

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 54 г. Йошкар-Олы «Тёплые ладошки» МБДОУ «Детский сад № 54 «Тёплые ладошки»	«Йошкар-Оласе 54-ше №-ан «Шокшо киза» йочасад» муниципал бюджет школ деч ончычсо туныктымo тoнеж «54-ше №-ан «Шокшо киза» йочасад» МБШОТТ
424008, Российская Федерация, Республика Марий Эл, городской округ «Город Йошкар-Ола», город Йошкар-Ола, бульвар 70-летия Победы в Великой Отечественной войне, дом 4а телефоны: 23-25-53, 23-25-52, e-mail: yola.ds54@mari-el.gov.ru , tepladoshki54@yandex.ru	424008, Россий Федераций, Марий Эл Республик, «Йошкар-Ола» ола округ, Йошкар-Ола, Кугу Ачамланде сарыште сенгымлан 70 ий темме лумеш бульвар, 4-ше «А» пöрт телефоны: 23-25-53, 23-25-52, e-mail: yola.ds54@mari-el.gov.ru , tepladoshki54@yandex.ru

Принята
на педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 54
«Тёплые ладошки»
Протокол № 1 от 30 августа 2024 года

Утверждена
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 54
«Тёплые ладошки»
от 30 августа 2024 года № 109

**ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 54 г. Йошкар-Олы «Тёплые ладошки»
на 2024-2027 г.г.**

Авторы-составители:
И.В. Приварина, заведующий
М.В. Россанова, старший воспитатель
Л.С. Никифорова, воспитатель
Ю.И. Стрельникова, инструктор
по физической культуре

Йошкар-Ола
2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 54 Г.ЙОШКАР-ОЛЫ "ТЁПЛЫЕ ЛАДОШКИ", Припорник Ирина Валентиновна, Заведующий 10.09.24 15:06 (MSK) Сертификат 66D6B8B2001886425454FD63C08809623

СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование раздела	Стр.
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	5
1.1.	Пояснительная записка	5
1.2.	Актуальность	7
1.3.	Проблемно-ориентированный анализ	7
1.4.	Цель и задачи Программы	9
1.5.	Основные принципы реализации Программы	10
1.6.	Этапы реализации Программы	10
1.7.	Ожидаемые результаты	11
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	12
2.1.	Мероприятия по реализации основных направлений Программы	13
2.2.	Система методической работы по повышению компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения	19
2.3.	Взаимодействие детского сада с семьями воспитанников	20
2.4.	Мониторинг эффективности реализации Программы	21
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	23
3.1.	Организация развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ	23
3.2.	Методическое обеспечение Программы	26
3.3.	Кадровое обеспечение Программы	27
4.	ПРИЛОЖЕНИЯ	

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Здоровье» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 54 г. Йошкар-Олы «Тёплые ладошки» на 2024-2027 гг.
Основание для разработки Программы	Малая двигательная активность и информационная насыщенность, «быстрая еда» и дистанционное общение, гаджеты как средство для работы и отдыха, виртуальный мир и как следствие снижение физических (физиологических) показателей здоровья современного человека.
Участники Программы	Педагогический коллектив, воспитанники ДОУ и их родители (законные представители), медицинская сестра (по согласованию)
Цель Программы	Сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей, формирование представлений дошкольников о здоровом образе жизни как осознанно выбранной модели поведения, обеспечивающей их физическое и психическое здоровье.
Задачи Программы	<ol style="list-style-type: none">1. Повышение показателей здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах, увеличение показателей двигательной активности детей.2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ.3. Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС ДО.
Целевые ориентиры Программы	<ol style="list-style-type: none">1. Выполнение режима дня с включением в него здоровьесберегающих технологий.2. Снижение заболеваемости (снижение количества дней, пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях).3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению.
Ожидаемые конечные результаты	<ol style="list-style-type: none">1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья воспитанников.

2. Снижение заболеваемости у детей не менее чем на 5%.
3. Снижение уровня сезонной заболеваемости (ОРВИ, грипп).
4. Снижение количества часто болеющих детей в ДОУ.
5. Отсутствие травматизма, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
6. Вовлечение большего количества воспитанников в спортивные секции и учреждения дополнительного образования.
7. Повышение заинтересованности и непосредственного участия работников детского сада и родителей в оздоровлении детей.
8. Стимулирование внимания дошкольников и их родителей к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи.
9. Повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закаливающих мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку.
11. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей.
12. Сформированность умений и устойчивого желания ребёнка заботиться о своём здоровье самому и с детства.
13. Повышение заинтересованности родителей в организации сотрудничества с детским садом в проведении физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья дошкольников и формированию привычки к ЗОЖ.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа «Здоровье» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 54 г. Йошкар-Олы «Тёплые ладошки» (далее - Программа) является нормативным документом, разработанным образовательной организацией самостоятельно, определяющим содержательную и организационную составляющие деятельности ДООУ по вопросам сохранения и укрепления психофизического здоровья воспитанников.

Формирование здорового подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Сегодня стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов.

Программа «Здоровье» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 54 г. Йошкар-Олы «Тёплые ладошки» на 2024-2027 г.г. разработана в соответствии с:

- Конвенцией о Правах ребенка;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ;
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изменениями;
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 года № 1028;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (ред. от 08.11.2022);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 года № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 4 апреля 2003 года № 139 «Об утверждении Инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений»;
- Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21 марта 2003 года № 113 «Об утверждении Концепции охраны здоровья здоровых в Российской Федерации»;
- Письмом Министерства образования Российской Федерации от 14.03.2000 № 65/23 -16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Закон Республики Марий Эл от 1 августа 2013 года № 29-3 «Об образовании в Республике Марий Эл»;
- Законом Республики Марий Эл от 1 ноября 2018 года № 54-3 20 внесении изменений в Закон Республики Марий Эл «Об образовании в Республике Марий Эл» и приостановлении действия отдельных его положений»;
- Уставом МБДОУ «Детский сад № 54 «Тёплые ладошки» и другими локальными актами.

1.2. Актуальность Программы

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А. Сухомлинский

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни (ЗОЖ) в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей. Его решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с дошкольного возраста. Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности.

Успешное формирование основ ЗОЖ у дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно-образовательной работы в детском саду и семье, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, инициатором и координатором которого должен выступать педагогический коллектив дошкольной организации.

Любая система не прослужит достаточно эффективно и долго, если она не будет совершенствоваться, обновляться, модернизироваться. Поэтому актуальнейшей задачей на современном этапе развития дошкольного образования является осмысление накопленного опыта сохранения и укрепления здоровья детей, оценка его эффективности и модернизация содержания физкультурно-оздоровительной деятельности.

1.3. Проблемно-ориентированный анализ

МБДОУ «Детский сад № 54 «Тёплые ладошки» - молодой детский сад, деятельность которого начиналась с осуществления присмотра и ухода за детьми.

В настоящее время идет становление системы образовательной деятельности, что невозможно осуществить без учета индивидуальных психофизических возможностей детей, учета их соматического здоровья.

Проблемно-ориентированный анализ позволит выявить и внедрить в образовательный процесс ДОУ основные направления деятельности всего коллектива ДОУ по здоровьесбережению воспитанников.

Показатели	Реальное	Идеальное	Достижимое
Предметно-развивающая среда	1. Наличие оборудованного и медицинского	Разнообразие предметной среды в группах ДОУ,	Обновление и наполнение среды с учетом возможностей ДОУ,

	<p>процедурного кабинетов.</p> <p>2. Наличие информационного стенда для родителей в помещении ДОУ.</p> <p>3. Отсутствие в некоторых группах «Уголков здоровья» для родителей</p> <p>4. Наличие атрибутов для организации сюжетно-ролевых игр детей</p>	стимулирующей развитие ребенка	требований ребенка и родителей
Комплексное психолого-педагогическое обеспечение. Интеграция специалистов	1. Отсутствие специалистов для комплексного сопровождения индивидуального развития ребенка (медицинского работника, учителя-логопеда, педагога-психолога)	Обеспечение деятельности всех направлений сопровождения развития ребенка	Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровье»
Образовательное пространство	Соблюдение рациональной учебной нагрузки, чередование разных видов деятельности способствует избежать переутомления детей	Базовая программа, реализующая содержание дошкольного образования	Оптимизация реализуемого содержания на основе составления плана совместной работы специалистов. Создание планов взаимодействия всех специалистов.
Дополнительное образовательное пространство	Работа кружков и студий по интересам детей	Расширение услуг, включая реализацию программ физкультурно-спортивной направленности	Повышение качества дополнительного образования
Включенность семьи Преимственность	1. Недостаточная включенность семьи в работу ДОУ из-за	Родители – партнеры в образовательном	Открытая система отношений педагогов и семьи,

	недооценивания родителями важности совместных действий по обеспечению безопасности и сохранению здоровья детей 2. Отсутствие преемственности в воспитании и образовании детей в семье и детском саду	процессе. Построение единой системы преемственного воспитания	основанная на психологии доверия
Мастерство и профессионализм педагогов	Недостаточный уровень овладения современными образовательными технологиями, включая технологии здоровьесбережения	Педагог-универсал, творчески развивающаяся личность	Повышение квалификации педагогов, повышение мотивации к овладению инновационными технологиями
Материально-техническая база, ресурсы	1. Наличие современного спортивного зала, оборудованного спортивным оборудованием 2. Наличие спортивной площадки на территории ДОУ 3. Недостаточная оснащённость ДОУ нестандартным физкультурным оборудованием	Современное техническое оборудование	Расширение и укрепление материально-технической базы ДОУ

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

1.4. Цель и задачи Программы

Цель: сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры.

Задачи:

1. Повышение показателей здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.
2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в здоровом образе жизни.
3. Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС ДО и санитарных правил.

1.5. Основные принципы реализации Программы

1. Принцип научности – использование научно – обоснованных и апробированных программ технологий и методик.
2. Принцип доступности – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными и индивидуально-личностными особенностями детей.
3. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
4. Принцип систематичности - реализация профилактических и оздоровительных мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.
5. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе образовательного процесса и всех видов деятельности в соответствии с ФГОС ДО.
6. Принцип оптимальности – разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки.
7. Принцип гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки.
8. Принцип адресности – поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья воспитанников.

1.6. Этапы реализации Программы

1-й этап - аналитический, июнь- август 2024

- анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за предшествующий период
- анализ материально-технической базы и кадрового обеспечения
- выявление острых проблем в работе детского сада
- выдвижение гипотез, определение целей, задач работы

2-й этап - разработка программы, август 2024 года

- изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ
- изучение современных оздоровительных технологий

3-й этап - внедрение и реализация программы, сентябрь 2024- май 2027 гг.

- отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей
- методическое и организационное сопровождение реализации Программы
- развитие педагогического потенциала и профессиональных компетенций сотрудников
- организация сотрудничества с родителями (законными представителями) воспитанников

4-й этап - итогово – диагностический, июнь - август 2027 г.г.

- проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям программы

1.7. Ожидаемые результаты

Ребенок

- снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка, приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности и закаливания.
- систематизация опыта формирования у детей психоэмоциональной устойчивости. Повышение уровня валеологических знаний.

Педагог

- Повышение профессиональной компетентности педагогов
- Обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления.
- Реализация социального заказа родителей.

Родители

- Определение родителями позиции равноправных участников ВОП.

Социум

- Организация психолого–педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»;
- организация сотрудничества с учреждениями культуры, образования и здравоохранения микрорайона, города.

Материально-техническая база

- Создание в группах «Уголков здоровья»;
- Соответствие мебели в группах нормам СанПиН;
- Организация качественного питания;
- Обновление игрового и спортивного оборудования, техническое оснащение.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Мероприятия по реализации основных направлений Программы

Основные направления программы:

- I. Валеологическое образование детей.
- II. Комплексная диагностика
- III. Физкультурно-оздоровительная работа
- IV. Коррекционная работа
- V. Консультативно-информационная работа
- VI. Материальное обеспечение программы

I. Валеологическое образование детей

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

Младшая группа

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

Средняя группа

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

Старшая и подготовительная группы

- Развитие представлений о своем теле:
 - Опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - Кровеносная система и кожа;

- Дыхательная и пищеварительная система;
- Нервная система и органы чувств
- Развитие представлений о себе и о своей семье
- Польза и влияние на организм физических упражнений, правильного питания, ведение здорового образа жизни

II. Комплексная диагностика

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами городской детской поликлиники:

- Осмотр детей специалистами детской поликлиники (патронаж);
- Регулярный осмотр детей медицинской сестрой;
- Определение группы здоровья;
- Диагностика речевого развития детей учителем-логопедом, воспитателями детского сада;
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в детском саду с целью динамического наблюдения за их развитием:

- Диагностика общей физподготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
- Антропометрия.

2.3. Определение соответствия образовательной среды:

- Создание условий (оборудование физкультурного зала, наличие спортивных уголков в группах)
- Изучение литературы, составление перспективных планов с использованием оздоравливающих технологий, анкетирование сотрудников детского сада

III. Физкультурно-оздоровительная работа

3.1. Занятия по физкультуре всех видов:

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

3.2. Организация секционной и студийной работы

3.3. Комплекс психогигиенических мероприятий:

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

3.4. Система закаливающих процедур:

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

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

3.5. Активизация двигательного режима воспитанников:

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

3.6. Использование оздоравливающих технологий:

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

3.7. Профилактическая работа:

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

IV.Коррекционная работа

- Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки;
- Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой;
- Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
- Коррекция психических процессов, задержки психического развития;
- Коррекция психоэмоциональной сферы;
- Коррекция зрительного восприятия.

Мероприятия:

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

V. Консультативно-информационная работа

5.1. С педагогами и персоналом:

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

5.2. С родителями:

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

5.3. С детьми:

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

VI. Материальное обеспечение программы

- Спортивная площадка;
- Участки для прогулок;
- Физкультурный зал;
- Физкультурные уголки в группах.

МОДЕЛЬ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

№ п/п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатели медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Во всех группах		Медсестра	В течение года
2	ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
	Физкультурные занятия	Во всех группах	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Утренняя гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Гимнастика после сна	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Гимнастика для глаз	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре.	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр, индивидуальной работы	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

	Образовательная деятельность «Музыка»	Во всех группах	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года
	Спортивная секция	По желанию	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
	Спортивный досуг	Во всех группах	По плану, 1 раз в месяц	Воспитатель Инструктор по физической культуре	В течение года
	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно во время прогулки	Воспитатель	С мая по сентябрь
3	ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Во всех группах	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатель	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Артикуляционная гимнастика	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
4	ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ				
	Самомассаж	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Дыхательная гимнастика	Во всех группах	2 раза в день	Воспитатель	В течение года
	Профилактика гриппа - прививки	Во всех группах с согласия родителей	По плану	Медицинская сестра	Ноябрь-февраль
	Коррекция осанки	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

	Профилактика плоскостопия	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
5	ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ				
	Воздушные ванны	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Прогулки на воздухе	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
	Хождение босиком	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	В течение года
	Обширное умывание	Во всех группах	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель	Июнь-август
	Контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Игры с водой	Во всех группах	Ежедневно	Воспитатель	Июнь-август
	Полоскание зева	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
6	КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА				
	Коррекционные упражнения	На занятиях учителя-логопеда	2 раза в неделю	Учитель-логопед	В течение года
	Проведение медико-психолого-педагогических консилиумов, малых педсоветов с целью анализа и обсуждения	Дети с ОВЗ	По плану	Председатель ППк	В течение года

данных о состоянии здоровья обучающихся, выработка единых требований к процессу обучения детей с ОВЗ.				
---	--	--	--	--

2.2. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения

Работа с педагогическим коллективом – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению физического и психологического здоровья детей.

Цель: создание системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого ребёнка.

Задачи:

- внедрение новых технологий по развитию психического и физического здоровья воспитанников

№ п/п	Мероприятия	Примерные темы	Сроки	Ответственный
1.	Административное совещание при заведующем	1. «Создание развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ в соответствии с ФГОС ДО: создание условий в группе для самостоятельной двигательной активности детей». 2. «Совместные спортивные досуги и праздники в ДОУ, как эффективная форма пропаганды здоровой и крепкой семьи».	1 раз в месяц	Заведующий
2.	Малые педагогические совещания	1. «Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе ДОУ» 2. «Прогулки и их значение для оздоровления детского организма»	1 раз в месяц	Старший воспитатель

		3. «Спорт – это здоровый образ жизни»		
3.	Консультативная деятельность	1. «Танцевальная терапия в детском саду». 2. «Арттерапевтические средства в коррекции поведения у дошкольников» 3. «Гимнастика пробуждения как средство укрепления детского организма»	1 раз в месяц	Старший воспитатель, воспитатели, медицинская сестра (по согласованию)
4.	Информационно-просветительская деятельность	1. «Профилактика ОКИ в детском саду» 2. «Если в группе карантин» 3. «Детские инфекции. Как их различать?»	1 раз в месяц	Медицинская сестра (по согласованию)
5.	Повышение квалификации педагогов	1. «Об организации работы с детьми с ОВЗ» 2. «Коррекция агрессивности у детей дошкольного возраста»	1 раз в три года	Старший воспитатель

2.3. Взаимодействие детского сада с семьями воспитанников

Цель - реализация единой программы воспитания и развития ребенка в ДООУ и семье в ходе оздоровительной работы.

В ходе реализации программы решаются следующие **задачи**:

1. Оказать конкретную практическую помощь семье в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка.
2. Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
3. Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Примерная модель взаимодействия детского сада с семьями воспитанников в вопросах оздоровления детей

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Индивидуальное консультирование родителей по запросу	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели, специалисты, медсестра (по согласованию)

2.	Обсуждение вопросов профилактики детских заболеваний на родительских собраниях, мерах по оздоровлению детей	По плану	Воспитатели, медсестра (по согласованию)
3.	Оформление информационных стендов, уголков для родителей актуальной информацией. Размещение информации по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников на официальном сайте ДОУ	Постоянно	Воспитатели, медсестра (по согласованию). Старший воспитатель
4.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных досугах, развлечениях, соревнованиях	По плану инструктор а по физической культуре	Инструктор по физической культуре
5.	Организация и проведение с родителями воспитанников семинаров, круглых столов, мастер-классов	Согласно годового плана	Старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физической культуре, медсестра (по согласованию)
6.	Привлечение социальных партнеров к просветительской работе, направленной на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, привитию навыков ЗОЖ	В течение года	Администрация ДОУ
7.	Создание и пополнение на базе ДОУ «Библиотечки детского здоровья», доступной для родителей	Постоянно	Все сотрудники

2.4. Мониторинг эффективности реализации Программы

Критерии эффективности программы	Показатели	Формы мониторинга	Ответственные
Состояние здоровья воспитанников	Количественные показатели заболеваемости, диспансерного учета	1) Анкетирование, тестирование 2) Медицинские статистические отчеты	Медицинская сестра Инструктор по физической культуре Воспитатели

	<p>-распределение воспитанников по группам здоровья</p> <p>-физическое развитие воспитанников</p>	<p>3) Анализ медицинских карт и обследований</p> <p>4) Анализ пропусков дней по болезни</p> <p>5) Анализ выполнения возрастных физических норм</p>	
Санитарно – гигиенические условия ОО	Выполнение требований СанПиНов	Проверки администрации, контролирующих органов	Администрация ОО Медицинская сестра
Физкультурно – оздоровительная деятельность	<p>- Участие в спортивных соревнованиях</p> <p>- проведение традиционных спортивных мероприятий на базе ОО</p> <p>-проведение Дней Здоровья</p> <p>-посещение воспитанниками спортивных секций</p>	<p>1) Анализ работы ОО</p> <p>2) Анализ планирования</p>	Старший воспитатель
Удовлетворенность родителей	<p>- проведение досуговых мероприятий и родительских собраний</p> <p>-индивидуальное консультирование родителей специалистами</p> <p>- организация родительского всеобуча по формированию у детей здорового образа жизни</p>	<p>1) Анализ работы ОО</p> <p>2) Анкетирование родителей</p>	

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

№ п/п	Помещения ДОУ	Материально-технические условия	Мероприятия
	Спортивный зал	<ol style="list-style-type: none">1. Шкаф для документов полуоткрытый – 1 шт.2. Стул – 1 шт.3. Стол письменный (компьютерный) – 1 шт.4. Стеллаж для спортивного инвентаря – 3 шт.5. Стенка гимнастическая – 3 шт.6. Лестница деревянная с зацепками – 1 шт.7. Бревно гимнастическое – 3 шт.8. Скамейка гимнастическая – 4 шт.9. Спортивный набор «Два колеса» - 2 шт.10. Мягкий комплекс «Туннель» - 2 шт.11. Мат большой – 3 шт.12. Мешочек для метания – 30 шт.13. Лента гимнастическая – 60 шт.14. Канат 3 м. – 2 шт.15. Островки – 2 шт.16. Дорожка массажная – 1 шт.17. Дорожка ручка-ножка – 2 шт.18. Игровой тоннель 3 м. - 2 шт.19. Палка гимнастическая (71 см) – 30 шт.20. Стойка для дорожного знака – 3шт.21. Ракетки пляжные с мячиком – 12 шт.22. Обруч (80 см) – 4 шт.23. Обруч (60 см) – 6 шт.24. Эстафетная палочка (35 см) – 6 шт.	<ol style="list-style-type: none">1. Утренняя гимнастика2. Физкультурные занятия3. Физкультурные развлечения, соревнования, праздники и досуги4. Индивидуальная работа по освоению физических навыков и умений

	<p>25. Палка гимнастическая с флажком (53 см)– 2 шт. 26. Скакалка – 11 шт. 27. Мяч футбольный – 1 шт. 28. Мяч волейбольный – 2 шт. 29. Корзина баскетбольная – 2 шт. 30. Шарик для бассейна 30 шт. в сетке – 4 сетки 31. Мяч (100) – 30 шт. 32. Мяч (150) – 30 шт. 33. Мяч надувной с шипами (9 см) – 30 шт. 34. Мяч (200) – 15 шт. 35. Измеритель силы – 1 шт.</p>	
Музыкальный зал	<p>1. Шкаф для документов полуоткрытый – 1 шт. 3. Стул офисный – 1 шт. 4. Стул детский «Скрипичный ключ» - 35 шт. 4. Стол письменный (компьютерный) – 1 шт. 5. Табурет винтовой для пианино -1 шт. 6. Цифровое пианино – 1 шт. 7. Синтезатор – 1 шт. 8. Клавишная стойка – 1 шт. 9. Стойка для концертной акустики -1 шт. 10. Портативная акустическая система – 1 шт. 11. Радиосистема на 2 микрофона – 2 шт. 12. Зеркало 13. Дом для театрализации 14. Театральные костюмы 15. Музыкальные инструменты</p>	<p>1. Утренняя гимнастика 2. Музыкальные занятия 3. Музыкальные развлечения, праздники, досуги, утренники 4. Театрализованные представления 5. Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми</p>
Групповые помещения	<p>1. Мебель взрослая 2. Детская мебель 3. Ноутбук 4. Доска магнитно-меловая 5. Доска-мольберт 6. Интерактивная панель 7. Ковер</p>	<p>Организация и проведение воспитательно-образовательных мероприятий, в том числе по сохранению и укреплению здоровья воспитанников</p>

		8. Игровое оборудование 9. Канцелярские принадлежности 10. Обустроенные Центры активности (Уголок здоровья, центр спорта, Центр безопасности и т.д.)	
	Спортивная площадка	Металлические конструкции «Стенка для метания», «Бум», дорожка «Малый круг», «Комплекс спортивный», комплекс спортивный «Мостик»	1. Утренняя гимнастика на воздухе 2. Физкультурные занятия на воздухе 3. Спортивные праздники и соревнования на воздухе
	Методический кабинет	1. Шкаф для документов полуоткрытый – 3 шт. 2. Шкаф для одежды – 1 шт. 3. Стул офисный – 10 шт. 4. Видеопроектор – 1 шт. 5. Экран для видеопроектора – 1 шт. 6. Компьютер – 1 шт. 7. Аудиоколонки – 2 шт. 8. Стол-тумба (книжка) – 1 шт. 9. Тумба-подкатная – 2 шт. 10. Стол угловой эргономичный – 2 шт. 11. МФУ струйный – 1 шт. 12. Учебно-методическая литература 13. Кукольный театр	1. Индивидуальное консультирование педагогов 2. Малые педагогические совещания 3. Педагогические советы, семинары, мастер-классы 4. Консультирование родителей воспитанников 5. Организация работы ПШк 6. Организация работы комиссии по охране прав детства и профилактике безнадзорности и правонарушений 7. Планирование работы ДОУ, ведение документации
	Медицинский блок	1. Тумба медицинская 2. Шкаф для медикаментов и инструментария – 2 шт. 3. Столик инструментальный 4. Кушетка медицинская смотровая – 2 шт. 5. Стол врача двухтумбовый 6. Холодильник 7. Шкаф для документов полуоткрытый 8. Шкаф для одежды 9. Весы медицинские 10. Ростомер	1. Профилактический осмотр детей, измерение антропометрических данных 2. Вакцинация воспитанников 3. Оказание медицинской помощи при необходимости 4. Консультирование родителей воспитанников

		11. Облучатель бактерицидный настенный 12. Облучатель рециркулятор бактерицидный, 13. Водонагреватель настенный электрический – 2 шт. 14. Переноска-холодильник 15. Тонометр 16. Пузыри для льда 17. Холодильник 18. Электрополотенце	
	Пищеблок	1. Машина картофелеочистительная 2. Машина универсальная кухонная 3. Миксер планетарный 4. Мясорубка 5. Пароконвектомат 6. Плита шестикомфорочная 7. Холодильник 8. Стол разделочно-производственный 9. Котел пищеварочный	Организация качественного горячего питания воспитанников в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами
	Прачечная	1. Каток гладильный 2. Машина стирально-отжимная 3. Машина сушильная 4. Швейная машинка	Стирка и глажение спецодежды и белья

3.2. Методическое обеспечение Программы

Комплексные и парциальные программы

Программно-методическое обеспечение Программы включает в себя:

- образовательную программу дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 54 «Тёплые ладошки», разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года № 1155 (с изм.), на основе федеральной образовательной программы дошкольного образования, утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 года № 1028

- парциальная образовательная программа для детей дошкольного возраста И.А. Лыковой «Мир Без опасности»;

- технология эффективной социализации детей 3—7 лет Н.П. Гришаевой.

Методические пособия

1. Казина О.Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей: Для занятий с детьми 2 – 5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018. – 96 с.

2. Казина О.Б. Совместные физкультурные занятия с участием родителей: Для занятий с детьми 5 - 7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018. – 192 с.

3. Мустафина Т.В., Гаранина Н.С., Рыбаева Н.А. Здоровый образ жизни в представлениях дошкольника. – М.: ТЦ Сфера, 2022. – 112 с. – (Библиотека Воспитателя). (7)

4. Мустафина Т.В., Рыбаева Н.А. Веселые оздоровительные игры по лексическим темам. – М.: ТЦ Сфера, 2022. – 112 с. – (Библиотека Воспитателя). (1)

5. Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы / авт. – сост. Т.Г. Кареева. – Изд.3-е, испр. и доп. – Волгоград: Учитель. – 169.с.

6. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – 2-е изд., испр. – М.: ТЦ Сфера, 2022. – 64 с. (Вместе с детьми)

3.3. Кадровое обеспечение Программы

Заведующий ДООУ:

- ✓ общее руководство по реализации программы «Здоровье»;
- ✓ контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- ✓ анализ реализации программы «Здоровье»
- ✓ проведение мониторинга
- ✓ контроль за реализацией программы «Здоровье»

Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре:

- ✓ определение показателей двигательной подготовленности детей
- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий
- ✓ включение в образовательный процесс:
 - упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
 - упражнений на релаксацию, дыхательные упражнения
- ✓ закаливающие мероприятия
- сниженная температура воздуха
- облегченная одежда детей
- ✓ проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- ✓ проведение занятий по ОБЖ и валеологии;
- ✓ проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - дыхательной гимнастики,

- релаксационных упражнений,
- самомассажа
- упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки
- ✓ пропаганда методов оздоровления в коллективе детей

Медицинская сестра (по согласованию):

- ✓ пропаганда здорового образа жизни
- ✓ организация рационального питания детей
- ✓ иммунопрофилактика
- ✓ фитотерапия
- ✓ реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану

Заместитель заведующего по административно-хозяйственной части:

- ✓ создание материально-технических условий
- ✓ контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации Программы
- ✓ создание условий для предупреждения травматизма в ДОУ

Шеф - повар:

- ✓ организация рационального питания детей
- ✓ контроль за соблюдением технологий приготовления блюд
- ✓ контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке

Младший обслуживающий персонал:

- ✓ соблюдение санитарно-охранительного режима
- ✓ помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий

Стратегический план работы МДОУ «Детский сад № 54 «Тёплые ладошки» по улучшению здоровья детей

№	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Срок выполнения
Оптимизация режима					
1.	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, медсестра	В течение года
2.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы	Ежедневно	Старший воспитатель специалисты ДОУ	В течение года
3.	Физкультурные занятия (НОД)	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года
5.	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
6.	Музыкально – ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели	В течение года
7.	Физкультурные праздники и досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре	В течение года

8.	Неделя здоровья	Все группы	2 раза в год	Старший воспитатель педагоги ДОУ, медсестра,	В течение года
----	-----------------	------------	--------------	--	----------------

				инструктор по физической культуре, специалисты ДОУ (по необходимости)	
9.	Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года
10.	Физкультминутки	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года
11.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года

Охрана психического здоровья

1.	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года
----	---	------------	-----------------------------------	---------------------------------	----------------

Медико-профилактическое направление

1.	Дыхательная гимнастика в игровой форме	Все группы	3 раза в день	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года
----	--	------------	---------------	---	----------------

2.	Самомассаж, точечный массаж	Все группы, кроме малышей	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года
3.	Витаминотерапия: ревит, аскорбиновая кислота	Все группы (по согласованию с родителями)	1 раз в день (10 дней)	Медсестра	2 раза в год
4.	Ароматизация помещений (чеснок)	Все группы	по плану	Медсестра,	4 раза в год

			профилактических мероприятий	воспитатели	октябрь, декабрь, февраль, апрель
--	--	--	------------------------------	-------------	-----------------------------------

Закаливание, с учётом состояния здоровья ребёнка

1.	Воздушные ванны	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.	Прогулки на воздухе	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
3.	Гимнастика после сна (босохождение)	Все группы (кроме малышей)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
4.	Мытье рук по локоть после сна	Все группы (кроме малышей)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
5.	Игры с водой	Все группы	по плану	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года

