	В течение всего периода	Специалисты
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

4.	Работа с детьми в адаптационный период	В течение всего периода	Воспитатели
5.	Социальный анализ семей воспитанников Учреждения, оформление социальных паспортов.	ежегодно	Старший воспитатель
6.	Мониторинг успеваемости воспитанников ДООУ на начальном этапе	ежегодно	Старший воспитатель
7.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: – проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; – анализ профессионального роста педагогов	ежегодно	Заведующий, 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	В течение всего периода	Старший воспитатель
4.	Семинар «Здоровье детей – наше будущее»	2026г.	Старший воспитатель
5.	Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников»	2026г.	Заведующий, старший воспитатель
6.	Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия»	2026г.	Музыкальный руководитель
7.	Консультация «Культурный ребёнок–здоровый ребёнок»	2026г.	Старший воспитатель
8.	Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка»	2027г.	Заведующий
9.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке»	2027г.	Инструктор по ФК
10.	Консультация «Лечебные подвижные игры»	2028 г.	Инструктор по ФК
11.	Рекомендации «Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий»	2029г.	Инструктор по ФК
12.	Памятка «Безопасные для здоровья ребёнка условия общения с компьютером»	2028г.	Заведующий, старший

			воспитатель
13.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании»	2029г.	Медсестра
14.	Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс». Сборник материалов.	2029г.	Заведующий
15.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	2029г.	Старший воспитатель
16.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды– творческий отчёт	2030г.	Заведующий
IV. Просветительское направление			
Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках, на сайте ДООУ	ежегодно	Старший воспитатель
2.	Консультация «Художественная литература – средство обогащения нравственного здоровья детей»	2026-2027гг.	Старший воспитатель
3.	Советы инструктора физкультуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей»	2026г.	Инструктор по ФК
4.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних условиях»	2027-2028гг.	Музыкальный руководитель
5.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	Медсестра
6.	Конкурс «Лучший уголок здоровья»	2028г.	Старший воспитатель
7.	Консультация «Средства укрепления иммунитета»	2028г.	Медсестра
8.	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки»	2027-2028гг.	Воспитатели
9.	Практические рекомендации для родителей ЧБД	Постоянно	Медсестра
10.	Общее родительское собрание «Здоровый ребёнок в здоровой семье» (роль семьи в воспитании здорового ребёнка)	2028г.	Заведующий
11.	Фотовыставка «Мы растём здоровыми!»	2028-2029гг.	Старший воспитатель
12.	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	В течение всего периода	Старший воспитатель

13.	Размещение в СМИ печатных материалов по вопросам здоровьесбережения	В течение всего периода	Педагоги
14.	Музыкально – оздоровительное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»	2028-2029гг.	Музыкальный руководитель, инструктор по ФК
15.	Тематическое занятие по ПДД	2029-2030гг.	Воспитатели
16.	Тематическое занятие «Пусть знает каждый гражданин пожарный номер – 01!»	2029-2030гг.	Воспитатели, старший воспитатель
17.	Конкурс стенгазет «Как я занимаюсь спортом».	2029-2030гг.	Старший воспитатель
18.	Комплексное игровое занятие «Будь здоровым с детства!»	2029-2030гг.	Все специалисты
VI. Координационное направление управление здоровьесбережением в ДОУ, взаимодействие с социальными институтами детства			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	ежегодно	Заведующий
2.	Контроль процесса здоровьесбережения: <ul style="list-style-type: none"> – 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; 	1 раз в квартал 1 раз в полугодие 3 раза в год 1 раз в месяц 2 раза в квартал	Заведующий, старший воспитатель
	<ul style="list-style-type: none"> – организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; – анализ тестирования детей по физическому воспитанию, – организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий 	ежегодно 2 раза в год ежемесячно	Заведующий, старший воспитатель

3.	<p>Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: составление сетки занятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> – в соответствии с требованиями САНПиН; – разработка режима работы секций и кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения; – экспертиза программ дополнительного образования. 	Постоянно	Старший воспитатель
4.	<p>Установление взаимосвязи с детской поликлиникой:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 районных конференциях, семинарах	Согласно плану	Заведующий
6.	<p>Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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. 	2026-2027гг.	Заведующий Старший воспитатель
VII. Правовое направление			
1.	Ознакомление с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей	2026г.	Заведующий
2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ.	2026г.	Заведующий

Приложение 3
к программе «Азбука здоровья»
МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»

Мониторинг эффективности реализации программы

Мониторинг здоровья детей

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

Критерием эффективности оздоровительной работы ДОУ 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.

Составление индивидуального паспорта здоровья позволит увидеть полную картину физического развития каждого ребенка.

«ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ»
ребенка, посещающего ДОУ

	Дата		Заключение врача
	Начало уч. года	Конец уч. года	
Рост			
Масса тела			
Осмотр: педиатр			
ортопед-хирург			
офтальмолог			
стоматолог			
логопед			
АД			
Оценка физического развития. Диагноз.			
Заключение о состоянии здоровья (гр. здоровья)			
Рекомендации:			
Инструктора по ФИЗО			
Педагога - психолога			

Фамилия _____ Имя _____

Дата рождения _____

Домашний адрес _____

Посещает МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок» _____ 20__

Физическое развитие и освоение ребенком образовательной области

Образовательная область «Физическое развитие», диагностируется мониторингом в рамках программы «Истоки: комплексной образовательной программы дошкольного образования» науч. рук. Л.А.Парамонова. – 7-е издание, испр. и доп.- М.:ТЦ Сфера, 2022. – 192с. и «Будь здоров, дошкольник». Программа физического развития детей 3-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2022. – 112 с. (так как инновационное издательство программы не отрицает и не заменяет предыдущие варианты Программы, а дополняет и расширяет их.) реализуемой в ДОУ.

Эффективность воспитательно–образовательной работы по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, а также адекватность организации здоровьесберегающей предметно-пространственной среды определяется системой фронтального, оперативного и тематического контроля, проводимого согласно годовому плану ДОУ.

Мониторинг позволяет регистрировать состояние и изменения, дает материалы для сравнения, анализа и коррекции педагогического процесса.

В ДОУ разработана схема диагностики и мониторинга здоровья детей, под которой мы понимаем систему слежения за состоянием здоровья воспитанников, подразумевающую многократные наблюдения и сравнения.

Данные по заболеваемости, по группам здоровья, по уровню сформированности физических качеств, по адаптации детей к условиям Учреждения систематизируются, что позволяет проводить анализ здоровья дошкольников, обозначать основные проблемы и определять основные направления деятельности с учетом подхода к развитию каждого ребенка.

Задачи мониторинга здоровья:

- определить группу здоровья ребенка и уровень физической подготовленности;
- выявить и оценить положительные и отрицательные тенденции изменения здоровья ребенка;
- разработать рекомендации по созданию условий, стимулирующих здоровьесбережение и физическое развитие воспитанников.

Методы изучения состояния здоровья дошкольников: медицинское обследование, наблюдение, проведение контрольных срезов, анализ и самоанализ, посещение занятий, опрос родителей.

В мониторинге здоровья участвует медсестра (по согласованию).

Данные заносятся в таблицы:

НАЗВАНИЕ	МЕСЯЦЫ								
	09	10	11	12	01	01	03	04	05
Антропометрические измерения	м/с В								м/с В
Определение группы здоровья и физкультурной группы каждого ребенка	Вр В								Вр В
Распределение всех детей по группам здоровья и динамика перехода из одной группы здоровья в другую	Вр В								Вр
Анализ заболеваемости и посещаемости (за 1 и 2 полугодие учебного года)					3				3
Анализ адаптации детей к условиям Учреждения	В	В	В						
Диагностика физической подготовленности детей	В								В
«Индекс заболеваемости»					3				3

Условные обозначения:

- 3 – заведующая, М/с – медсестра Учреждения, В – воспитатель, Вр – врач ЦРБ

Ф. И. ребенка	Начало года				Конец года			
	рост	вес	группа здоровья	физк. группа	рост	вес	группа здоровья	физк. группа

Распределение детей по группам здоровья

Год	Всего детей в Учреждении	Группы здоровья (отмечается количество детей и % от общего числа детей в Учреждении)			
		1 группа здоровья	2 группа здоровья	3 группа здоровья	4 группа здоровья

Анализ заболеваемости детей

Год	Количество детей	Всего случаев	Пропущено дней по болезни
1 полугодие			
2 полугодие			
Итого			

Анализ посещаемости детей

Год	Число дней, проведенных детьми в Учреждении	Число дней, пропущенных детьми	Из них: Пропущено по болезни	Пропущено по другим причинам
	всего	всего	всего	всего
<i>1 пол.</i>				
<i>2 пол.</i>				
<i>Итого</i>				

Уровень и структура инфекционных заболеваний (указывается количество случаев)

Заболевания	Годы						В среднем
Дизентерия							
ОКИ							
Ветряная оспа							
Скарлатина							
Ангина							
Грипп							
ОРВИ							
Прочие заболевания							

Выявление патологии в отклонении здоровья детей (указывается количество детей)

Виды патологии	Годы					
Часто болеющие дети						
Опорно-двигательный аппарат						
Снижение остроты зрения						
Снижение остроты слуха						
Нарушение речи						
ЗПР						
Умственное отклонение						
Травмы						

Результаты адаптации детей

Воспитатель _____

№ п\п	Фамилия, имя ребенка	Дата рождения	Дата поступления	Дата окончания адаптации	Количество дней адаптации	Примечание
1.						
2.						

Краткие выводы, рекомендации родителям _____

Показатели физической подготовленности

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5	Тест 6
		Прыжок в длину с места (см).	Бег 10-30м (с).	Челночный бег 3*10	Наклон вперед сидя (см).	Поднимание туловища за 30-60 сек. (кол. раз)	Подтягивание в висе (кол. раз)
		норма	норма	норма	норма	норма	норма
1.							

Динамика физической подготовленности детей

Учебный год	% детей с высоким уровнем физической подготовленности	
	начало года	конец года

«Индекс заболеваемости» детей за _____ учебный год

Формула расчета индекса заболеваемости:

Месяц	Количество дней, пропущенных по болезни за месяц	Количество детодней за месяц (по таблице посещаемости)
Сентябрь		
Октябрь		
Ноябрь		
Декабрь		
Январь		
Февраль		
Март		
Апрель		
Май		

Количество дней, пропущенных по болезни за месяц $\times 100\%$

Количество детодней за месяц (по таблице посещаемости).

Приложение 4
к программе «Азбука здоровья»
МБДОУ «Детский сад №14 «Петушок»

**Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ,
направленная на снижение заболеваемости воспитанников**

Вид деятельности	Форма работы	Сроки проведения
1 блок. Работа с детьми		
Утренняя гимнастика	-сюжетно –игровая; -игровая; -традиционная; -корректирующая; -музыкально - ритмическая	Ежедневно
Физкультурные занятия	- традиционные; -сюжетно – игровые; -тренировочные; -игровые; -контрольно-проверочные	2 раза в неделю в течение года
Физкультурные занятия на свежем воздухе	-подвижные игры -народные игры -физические упражнения - оздоровительный бег	Раз в неделю в течение года
Двигательная разминка	-подвижные игры малой и средней подвижности; -игровые упражнения; -произвольные упражнения с физкультурными пособиями; -игры на релаксацию; -физкультминутки; -самостоятельная двигательная деятельность	В течение года во время перерывов между проведением непосредственно – образовательной деятельности и во время проведения
Адаптированные здоровьесберегающие методики	-бодрящая и корректирующая гимнастики после сна; -закаливающие процедуры; -дыхательная гимнастика; -тренажеры для профилактики нарушения осанки и зрения; -витаминация; - элементы самомассажа; -релаксация; -психогимнастика	Ежедневно в течение года
Ежедневная прогулка	-подвижные игры; -самостоятельная двигательная активность	2 раза в день
Проветривание помещений		В соответствии с графиком
Кварцевание помещений		В соответствии с графиком
Влажная уборка помещений		В соответствии с графиком

Мониторинг	- анализ заболеваемости; -охрана жизни и здоровья	ежемесячно
2 блок. Физкультурно – массовые мероприятия		
Физкультурные досуги и праздники	- развлечения; -спортивные праздники; -Дни Здоровья; -соревнования между группами	В течение года
3 блок. Работа с воспитателями		
Формы методической работы	-консультации; -семинары-практикумы; -открытые просмотры; -обмен опытом работы; -совместная подготовка спортивных праздников и развлечений; -интегрированные занятия; -разработка и реализация групповых оздоровительных программ	В течение года
4 блок. Взаимосвязь со специалистами		
Музыкальный руководитель, Инструктор по ФК	-совместная подготовка к праздникам и развлечениям; - выступления на мероприятиях; -подбор музыкального сопровождения к комплексам, релаксации и т.д.; -развитие чувства ритма, координации; -обучение танцевальным движениям; -интегрированные занятия	В течение года
5 блок. Работа с родителями		
Информационный блок	-оформление информационных стендов; -буклеты, информационные листы, памятки; -фотовыставки; - презентации, медиатека	В течение года
Методическая работа	-участие в подготовке и проведении спортивных праздников; -анкетирование; -индивидуальные консультации; -выступления на родительских собраниях; -использование проектного метода	В течение года
6 блок. Взаимодействие с учреждениями здравоохранения		
Ежедневный профилактический осмотр детей медицинской сестрой		
Детская поликлиника №3	-профилактический осмотр детей узкими специалистами	1 раз в год