

Утверждена на педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»
Протокол № 1 от 31.08.2023
Заведующий _____ Евстафьева О.Ю.

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

на 2023-2026 учебный год
«ДЕТСКИЙ САД № 8 «ДРУЖНАЯ СЕМЕЙКА»



Йошкар-Ола 2023г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 8 "ДРУЖНАЯ СЕМЕЙКА" Г.
ЙОШКАР-ОЛЫ", Евстафьева Ольга Юрьевна, Заведующий

31.08.23 12:49 (MSK)

Сертификат 571B8BCBDF913D64750B5C185655D4

Содержание

1	Введение	3
2	Цели и задачи программы «Здоровья»	6
3	Законодательно-нормативное обеспечение программы	6
4	Основные принципы программы	7
5	Функции участников педагогического процесса	9
6	Основные функции программы	11
7	Работа с детьми	11
8	Работа с педагогами	18
9	Работа с родителями	19
10	Ожидаемые результаты	20
11	Основные направления работы по физическому воспитанию в ДОУ и семье	21
12	План лечебно-оздоровительной работы	22
13	Модель закаливания детей дошкольного возраста	25

*Если нельзя вырастить ребенка,
чтобы он совсем не болел,
то, во всяком случае, поддерживать у него
высокий уровень здоровья вполне возможно.
Н.М. Амосов, академик*

Введение

Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально-экономическое состояние семьи, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счёте – отношение государства к проблемам здоровья.

Состояние здоровья детей в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь около 10% от контингента детей, поступающих в школу.

Именно разработка этой программы привела коллектив д/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.

Также при разработке программы мы исходим из понимания того, что здоровье человека включает несколько взаимозависимых и взаимообусловленных аспектов. Это физический, интеллектуальный, эмоциональный, социальный, личностный и духовный аспекты здоровья.

Под *физическим аспектом* здоровья понимается то, как функционирует наш организм, здоровье всех его систем.

Под *интеллектуальным* – как мы получаем информацию, знание того, где можно получить важную информацию и как пользоваться уже полученной информацией.

Эмоциональный аспект здоровья означает понимание своих чувств и умение выражать их.

Социальный аспект здоровья подразумевает осознание себя в качестве личности мужского или женского пола и взаимодействие с окружающим.

Личностный аспект здоровья означает то, как мы осознаём себя в качестве личности, как развивается наше «я», чего мы стремимся достичь, и что каждый понимает под успехом.

Духовный аспект здоровья - суть нашего бытия, то, что действительно важно для нас, то, что мы более всего ценим.

В настоящее время ДОУ посещают 112 детей

Результаты исследований в нашем детском саду свидетельствуют о том, что состояние здоровья детей нашего ДОУ характеризуются следующими тенденциями:

- Неврологические отклонения-11 детей,
- Хирургические отклонения-12 детей,
- ЛОР 5 детей,
- Сердечно-сосудистые-4 детей,
- Кожные(атопический дерматит) 1 ребенок,
- Нарушение зрения-9 детей,
- Прочие-3 детей

В ДОУ созданы определенные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития. Это традиционные формы и методы оздоровительной и лечебно-профилактической работы с детьми.

В ДОУ имеется: музыкальный/физкультурный/ зал оснащенный необходимым оборудованием; площадки на улице; центры здоровья во всех возрастных группах; медицинский, процедурный кабинеты;

Медицинское обслуживание осуществляют: медсестра. В течение учебного года реализуется оздоровительная работа с детьми: закаливание, витаминпрофилактика, профилактические прививки, витаминизированное питание, организованы регулярные осмотры детей подготовительных групп врачами-специалистами. В течение всего года родителей информируем о лечебно-оздоровительной работе, о заболеваемости детей.

Система обеспечения безопасной жизнедеятельности предполагает изучение правил дорожного движения и техники безопасности на занятиях и в совместной деятельности.

В ДОУ ведется целенаправленная работа с родителями воспитанников, так как, только в тесном контакте педагогов и родителей можно добиться

хороших результатов, укрепить и сохранить здоровье ребенка.

Кроме этого, в каждой группе создана система по укреплению физического здоровья детей: во всех возрастных группах организация двигательной активности сочетается с закаливающими мероприятиями.

Мы считаем, в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

В результате мониторинга была выстроена система оздоровительной работы, включающая в себя комплекс медицинских, педагогических мероприятий, в том числе физкультурно-оздоровительных режимов в разных возрастных группах, что послужило основой для формирования культуры здоровья у детей.

Анкетирование, с целью выявления особенностей физического воспитания в семье показало, что 10 % родителей систематически занимаются физическим воспитанием, 60 % - в выходные дни, 30 % - во время отпуска; На вопрос «Что мешает заниматься с ребёнком» 100 % респондентов отметили, что дефицит времени.

Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и создать новые условия для воспитания здоровой личности.

Основой реализации здоровьесберегающих мероприятий и программы будет являться годовой план ДОУ.

Цели, задачи, направления программы

Цель программы – создание оптимальных здоровьесберегающих условий в ДООУ для детей дошкольного возраста и педагогов.

Задачи программы “Здоровье”

1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
3. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры.
4. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (лыжи, баскетбол, плавание, футбол, волейбол, ритмика).
5. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
6. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.
7. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.
8. Помочь педагогам и родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации и здоровья, поведенческих навыков у них здорового образа жизни.
9. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

Законодательно-нормативное обеспечение программы

1. Закон РФ «Об образовании».
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений.
3. Программа «Развития» МБДОУ ДС № 8.
4. Устав МДОУ ДС № 8.

Сроки реализации программы: 2023 - 2026 г.г.

Основные принципы программы

1. *Принцип научности* — подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. *Принцип активности и сознательности* — участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. *Принцип комплексности и интегративности* — решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. *Принцип социальной компенсации* – обеспечение социальной и правовой защиты детей.

Ожидаемые результаты

1. Повысится компетентность в области здоровьесбережения, педагоги внедрят в практику своей деятельности методы поддержания психоэмоционального здоровья.
2. Расширится осведомлённость родителей о системе здоровьесберегающей работы в д/с. Родители и члены семей станут более активно включаться в планирование и организацию мероприятий, направленных на поддержание здоровья.
3. У детей будет формироваться осознанное отношение к своему здоровью, к специфическим мероприятиям по оздоровлению. Будет отмечаться положительная динамика в снижении заболеваемости детей. Дети овладеют навыками самооздоровления.

И в целом, отношения взрослых участников образовательного процесса станут более доверительными, открытыми, поддерживающими. Деятельность по здоровьесбережению в ДООУ и семье будет основываться на принципе преемственности.

Оценка результатов

1. Качественная и количественная система контроля будет отслеживать исполнение мероприятий.
2. Качественная оценка реализации программы субъективная удовлетворённость педагогов, родителей, детей будет отслеживаться при помощи анкетирования, опросов, собеседования.
3. Динамика заболеваемости и посещаемости детей будет отслеживаться по результатам изучения медицинских карт и журнала посещаемости.
3. В конце учебного года полученные результаты будут анализироваться. Это станет основой для коррекции программы на последующий период.

С целью обеспечения высокого уровня охраны и укрепления здоровья детей, их физического, психического развития, реализации программы дошкольного учреждения, в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями в ДОО созданы все необходимые условия.

- имеется зал для физкультурных и музыкальных занятий, который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, наклонная доска, ребристая доска, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажёры для стоп в т. ч. из нестандартного оборудования для “игровых дорожек”, имеются в наличии мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: “полосой препятствий” для развития выносливости, гимнастической стенкой («ракетой»).
- имеется картотека для подвижных игр с необходимыми шапочками и другими атрибутами;
- имеется картотека для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр;
- в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;

Пропаганда и организация образа жизни в ДОО – целенаправленная деятельность всего коллектива. К этому привлечены медицинская сестра детского сада, старший воспитатель, музыкальный руководитель, воспитатели и родители воспитанников.

**Функции каждого участника педагогического процесса
по физическому воспитанию детей:**

	Деятельность
Функции медицинского работника	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация и контроль соблюдения санитарно-гигиенического и противозoonиологического режима; 2. Контроль уровня здоровья детей: определяет и оценивает показатели заболеваемости, физического, функционального и моторного развития, динамику групп здоровья; 3. Контроль выполнения двигательного режима и физических нагрузок на утренней гимнастике и физических занятиях; 4. Проводит профилактику ОРВИ: контролирует проведение и анализируют эффективность закаливающих процедур; 5. Осуществляет гигиеническое воспитание детей и санитарное просвещение персонала и родителей; 6. Осуществляет сотрудничество ДОО с узкими специалистами из детской поликлиники № 1; 7. Витаминизация блюд; 8. Составление индивидуального календаря профилактических прививок. Вакцинация; 9. Первая помощь при травмах.
Функции старшего воспитателя	<ol style="list-style-type: none"> 1. Контролирует организацию мероприятий по физическому воспитанию детей; 2. Оказывает методическую помощь воспитателям; 3. Осуществляет наблюдение за организацией двигательного режима.
Функции воспитателей	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечивают состояние психологического комфорта каждому ребёнку в группе; 2. Проводят оздоровительные мероприятия и формируют основы ОБЖ; 3. Планируют, отбирают содержание и методы работы с детьми на занятиях с учётом индивидуальных особенностей ребёнка (здоровья, уровня знаний, развития познавательных процессов); 4. Строят занятие (НОД) на принципах

	<p>здоровьесбережения;</p> <p>5. При планировании занятий (НОД) определяют задачи развития каждого ребёнка, осуществляют индивидуальный подход;</p> <p>6. Проводят диагностику уровня знаний по разделам программы и анализ результатов;</p> <p>7. Вносят в календарный план индивидуальную работу с детьми по физическому воспитанию;</p> <p>8. Участие в мероприятиях с применением различных форм физического воспитания детей;</p> <p>9. Консультации, беседы, родительские собрания.</p>
<p>Функции музыкального руководителя</p>	<p>1. Проводит диагностику эмоционально-музыкального развития детей;</p> <p>2. Обеспечивает развитие эмоциональной сферы детей, развивает певческое дыхание, все стороны речи детей;</p> <p>Включает в содержание занятий музыкальный материал о здоровье;</p> <p>3. Проводит консультации для педагогов и родителей, на которых раскрывает влияние музыки на здоровье детей, даёт рекомендации по использованию музыки в семье для снятия напряжения нервной системы, при проведении утренней гимнастики;</p> <p>4. Подбирает для интегрированных занятий песни о здоровье.</p>
<p>Функции родителей</p>	<p>1. Ознакомление с результатами диагностики физической подготовленности;</p> <p>2. Участие в спортивных мероприятиях,</p> <p>3. Обмен опытом работы с детьми в домашних условиях.</p>

Основные направления программы

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

Работа с детьми

Цель: формирование осознанного понимания здорового образа жизни и отношения к своему здоровью

Осуществляется воспитателями, помощниками воспитателей, медицинскими работниками, муз. руководителем. Она включает в себя 10 разделов:

1. Диагностика;
2. Полноценное воспитание;
3. Система эффективного закаливания;
4. Организация рациональной двигательной активности;
5. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей;
6. Создание представлений о здоровом образе жизни;
7. Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов;
8. Коррекционная работа;
9. Лечебно-профилактическая работа;
10. Летне-оздоровительные мероприятия.

I раздел – Диагностика

Диагностика – комплекс мероприятий (наблюдение, анкетирование, тестирование, и др.), которые помогают глубоко узнать ребёнка “во всех отношениях”, определить исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, объективные и субъективные критерии здоровья.

Медицинский работник, изучая анамнез развития ребёнка, выявляет часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями. Учёт возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет не только выявить имеющиеся у ребёнка проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности.

Так воспитатели группы наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни; музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

II раздел – Полноценное питание

Рациональное питание является одним из основных факторов, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на рост и состояние здоровья малыша. Правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Рационально составленное меню в детском саду представляет собой такой подбор блюд, который удовлетворяет потребность детей в основных пищевых веществах и энергетических компонентах.

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.

III раздел – Система эффективного закаливания

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и являются необходимым условием оптимального развития ребёнка.

Основные факторы закаливания:

- Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
- Закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, в других режимных моментах;
- Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- Постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В д/саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

1. Соблюдение температурного режима в течение дня;
2. Правильная организация прогулки и её длительность;
3. Соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние здоровья детей;
4. Облегчённая одежда для детей в д/саду;

5. Дыхательная гимнастика после сна;
6. Мытьё прохладной водой рук по локоть(индивидуально);
7. Полоскание рта водой;
8. Комплекс контрастных закаливающих процедур по дорожке “здоровья” (Игровые дорожки);

Методы оздоровления:

- Ходьба по песку (летом), коврику (в межсезонье);
- Контрастное обливание ног (летом);
- Дозированный оздоровительный бег на воздухе (летом), в т.ч. по дорожкам препятствий;
- Хождение босиком летом по спортивной площадке.
- Релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);
- Использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре;

IV раздел – Организация рациональной двигательной активности

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями. Укрепление здоровья средствами физического воспитания:

- Повышение устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды;
- Совершенствование реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям;
- Повышение физической работоспособности;
- Нормализацию деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможная коррекция врождённых или приобретённых дефектов физического развития;
- Повышение тонуса коры головного мозга и создание положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду

1. Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики. Занятия строить с учётом группы здоровья (подгрупповые).

4. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
5. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации физического воспитания

- Физические занятия в зале и на спортивной площадке с элементами психогимнастики;
- Дозированная ходьба;
- Оздоровительный бег;
- Физкультминутки;
- Физкультурные досуги, праздники, “Дни здоровья”;
- Утренняя гимнастика;
- Индивидуальная работа с детьми;

Физкультурные занятия (НОД) разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

1. Традиционные;
2. Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности;
3. Сюжетно-игровые, дающие более эмоциональные впечатления.
4. Тематические занятия
5. Занятия-тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр;
6. Занятия в форме оздоровительного бега;
7. Музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений.

У раздел - Создание условий организации оздоровительных режимов для детей

1. Организация режима дня ребёнка в соответствии с особенностями индивидуально складывающегося биоритмологического профиля.
2. Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
3. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Основными изменяющимися компонентами являются соотношение периодов сна и бодрствования, двигательной активности детей на открытом воздухе и в помещении.
4. Санитарно-просветительная работа с сотрудниками и родителями.

VI раздел - Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея – здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в д/саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно, и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения;
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- вести систематическую работу по ОБЖ, выработки знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для решения этих задач в д/саду созданы условия.

Каждая группа д/сада имеет отдельную раздевальную комнату. Это даёт возможность, как педагогам, так и родителям уделять внимание детям по привитию культурно-гигиенических навыков. Каждого ребёнка педагог и помощник воспитателя учит самостоятельно раздеваться и одеваться, при этом аккуратно складывать свою одежду в шкаф. При всех моментах обучения и закрепления знаний и умений педагог использует мотивацию.

В группах имеются: отдельные спальные комнаты, где каждый ребёнок имеет свою кровать, которую ежедневно заправляет самостоятельно в старшем возрасте, следит за тем, чтобы она аккуратно и эстетично выглядела, расправляет складочки, морщинки.

Ежедневно педагоги прививают детям стойкие культурно-гигиенические навыки по уходу за своим телом. Для этого имеются в группах отдельные комнаты гигиены.

Развитие представлений о строении человеческого тела и назначении органов педагоги формируют через занятия, беседы, игры, наблюдения. Для этого разработаны конспекты, схемы, таблицы, подобран наглядный материал. К детям часто в гости приходят медицинская сестра, ведёт беседы об опасных ситуациях подстерегающих в жизни. Дети решают логические задачи, вспоминают жизненные ситуации. Знания детей, полученные на

занятиях и в совместной деятельности, закрепляются в игровой нерегламентируемой деятельности.

VII раздел - применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов

Принципы по разделу программы

1. Выявление факторов, способствующих возникновению и развитию стрессовых состояний у детей.
2. Применение психолого-педагогических приёмов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений. В комплекс этих приёмов входят индивидуальные беседы воспитателей и ребёнком и родителями, применение подвижных, сюжетно-ролевых и особенно режиссёрских игр, музыкотерапия, использование и анализ продуктивных видов деятельности детей, отдельные приёмы рациональной психотерапии.
3. Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребёнка.
4. Создание благоприятного психологического климата в группах и в ДОО в целом.
5. Использование психоаналитических и личностноориентированных бесед с детьми с аффективными и невротическими проявлениями.
6. Рациональное применение музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции.
7. Использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

Для осуществления вышесказанных принципов в д/саду созданы необходимые условия:

- Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку.
- Отношения между работниками д/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 комнат, раздевальных комнат, спальных, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.
- Эмоциональное благополучие ребёнка в д/саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Снижение утомляемости ребёнка на занятиях является мотивация к занятию (НОД), построение занятия(НОД) на

интересе ребёнка и индивидуальных 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.

VIII раздел – Лечебно-профилактическая работа

Раздел программы направлен на профилактику заболеваемости детей.

В профилактике гриппа и других ОРЗ важным является как специфическое формирование невосприимчивости к определённым инфекционным вирусам, так и стимуляция неспецифических факторов защиты организма.

Для успешной работы в этом направлении медицинский работник собирает сведения о ребёнке при поступлении в д/сад через анкету и личную беседу. После тщательного изучения карты индивидуального развития ребёнка, условий жизни, особенностей поведения и развития, и с учётом желания родителей намечается план мероприятий по оздоровлению каждого ребёнка индивидуально. Лечебно-профилактическая работа взаимосвязана с физкультурно-оздоровительной работой и осуществляется в д/саду в тесной взаимосвязи между медиками и педагогами. Лечебно-профилактическую работу осуществляют: медицинская сестра детского сада.

1. Витаминотерапия: аскорбиновая кислота, р витаминизированные напитки.
2. Оксолиновая мазь.

IX раздел – Летне-оздоровительные мероприятия.

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, на сопротивляемость к заболеваниям, создание положительных эмоций.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия (НОД) на спортивной площадке;
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- интенсивное закаливание стоп;
- витаминизация: соки, фрукты.

Работа с педагогами.

Цель: Повысить педагогическое мастерство и деловую квалификацию педагогов в вопросах здоровьесбережения ДОУ.

Работа с сотрудниками одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на принципах:

- просветительная работа по направлениям программы “Здоровье” и т.д.
- консультации воспитателей по сохранению здоровья;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

- Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Разработка систем физического воспитания основанных на индивидуально-психологическом подходе.
- Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
- Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
- Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
- Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
- Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.
- Пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, распространение рекламно-информационной литературы).
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, 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 физкультуры, в перерывах между занятиями, использовать физкультурные минутки, элементы психогимнастики, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.

- Необходимо более широко использовать игровые приёмы, 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 чувство ответственности за своё здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции.
- Беседы, валеологические занятия (НОД).
- Психологические тренинги.

Важным направлением деятельности в рамках программы является разработка мероприятий, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, тесно связаны с социальными аспектами жизни детей, в том числе:

- внедрение сбалансированного разнообразного питания;
- организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.

Работа с родителями.

Цель: создание полной преемственности детского сада и семьи в вопросах здоровьесбережения

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

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему “всемирно”: семья, д/сад, общественность.

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка родителей на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребёнка.
5. Вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, через психологические тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Использовать следующие формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Экскурсии по д/саду для вновь прибывших.
4. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и для вновь прибывших).
5. Совместные занятия для детей и родителей для вновь принятых детей.
6. Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями использовать план изучения семьи:

1. Структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношение родителей к детям, стиль общения).
2. Социальный статус отца, матери в семье; степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка.
3. Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребёнка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

1. Анкета для родителей.
2. Беседы с родителями.
3. Беседы с ребёнком.
4. Наблюдение за ребёнком.
5. Изучение рисунков на тему: “Наша семья” и их обсуждение с детьми.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
2. Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
3. Обеспечение статистического учёта, контроля, и анализа на всех уровнях.
4. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
5. Повышение заинтересованности работников д/сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
6. Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.

7. Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

**Основные направления работы по физическому
воспитанию в ДОУ и семье**

Реализация задач в ДОУ	Реализация задач в семье
Координирование совместной работы воспитателя и медицинской сестры по физическому совершенствованию функций организма	Обеспечение полной информацией о состоянии здоровья ребёнка
Создавать условия для спонтанной двигательной активности в группах и на территории ДОУ	Соблюдать режим прогулок, давать возможность ребёнку много свободно двигаться
Вызывать у детей интерес и потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями	Ввести семейную традицию занятий спортом, спортивными играми
Формировать элементарные знания о своём организме, способах укрепления собственного здоровья	Закреплять знания, Поддерживать режим, самостоятельное выполнение физических упражнений
Демонстрировать передовой опыт семейного воспитания	Участвовать в совместных досугах, днях здоровья.

ПЛАН ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	М Е Р О П Р И Я Т И Я	СРОКИ	ОТВЕТСТ ВЕННЫЕ
I.	<p>ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ</p> <p>1. Провести инструктаж по технике безопасности для мл. воспитателей. 2. Правильно подобрать мебель в группах соответственно росту детей</p>	<p>сентябрь</p> <p>август</p>	<p>м/с</p> <p>м/с воспитател и</p>
II.	<p>ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</p> <p>1. Проведение антропометрии детей 2. Обследование детей на энтеробиоз 3. Осмотр детей специалистами 4. Проведение фильтра в карантинных группах 5. Контроль за выполнением режимных моментов, фильтра, гимнастики, кормления, прогулки, сна, физкультурных занятий 6. Проводить анализ заболеваемости, травматизма. Анализ профилактических прививок 7. Проведение профилактических прививок ослабленным детям, щадящим методом, с аллергической настроенностью - с подготовкой</p>	<p>весна-осень по плану в теч. года в теч. года по плану в теч.года в теч.года в теч.года</p> <p>в теч.года по плану</p>	<p>м/с воспитател и м/с</p> <p>м/с м/с м/с м/с</p> <p>м/с</p>
III.	<p>ПРОТИВОЭПИДЕМИЧЕСКАЯ РАБОТА</p> <p>1. Прием в группу здоровых детей, своевременная изоляция заболевших. 2. Накладывание карантина на группу, контроль за текущей уборкой в карантинных группах. 3. Своевременное снятие контактных детей на домашний карантин. 4. Своевременное прохождение медосмотров сотрудниками</p>	<p>в теч.года</p> <p>в теч.года</p> <p>в теч.года</p> <p>1 р. в квартал</p>	<p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p>

IV.	<p>САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ</p> <p>1. Следить за санитарным состоянием пищеблока, его текущей уборкой, мытьем посуды, использованием уборочного инвентаря.</p> <p>2. Следить за использованием посуды, ножей, досок по назначению.</p> <p>3. Контроль за санитарным состоянием склада с продуктами, их хранением, сроками реализации.</p> <p>4. Контроль за санитарным состоянием групп, подсобных помещений.</p> <p>5. Контроль за температурным режимом, проветриванием кварцеванием.</p>	<p>в теч.года</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p>	<p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p>
V.	<p>ПИТАНИЕ</p> <p>1. Бракераж сырых и готовых продуктов.</p> <p>2. Контроль за технологией приготовления блюд.</p> <p>3. Снятие проб.</p> <p>4. Контроль за холодильным оборудованием, хранением продуктов.</p> <p>5. При составлении меню разнообразить блюда, вводить больше овощей и фруктов.</p> <p>6. Вести перспективное меню, накопительную ведомость, бракеражный журнал.</p> <p>7. Подсчет калорийности.</p> <p>8. Контроль за питанием детей в группах, за объемом порций.</p>	<p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>постоянно</p> <p>1 р. в кв. ежедневно</p>	<p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>зав., м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p> <p>м/с</p>
VI.	<p>ЗАКАЛИВАНИЕ</p> <p>1. Контроль за прогулкой, одеждой детей.</p> <p>2. Контроль за проведением закаливающих процедур: босохождение, воздушные ванны, дыхательная гимнастика, полоскание горла водой комнатной температуры.</p> <p>3. Контроль за проведением гимнастики, физкультурных НОД.</p> <p>4. Санпросветработа.</p>	<p>ежедневно</p> <p>В теч. года</p> <p>По плану</p>	<p>м/с</p>

<p>VII.</p>	<p>РАБОТА С ЧАСТОБОЛЕЮЩИМИ ДЕТЬМИ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация «Д» наблюдения. 2. Осмотр педиатром. 3. Лабораторные обследования. 4. Закаливание щадящим методом. 5. Прогулка под строгим контролем. 6. Противорецидивирующее лечение. 7. Кормление, укладывание на сон первыми. 8. Кварцевание групп. 9. Двигательная активность. 10. Связь с участковым врачом. 	<p>В теч. года</p>	<p>м/с</p>
<p>VIII.</p>	<p>МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тщательное проведение фильтра в группах. 2. Ношение масок, кварцевание групп, проветривание. 3. Сделать прививки против гриппа сотрудникам. 4. Применение дибазола, оксолиновой мази. 5. Организация санпросветработы с родителями и сотрудниками. 	<p>Во время эпидемии</p>	<p>м/с</p>
<p>IX.</p>	<p>МЕРОПРИЯТИЯ ПО СНИЖЕНИЮ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Щадящий режим после перенесенного ОРЗ для ЧБД. 2. Соблюдение температурного режима в группах и спальнях. 3. Контроль за проведением закаливающих процедур. 	<p>постоянно</p>	<p>м/с</p>

Модель закаливания детей дошкольного возраста

фактор	мероприятия	место в режиме дня	периодичность	дозировка	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
вода	полоскание рта	после каждого приема пищи	ежедневно 3 раза в день	50-70 мл воды +20		+	+	+	+
	полоскание горла ромашкой	после обеда	ежедневно	50-70 мл р-ра нач.т воды +36 до +20		+	+	+	+
	обливание ног	после дневной прогулки	июнь-август ежедневно	нач.т воды +18+20 20-30 сек.		+	+	+	+
	умывание	после каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно t	воды +28+20	+	+	+	+	+
воздух	облегченная одежда	в течении дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	от 1,5 до 3 часов, в зависимости от сезона и погодных условий	+	+	+	+	+
	утренняя гимнастика на воздухе	-	июнь-август	в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
	воздушные ванны	после сна	ежедневно, в течение года	в зависимости	+	+	+	+	+

			5-10 мин	сти от возраста					
	выполнение режима проветривания помещения	на прогулке по графику	июнь-август ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+	+
	дневной сон с открытой фрамугой		в теплый период	- t возд.+15 +16			+	+	+
	бодрящая гимнастика	после сна	ежедневно, в течение года				+	+	+
	дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физкультурно м занятии, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражне ний			+	+	+
	дозированные солнечные ванны	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	с 9.00 до 10.00 ч. по графику до 25 мин. до 30 мин.		+	+	+	+
рецепты	босохождение в обычных условиях	в течение дня	ежедневно, в течение года	3-5 мин	+				
	пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин		+			
	контрастное босохождение (песок-трава)	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	от 10 до 15мин	+	+	+	+	+
	самомассаж	после сна в	течение года	2 раза в неделю		+	+	+	+
	массаж стоп	перед сном	в течение года	1 раз в неделю			+	+	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 8 "ДРУЖНАЯ СЕМЕЙКА" Г.
ЙОШКАР-ОЛЫ",** Евстафьева Ольга Юрьевна, Заведующий

31.08.23 12:49 (MSK)

Сертификат 571B8BCBFD913D64750B5C185655D4