

КРАТКАЯ АННОТАЦИЯ

Программа "Здоровье" разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОО, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

Предлагаемая программа представляет собой систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Данная концепция является результатом изучения психолого-медико-педагогических источников литературы, анализа современных здоровьесберегающих технологий, апробации оригинальных идей, обобщения опыта оздоровительно - профилактической работы с детьми в условиях дошкольного образовательного учреждения.

В программе представлены рациональные подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и закаливающих мероприятий в группах общеразвивающей направленности.

Программа адресована работникам дошкольного образовательного учреждения, может быть использована родителями в домашнем воспитании и оздоровлении детей.

Содержание

Пояснительная записка	4
1. Аналитическое обоснование программы	6
1.1 Анализ уровня развития детей	6
1.2 Анализ ресурсного обеспечения программы.....	13
2. Концепция укрепления здоровья детей и взрослых, использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.....	16
2.1.Цели и задачи программы «Здоровье».....	17
2.2 Основные принципы здоровьесберегающих технологий.....	18
2.3.Основные направления программы «Здоровье».....	20
2.4 Этапы реализации программы.....	22
2.5. Механизм реализации программы.....	23
3.Ожидаемые результаты реализации программы.....	36
4. Реализация программы «Здоровье» в 2023-2026гг.	38
Литература.....	52

1. Пояснительная записка.

В настоящее время проблемы оздоровления и подготовки детей к школе стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией ухудшения здоровья дошкольников. Дети отличаются слабым здоровьем, несмотря на то, что в дошкольных образовательных учреждениях проводится комплекс мер для охраны и укрепления организма воспитанников. Около 70% детей приходят из детских садов в школу со слабым здоровьем.

Положение усложняется многими причинами. В детских садах используются инновационные технологии, вариативные и дополнительные программы. Объем познавательной информации постоянно увеличивается, растет доля умственной нагрузки в режиме дня. Вследствие этого нередко наблюдаются переутомление детей и снижение их функциональных возможностей, что отрицательно влияет не только на состояние здоровья дошкольников, но и на перспективы их дальнейшего развития. В семейной практике стала актуальной подготовка детей к школе в учреждениях дополнительного образования по выходным дням. Доля двигательной активности катастрофически снижается, уменьшается время пребывания детей на свежем воздухе.

Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОО можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья детей 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.

Актуальность создания программы «Здоровье» вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к соотношению современных стандартов в области физкультурно-оздоровительной работы с воспитательной деятельностью дошкольного учреждения со всеми его достижениями и недостатками.

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны.

Первоосновой здоровьесберегающей деятельности выступает нормативно-правовая база:

- ✓ Конвенция о правах ребенка
- ✓ Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников», (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России) от 09.12.2010 № 1639 Москва.)
- ✓ Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 21 декабря 2012 года
- ✓ Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- ✓ Санитарно–эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. СанПиН 2.4.3648 – 20
- ✓ Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания. СанПиН 1.2.3685-21
- ✓ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» №1028 от 25 ноября 2022г.

1. Аналитическое обоснование программы

1.1 Анализ уровня развития детей

Анализ здоровья и физического развития воспитанников ДООУ

Важнейшей характеристикой качества дошкольного образования является состояние здоровья воспитанников дошкольного учреждения. Для наиболее эффективной организации оздоровительных и профилактических мероприятий в качестве одного из основных приёмов работы персонала используется мониторинг состояния здоровья воспитанников, что является важным для своевременного выявления отклонений в их здоровье.

В 2022-2023 учебном году в МБДОУ «Детский сад № 9 «Росинка» г. Йошкар-Олы» функционировало 6 дошкольных групп общеразвивающей направленности. Среднесписочный состав детей - 165 человек. По результатам медицинского обследования дети, посещающие детский сад, в основном, имеют первую и вторую группы здоровья.

Таблица 1 Заболеваемость 1 ребенком, дни.

	2020-2021	2021-2022	2022-2023
Сентябрь	1,0	2,5	3,7
Октябрь	2,0	4,6	4,4
Ноябрь	2,3	2,4	7,4
Декабрь	3,5	3,9	5,7
Январь	1,6	3,3	2,1
Февраль	6,3	3,2	2,8
Март	3,8	3,4	3,7
Апрель	2,7	3,6	2,8
Май	1,2	1,8	1,5
Всего	2,7	3,1	3,7

Таблица 2 Посещаемость дошкольников, посещающих ДООУ, %.

	2020-2021	2021-2022	2022-2023
Сентябрь	69%	72%	66%
Октябрь	80%	66%	68%
Ноябрь	75%	67%	57%
Декабрь	64%	70%	55%
Январь	72%	59%	68%
Февраль	58%	68%	72%
Март	74%	71%	72%
Апрель	81%	73%	75%
Май	82%	73%	74%
Всего	72%	69%	67%

Таблица 3 Выполнение плана детодней по МДОУ, дни

Месяц	2020-2021	2021-2022	2022-2023
Сентябрь	2180	2623	2367
Октябрь	2765	2346	2332
Ноябрь	2374	2226	1967

Декабрь	2416	2572	1960
Январь	1787	1573	1863
Февраль	1807	2165	2110
Март	2418	2640	2550
Апрель	2938	2569	2442
Май	2013	2095	2332
Всего	2299	2312	2213

Таблица 4 Качество медико-социальных условий развития детей в ДОУ, чел

содержание	2021	2022
Морфофункциональные отклонения	103	102
Хронические заболевания	3	2
нуждаются в оздоровительных мероприятиях	106	104
нуждаются в ранней коррекции отклонений в развитии	103	102
Дети-инвалиды	0	0
Нарушения здоровья:		
речь	2	1
Зрения	15	16
Опорно-двигательного аппарата	43	46
Слуха	4	6
Состоящих на учете у фтизиатра	0	0
С нарушением интеллекта	0	0
Эндокринная система	5	6
Нарушение ЦНС	6	8
Аллергические заболевания	4	5

Под контролем медицинской сестры в детском саду своевременно проводится вакцинация и ревакцинация детей.

Таблица 5 Данные по вакцинопрофилактике детей ДОУ, чел., %

Перечень вакцинаций	2021	2022
Количество детей в ДОУ	159	165
Реакция Манту	159	165
Краснуха/ Паротит/ Корь	61	40
Полиомиелит	0	37
Грипп	45	31
Дифтерия	29*	35*

*зависит от количества в детском саду детей 7 лет

Физическое развитие дошкольников осуществляется в системе:

- ✓ утренняя гимнастика
- ✓ подвижные игры
- ✓ пальчиковая гимнастика (в утренний отрезок времени во всех возрастных группах; в ходе занятий продуктивных видов деятельности)
- ✓ артикуляционная гимнастика (в утренний отрезок времени во всех возрастных группах; в ходе коррекционной работы учителя-логопеда)
- ✓ дыхательные упражнения (в ходе коррекционной работы учителя-логопеда, на физкультурных занятиях)
- ✓ физкультминутки (в середине организованной образовательной деятельности)

- ✓ динамические паузы (в перерывах между организованной образовательной деятельностью)
- ✓ физкультурные занятия (традиционные, с элементами эстафет, тематические, с использованием ИКТ, путешествия, с элементами игровой ритмической гимнастики)
- ✓ физкультурные досуги (1 раз в месяц по плану воспитателя по физической культуре)
- ✓ физкультурные праздники (2 в зимний и летний период)
- ✓ спортивно-познавательные игры, сочетающие в себе познавательный элемент и игры – эстафеты
- ✓ соревнования
- ✓ турниры
- ✓ походы
- ✓ заезды
- ✓ самостоятельные игры детей со спортивным оборудованием
- ✓ платные дополнительные образовательные услуги «Школа мяча»
- ✓ дополнительное образование на бесплатной основе «Юный путешественник»
- ✓ методические мероприятия для педагогов и родителей

В детском саду функционирует **музыкальный зал**, где проводятся спортивные мероприятия: утренняя гимнастика, спортивные старты, организованная образовательная деятельность по разделу «Физкультурное развитие», физкультурные праздники и досуги, спортивно-познавательные игры; индивидуальная работа с детьми по разделу «Физкультурное развитие» с целью физического развития детей, укрепления их здоровья, приобщения к здоровому образу жизни.

Музыкальный зал располагается на втором этаже ДООУ. Зал оснащен шведской стенкой, спортивными скамейками, матами, индивидуальными ковриками для йоги, музыкальным центром. Физкультурное оборудование представлено гимнастическими скамейками; ребристыми досками; полыми кубами; кольцобросами; баскетбольными, футбольными, надувными и резиновыми мячами; дугами для подлезания; обручами; матами; нестандартным спортивным оборудованием, изготовленным своими руками (шапки-невидимки, мешочки для метания, тоннель, моталочки, массажными дорожками, мячи тканевые, мягкое бревно). Имеется спортивный инвентарь для физической активности детей на участке (мячи, обручи, лыжи, клюшки с шайбами).

В групповых комнатах оформлены центры двигательной активности пополнены массажными ковриками; масками для подвижных игр; флажками, лентами, платками, мячами, скакалками, шнурами, обручами, кеглями, мешочками с песком; нетрадиционным физкультурным оборудованием; графиками двигательной активности детей в течение дня и циклограммой закаливания (тетрадь), картотеками подвижных, пальчиковых игр, физкультминуток, считалок; папками-проспектами по валеологии.

На территории детского сада оборудованы спортивная площадка, площадка по правилам дорожного движения. На спортивной площадке есть беговая дорожка, полоса препятствий, спортивно-игровое оборудование, яма для прыжков, щиты с

кольцами, сетка, футбольные ворота.

У каждой группы имеется свой прогулочный участок, спортивный инвентарь для физической активности детей на участке (мячи, обручи, санки, лыжи).

Сложившаяся система работы по физическому развитию дошкольников оказывает положительное влияние на воспитание у них интереса к активной двигательной деятельности, а также способствуют повышению роли семьи в вопросах физического воспитания. Активная двигательная деятельность детей вызывает положительные эмоции и увеличивает желание детей заниматься физкультурой.

Таблица 6 Уровень физического развития, баллы

Уровни физического развития	2020-2021	2021-2022	2022-2023
по д/с	77%	77%	80%

Анализ адаптации детей ДОУ

В ДОУ созданы достаточно комфортные условия для гармоничного развития ребенка: проводится сопровождающая работа в период адаптации ребенка к детскому саду; создаются условия для полноценного психического развития ребенка: в группах созданы условия для развития способностей и потенциальных возможностей детей; среда организована с учетом зоны ближайшего развития; своевременно оказывается помощь детям, испытывающим те или иные проблемы в развитии. Адаптация детей к условиям детского сада проходит легко.

Обеспечение оптимальных условий для комфортной благоприятной адаптации вновь поступивших детей к условиям ДОУ проходило через организацию взаимодействия педагогов с родителями воспитанников. Адаптационный период детей, вновь поступивших в детский сад, проходил в сопровождении педагога – психолога. В течение месяца педагог-психолог ежедневно проводил игры-занятия с детьми, направленные на создание положительного эмоционального микроклимата в группе, что способствовало формированию у детей положительного отношения к окружающей действительности.

Таблица 7 Адаптация к условиям детского сада детей, средний показатель %.

Степень адаптации	2020-2021	2021-2022	2022-2023
	при поступлении в ДОУ	при поступлении в ДОУ	при поступлении в ДОУ
Легкая	49%	31%	44%
Средняя	48%	43%	54%
Тяжелая	3%	26%	2%

Анализ коррекционно-развивающей работы с детьми в условиях ППк

В течение всего учебного года на базе ДОУ функционировал психолого-педагогический консилиум (ППк) с целью осуществления психолого-педагогического сопровождения детей с особенностями в физическом и (или) психическом развитии и (или) отклонениями в поведении (в том числе ОВЗ).

Таблица 8 Итоги работы ППК

	Всего зачислено на ППК	Достиг условно возрастной нормы	Отчислен в связи с поступлением в школу	Направлено для прохождения ПМПК г. Йошкар-Олы	Отчислен в связи с переходом в коррекционную группу
2022-2023	14: 1 ОВЗ (1 ОНР)	6	1	4	3

О социально-эмоциональном развитии детей можно говорить на основании анализа анкетирования родителей 1 раз в год (с каким настроением ребенок идет в детский сад, с каким настроением возвращается, рассказывает ли о том, что было в детском саду, какое у него сегодня настроение и т.д.). Анализ анкетирования родителей за истекший период, показал, что с каждым годом увеличивается процент родителей, которые отмечают, что дети идут в детский сад охотно, с большим удовольствием, они делятся своими впечатлениями о жизни в группе, с радостью принимают участие во всех мероприятиях, проводимых в учреждении. Родители воспитанников являются активными участниками воспитательно-образовательного процесса ДОУ.

1.2 Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно- методическое обеспечение

Физическое развитие детей в ДОО осуществляется по Федеральной образовательной программе дошкольного образования. – М.: ТЦ Сфера, 2023

Методическая литература:

1. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации / Степаненкова Э.Я. – М.: Мозаика-Синтез, 2005.

2. Методика проведения подвижных игр/ Степаненкова Э.Я. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.

3. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/ Э.Я. Степаненкова – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.

4. Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада/ Т.Е. Харченко – М.: Мозаика-Синтез, 2022.

5. Физическая культура в детском саду /Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2016г.

6. Физкультурные занятия в ясельных группах детского сада/ С.Ю. Федорова - М.: Мозаика-Синтез, 2022.

7. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. / Пензулаева Л.И. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.

8. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. / Пензулаева Л.И. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

9. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа / Л.И. Пензулаева. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015.

10. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа/ Л.И. Пензулаева. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016.

11. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 96с.

12. Растём здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры/ В.А. Доскин, Л.Г. Голубева – М.: Просвещение, 2002.

13. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.

Формирование у старших дошкольников основ здорового и безопасного образа жизни осуществляется с учетом программы **Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб: «Детство-Пресс», 2015**

Коррекция речевых патологий у детей осуществляется учителем-логопедом посредством ряда программ обучения и воспитания детей с фонетико-фонематическим и общим недоразвитием речи, рассчитанных на детей с 3 до 7 лет, авторов Т.Б. Филичевой, Г.В., Чиркиной.

Кадровое обеспечение

Педагогический коллектив, обеспечивающий воспитание, развитие и образование детей МБДОУ «Детский сад № 9 «Росинка» стабильный, творческий, инициативный. По состоянию на 01.09.2023 года в ДОУ работает 10 педагогов.

В штатное расписание ДОУ включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию программы «Здоровье»: заведующий ДОУ, старший воспитатель, учитель-логопед, 1 музыкальный руководитель, 9 воспитателей, 6 младших воспитателей.

Медицинское сопровождение детей осуществляют медицинские работники детской поликлиники №4 г. Йошкар-Ола: медсестра, врач педиатр, врачи - специалисты.

Материально-технические условия

Медицинское сопровождение дошкольников, посещающих ДОУ, включает в себя осмотр детей с целью профилактики заболеваний, оказание первой медицинской помощи, забор анализов, соблюдение плана прививок, консультативно-просветительскую работу с родителями и работниками ДОУ и осуществляется в **медицинском кабинете** (смотровой, процедурный кабинет и изолятор).

В ДОУ имеются специальные помещения для коррекционной работы с детьми: **кабинет учителя-логопеда** (логопункт). В условиях логопункта проходят индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми с речевыми нарушениями, консультативная работа с родителями и педагогами, с целью коррекции речевого развития дошкольников.

Организация предметно-развивающей среды в **групповых помещениях** осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения, экран «Настроения». Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы центры здоровья, оснащенные оборудованием и инвентарем для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур; наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми по ОБЖ.

Для организации и проведения физкультурных и музыкальных мероприятий в детском саду функционирует **музыкальный зал**, полностью оснащенный необходимым оборудованием и пособиями. В нем проводятся музыкальные и спортивные мероприятия: утренняя гимнастика, музыкальные праздники и развлечения, смотры-конкурсы, театральные постановки, концерты, непосредственная образовательная деятельность по разделам «Музыкальное развитие», «Физкультурное развитие», физкультурные праздники и досуги, спортивно-познавательные игры; индивидуальная работа с детьми по разделам

«Музыкальное развитие», «Физкультурное развитие» с целью развития музыкальных способностей детей, укрепления их здоровья, приобщения к здоровому образу жизни.

Территория учреждения оборудована **спортивной площадкой, площадкой по ПДД и 6 прогулочными участками**. Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей. В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. Расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры. Спортивная площадка имеет травяное покрытие и оборудована баскетбольными кольцами, волейбольными сетками, флагштоком.

Таким образом, из вышеизложенного можно сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровье», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

2. Концепция укрепления здоровья детей и взрослых, использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе

Сохранение и укрепление здоровья ребенка - ведущая задача концепции модернизации российского образования, в том числе его первой ступени дошкольного. Современные педагоги - психологи признают, что ребенка воспитывают до 4-5 лет, а после начинается перевоспитание. Следовательно, классический афоризм «Движение - это жизнь» станет реальностью для современного человека, на наш взгляд лишь в том случае, если формирование потребности в здоровом образе жизни начнется в дошкольном возрасте. Ребёнок рождается с естественной биологической потребностью в двигательной активности, но под влиянием ряда внешних факторов утрачивается данная естественная потребность человека. На наш взгляд, этому способствует ряд факторов:

- ✓ Чрезмерная опека взрослого по обеспечению безопасной жизнедеятельности детей
- ✓ Уплотнение списочного состава детей в связи с нехваткой мест в ДОУ
- ✓ Ориентированность родителей на умственное развитие ребенка, отсутствие понимания значимости трудового воспитания, формирование навыков самообслуживания и самостоятельности
- ✓ Чрезмерное увлечение детей компьютерными играми и телевидением
- ✓ Перенесение родителями ответственности за воспитание и развитие ребенка на ДОУ

Исходя из этого концептуальная основа построения программы «Здоровье» включает в себя:

- ✓ Обновление организационно-педагогических условий: расписание организации образовательной деятельности, обеспечивающее систему реализации принципа интеграции таких образовательных областей, как «Познавательное развитие», «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное», «Художественно – эстетическое» в образовательной деятельности ДОУ; гибкий режим организации жизнедеятельности; дифференцированные система закаливания и двигательный режима;

- ✓ Повышение педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей и специалистов ДОУ, осмысление необходимости использования здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих субъектное поведение воспитанников в образовательном процессе;

- ✓ Поиск инновационных и эффективных форм работы с дошкольниками по сохранению и укреплению физического и психического здоровья;

- ✓ Организацию взаимодействия с семьей, обеспечивающей «состояние полного благополучия», умение общаться с другими людьми по сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

Мы пришли к выводу о необходимости обновления содержания образования посредством использования в работе дошкольного учреждения инновационных здоровьесберегающих технологий.

2.1. Цели и задачи программы «Здоровье»

Программа «Здоровье» ориентирована на оздоровление детей, улучшение медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

Цель программы: оптимизация здоровьесберегающей деятельности дошкольного учреждения, обеспечивающая сохранение и укрепления физического и психологического здоровья воспитанников.

Задачи программы:

1. Создание устойчивой системы физического воспитания детей в детском саду.
2. Организация воспитательно-образовательного процесса в ДООУ на принципах здоровьесберегающей педагогики
3. Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса
4. Формирование у дошкольников устойчивой мотивации на сохранение и укрепление здоровья
5. Развитие познавательного интереса у воспитанников к окружающему через различные виды деятельности
6. Осуществление преемственности в работе детского сада и семьи, детского сада и школы
7. Осуществление взаимодействия с социальными институтами по вопросам здоровьесбережения воспитанников
8. Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

2.2. Основные принципы здоровьесберегающих технологий.

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

- ✓ принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- ✓ принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- ✓ принцип концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
- ✓ принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- ✓ принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- ✓ принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- ✓ принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- ✓ принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- ✓ принцип успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- ✓ принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- ✓ принцип целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.
- ✓ принцип индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.
- ✓ принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- ✓ принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.
- ✓ принцип взаимодействия ДОУ 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.

✓ принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

✓ принцип гендерной принадлежности нацелен на закрепление у дошкольников традиционных гендерных принадлежностей.

✓ принцип активности и сознательности - участие всего педагогического коллектива и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

✓ принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

2.3. Основные направления программы «Здоровье»

Выбор приоритетных направлений сформирован с учетом факторов, оказывающих влияние на состояние здоровья воспитанников:

- ✓ Социальные, экономические и экологические условия окружающей действительности
- ✓ Факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к ухудшению здоровья воспитанников
- ✓ Фактор значительного временного разрыва между воздействием и негативным популяционным сдвигом в здоровье воспитанников и всего населения страны в целом
- ✓ Система знаний, установок, правил поведения, привычек, формируемых у воспитанников в процессе образовательной деятельности
- ✓ Особенности отношения воспитанников к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, связанные с отсутствием у них опыта «нездоровья» (за исключением детей с хроническими заболеваниями), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, невосприимчивостью к деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой.

Организация работы по направлениям:

Первое направление - создание условий для эмоционально-психического благополучия ребенка. Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей.

Второе направление - повышение квалификации педагогов по оптимизации учебно-воспитательного процесса, использованию здоровьесберегающих технологий в учреждении. В нашем 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.

Третье направление - комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в тесном контакте с медицинскими работниками. В настоящее время в ДОУ используется широкий спектр оздоровительных технологий, одни из которых являются традиционными, другие - инновационными. С целью эффективности и безвредности и безопасности для здоровья детей инновационные технологии тщательно проверяются. Повышение профилактических и оздоровительных эффектов оздоровительных технологий требует их строгого соответствия характеру и степени выраженности отклонений здоровья дошкольников.

Четвертое направление - психолого - медико - педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья. В ДОУ действует служба психолого-медико-педагогический консилиума (ПМПк), обеспечивающая диагностико - коррекционное сопровождение воспитанников с

отклонениями в развитии, в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, состоянием соматического и нервно-психического здоровья воспитанников.

Пятое направление - использование возможностей семьи и социума по организации здоровьесберегающих технологий и пропаганды здорового образа жизни; формирование положительного имиджа дошкольного учреждения в социуме.

Шестое направление - мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников на основе комплексных психологических, социально-педагогических, морфофункциональных и медицинских обследований детей. Получение эффективных данных о состоянии здоровья детей и взрослых, о динамике показателей при использовании здоровьесберегающих технологий позволит создать систему первичной профилактики и предотвратить отрицательные воздействия окружающей среды.

2.4 Этапы реализации программы «Здоровье»

I этап 2023-2024 у.г.

- ✓ Анализ состояния здоровья ребенка на момент поступления в ДОУ
- ✓ Изучение особенностей семейного воспитания
- ✓ Анализ материально технической базы дошкольного учреждения
- ✓ Подбор здоровьесберегающих программ, технологий и методик
- ✓ Разработка механизма реализации программы «Здоровье»

II этап 2024-2025 у.г.

- ✓ Разработка системы оздоровительных мероприятий при активном участии и помощи родителей
- ✓ Создание условий для непрерывности оздоровительных мероприятий
- ✓ Апробация модели здоровьесберегающей деятельности на базе МБДОУ «Детский сад № 17 г. Йошкар-Олы «Ивушка»
- ✓ Формирование у родителей системы знаний в вопросах укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей
- ✓ Привлечение родителей к активному участию в процессе физического и психического развития детей

III этап 2025 – 2026 у.г.

- ✓ Анализ проведенной работы по оздоровлению детей в ДОУ
- ✓ Совместная конференция с участием педагогов и родителей по итогам проведенной оздоровительной работы
- ✓ Распространение опыта здоровьесберегающей деятельности

2.5 Механизм реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения	Ответственный
1.	Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников		
1.1	<p>Системность деятельности по вопросам здоровьесбережения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - реализация парциальных программ «Основы безопасности детей дошкольного возраста» под редакцией Р.Б. Стеркиной, Н.Н. Авдеевой, О.Л.Князевой, -отражение в уставе; - отражение и ознакомление сотрудников с локальными нормативными актами: «Правилами внутреннего трудового распорядка»; «Положение о ДОУ»; «Положение о центре содействия и укрепления здоровья воспитанников»; «Положение о педагогическом совете»; «Положение об общем собрании работников Учреждения», обеспечивающих создание условий для сохранения, укрепления здоровья и формирование безопасного образа жизни воспитанников. 	Постоянно	Ст. воспитатель воспитатели медсестра Заведующий
1.2	<p>Взаимодействие образовательного учреждения с различными учреждениями по вопросам охраны и укрепления здоровья, безопасного образа жизни воспитанников:</p> <ul style="list-style-type: none"> - участие в спортивных и физкультурных мероприятиях, проводимых организациями физической культуры, спорта и туризма; -привлечение организаций физической культуры и спорта, туризма, культуры, здравоохранения, гражданской обороны, правоохранительных органов к участию в методических мероприятиях с сотрудниками ДОУ и родителями. 	Согласно годового плана ДОУ	Ст. воспитатель Воспитатели
1.3	<p>Преимственность и непрерывность обучения здоровому и безопасному образу жизни (здоровью) на различных ступенях, уровнях образования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведение совместных педагогических советов, конференций, семинаров с участием учителей школ, преподавателей дополнительного образования; - участие педагогов ДОУ в конференциях, семинарах, конкурсах различного уровня; -приглашение учителей начальных классов в ДОУ для консультационной помощи воспитателей подготовительных групп по вопросам подготовки детей к школе; -посещение педагогами ДОУ открытых занятий в школе у учителей младших классов. 	Согласно годового плана ДОУ По плану работы со школой	Ст. воспитатель Ст. воспитатель

1.4	<p>Комплексный подход в оказании психолого-педагогической, медико-социальной поддержки различных групп воспитанников:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация системы взаимодействия с психолого-медико-педагогическими комиссиями (городская, республиканская), учреждениями здравоохранения и социальной защиты; -сопровождение детей с ОВЗ в рамках психолого-медико-педагогического консилиума; -консультационная работа специалистов ДОУ с педагогами, родителями; -своевременное выявление неблагополучных семей и составление на них программ реабилитации. 	<p>По мере необходимости</p> <p>Постоянно</p> <p>По мере выявления</p>	<p>Заведующий</p> <p>председатель, члены ПМПк специалисты ДОУ инспектор по охране прав детства</p>
1.5	<p>Непрерывность отслеживания сформированности здорового и безопасного образа жизни воспитанников:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проведение мониторинга состояния здоровья детей; - составление комплексной оценки детей с отметкой заболеваемости детей, рекомендаций по оздоровлению детей. 	<p>2 раза в год</p>	<p>Воспитатели Медсестра Заведующий</p>
2.	Соответствию инфраструктуры образовательного учреждения условиям здоровьесбережения воспитанников.		
2.1	<p>Соответствие состояния и содержания территории, здания и помещений, а также и их оборудования (требованиям пожарной безопасности, требованиям антитеррористической безопасности):</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнение требований санитарно -эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13; <p>Необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение правил пожарной безопасности. -выполнение инструкций по предотвращению террористических актов: « Инструкция по предотвращению установки взрывных устройств или посторонних подозрительных предметов»; « Инструкция по действиям при обнаружении предметов возможно являющихся источниками бактериологического либо химического заражения»; «Действия при обнаружении посторонних подозрительных предметов». 	<p>Постоянно</p>	<p>Заведующий Медсестра</p> <p>Заведующий Заведующий хозяйством</p> <p>Заведующий Ст. воспитатель Заведующий хозяйством</p>
2.2	<p>Наличие и необходимое оснащение помещений для питания воспитанников, а также для хранения и приготовления пищи в соответствии с требованиями санитарных правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> -соответствие помещений пищеблока санитарным правилам СанПиН 2.4.1.3049-13; -организация питания детей в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13; 	<p>Постоянно</p>	<p>Заведующий Медсестра Заведующий Медсестра Заведующий хозяйством</p>

	<ul style="list-style-type: none"> -добиваться выполнения натуральных и денежных норм; - следить за качеством привозимой продукции; -обеспечить качество готовой продукции и нормы отпуска готовых блюд согласно возрасту ребенка. 		
2.3	<p>Оснащение групповых ячеек, спортивных сооружений необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарных правил для освоения основных и дополнительных образовательных программ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - добиваться создание предметно-развивающая среды в группах, кабинетах по организации непосредственно образовательной деятельности в соответствии с возрастом, и на основании СанПиН 2.4.1.3049-13. - пополнить физкультурные уголки групп спортивным оборудованием в соответствии с возрастом детей; нестандартным оборудованием физкультурные уголки групп и физкультурный зал для проведения закаливающих процедур и физического развитию детей; - оборудовать спортивную площадку необходимым физкультурным оборудованием; -приобрести физкультурное оборудование и для спортивных упражнений, игр и развлечений 	Постоянно	<p>Заведующий Ст. воспитатель Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Заведующий Ст.воспитатель</p>
2.4	<p>Обеспечение групповых ячеек, физкультурного зала и других помещений для пребывания воспитанников естественной и искусственной освещенностью, воздушно-тепловым режимом в соответствии с требованиями санитарных правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> - добиваться соответствия перечисленных условий всех учебных помещений, требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13. <p>Необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контролировать в холодный период температурный режим в помещениях, своевременно устранять возникшие неполадки; - проводить своевременную замену перегоревших ламп; 	Постоянно	<p>Заведующий Ст. воспитатель, Медсестра</p> <p>Заведующий хозяйством</p> <p>Рабочий по обслуживанию и ремонту зданий и помещений</p>
2.5	<p>Оснащение в соответствии с требованиями санитарных правил помещений для работы медицинского персонала оборудованием для проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, первичной диагностики заболеваний, оказания первой медицинской помощи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание условий в медицинском блоке по обеспечению первой медицинской помощи и проведению профилактических мероприятий в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13. 	Весь период	<p>Медсестра Заведующий хозяйством</p>

2.6	Наличие в учебных помещениях здоровьесберегающего оборудования, используемого в профилактических целях, информационного оборудования по безопасности жизнедеятельности в соответствии с требованиями санитарных правил: -осуществлять замену мебели с учетом возраста детей.	Постоянно По мере выделения средств из бюджета УО	Воспитатели Заведующий Заведующий хозяйством
2.7	Наличие в образовательном учреждении квалифицированных специалистов, обеспечивающих проведение оздоровительной работы с воспитанниками (медицинские работники, инструктор по физической культуре, логопеды, психологи)	Постоянно	Заведующий
2.8	Сформированность культуры здоровья педагогических и научно-педагогических работников образовательного учреждения (наличие знаний и умений по вопросам использования здоровьесберегающих методов и технологий; здоровьесберегающий стиль общения; образ жизни и наличие ответственного отношения к собственному здоровью): -определение профессионального уровня здоровья педагогов; - инструктаж персонала по охране жизни и здоровья детей - контроль за состоянием здоровья сотрудников; - профилактические осмотры; -медицинские осмотры - соблюдение противоэпидемических мероприятий.	Ежегодно Согласно годового плана 2 раза в год, по мере необходим. Ежедневно По графику По графику Ежедневно, во время карантина	Воспитатели Ст. воспитатель Медсестра
3	Рациональная организация образовательного процесса.		
3.1	Включение в основную общеобразовательную программу разделов по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни: - согласно порциальной программы «Основы безопасности детей дошкольного возраста» под ред.Р.Б. Стёркиной, Н.Н.Авдеевой, О.Л.Князевой в старшем дошкольном возрасте	Август, Ежегодно	Ст. воспитатель
3.2	Реализация дополнительных образовательных программ, ориентированных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни: - функционирование танцевальной студии «В ритме танца»; - организация физкультурных секций «Степ-аэробика», «Школа мяча» - планирование коррекционно-развивающей	В течение всего срока	Ст. воспитатель специалисты

	работы педагогом-психологом и учителем-логопедом.		
3.3	Наличие и реализация проектов спортивно-оздоровительной направленности: - разработка и реализация краткосрочных и долгосрочных проектов.	Постоянно	Ст. воспитатель медсестра,
3.4	Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации образовательного процесса (объем нагрузки по реализации основных и дополнительных образовательных программ: - составление и реализация учебного плана в соответствии с СанПиН - организация образовательной работы согласно сетке занятий.	Август, ежегодно Постоянно	Ст. воспитатель Педагоги
3.5	Использование форм, методов обучения и воспитания, педагогических технологий, адекватных возрастным возможностям и особенностям воспитанников: - соответствие основной общеобразовательной программе МБДОУ согласно раздела «Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательных областей»	Постоянно	Ст. воспитатель
3.6	Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих приемов, методов, форм, технологий: Для сохранения и стимулирования здоровья Физкультминутки – кратковременные физические упражнения длительностью 1,5-2 минуты для предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности, создание положительных эмоций и повышение интереса к занятиям. Подвижные и элементы спортивных игр – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности. Закрепление и совершенствование двигательных навыков и умений, формирование умения ориентироваться в окружающей действительности; развитие физических качеств: ловкость, быстрота, координация движений Динамические паузы - хорошо знакомые игровые упражнения с простым содержанием, с небольшим количеством правил, не длительны по времени используются в перерывах между занятиями. Предупреждение развития утомления у детей, снять эмоциональное напряжение в процессе занятий с умственной нагрузкой, что способствует более быстрому восприятию программного материала. Двигательная разминка позволяет активно отдохнуть после умственной нагрузки и вынужденной статической позы, способствует увеличению двигательной активности детей. Су – джок терапия (массажные шарики) Массаж ладоней рук Су-Джок – массажерами в виде массажных шариков. Активизирует умственное и речевоэ debate развитие ребенка. Гимнастика для глаз – провожу ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.	Постоянно	Ст. воспитатель Педагоги

	<p>профилактика нарушений зрения дошкольников: предупреждение утомления, укрепление глазных мышц</p> <p>Дыхательные упражнения –включают в комплексы утренней гимнастики и физкультурных занятий.</p> <p>формирование правильного дыхания через нос, развития мышц грудной клетки</p> <p>Гимнастика пальчиковая, ручной массаж кистей рук провожу индивидуально либо с подгруппой ежедневно в утренний отрезок времени</p> <p>стимулирование прилива крови к рукам для повышения функциональной деятельности головного мозга.</p> <p>Бодрящая гимнастика после дневного сна. Помогает детскому организму проснуться, улучшает настроение, поднимает мышечный тонус.</p> <p>Ходьба босиком по неровным поверхностям - массажным коврикам, изготовленными нетрадиционными способами: наполнены пробками, обшиты пуговицами, футлярами от фломастеров...</p> <p>формирование упругого свода стопы</p> <p>Закаливание - босохождение по массажным коврикам после дневного сна.</p> <p>укрепления иммунитета и профилактики заболеваний: тренировка защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды.</p> <p>С целью обучения детей здоровому образу жизни</p> <p>Физкультурные занятия формирование двигательных умений и навыков; развитие физических качеств; удовлетворение естественной потребности в движении;</p> <p>Занятия из серии «Здоровье» для ознакомления детей с основами здорового образа жизни даются представления о строении собственного тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививаются элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи.</p> <p>Коррекционные здоровьесберегающие технологии</p> <p>Музыкотерапия– использование спокойной классической музыки снятие эмоционального напряжения, улучшение настроения.</p> <p>Психогимнастика <u>Мимические и пантомимические этюды</u> для ознакомления детей с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, походкой. <u>Игры на выражение отдельных качеств характера</u> (жадность, доброта, честность и т.п.),с последующей их моральной оценкой</p> <p>В профилактических целях с группой детей для психофизической разрядки. Научить детей выразительно выражать основные эмоции (радость, удивление, гнев, интерес, страх и др.)</p>		
3.7	Соблюдение норм двигательной активности при организации образовательного процесса в соответствии с требованиями санитарных правил: - внесение изменений в график двигательного	Август,	Ст. воспитатель

	режима детей в течение дня по возрастным группам в соответствии с СанПиН ; - разработка алгоритма проведения прогулок в соответствии с предыдущим видом детской деятельности	Ежегодно	
3.8.	Соблюдение здоровьесберегающего режима обучения и воспитания, в том числе при использовании технических средств обучения, информационно-коммуникационных технологий, в соответствии с требованиями санитарных правил: - контроль за соблюдением требований к оборудованию и его размещению в дошкольном учреждении в соответствии с СанПиН ; - соблюдение требований СанПиН при организации просмотра диафильмов с использованием стандартных проекторов и экранов, а также при просмотре телевизионных передач и видеofilьмов.	Постоянно	Ст. воспитатель, Педагоги Медсестра
3.9	Учет индивидуальных особенностей развития воспитанников при организации образовательного процесса: - соответствие принципам гендерного воспитания дошкольников, особенностям психического развития, состоянию здоровья воспитанников.	Постоянно	Педагоги
3.10	Обеспечение благоприятных психологических условий образовательной среды: -создавать оптимально насыщенную (без чрезмерного обилия и без недостатка) целостную, многофункциональную, трансформирующуюся среду; -обеспечивать среду, как общим, так и специфичным материалом для девочек и мальчиков. -учет психофизиологических факторов; -содействие формированию у воспитанников адекватной самооценки, познавательной мотивации.	Постоянно	Педагоги
4.	Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении.		
4.1	Организация физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками всех групп здоровья: - составление плана лечебно-оздоровительной работы на учебный год на основе анализа контингента воспитанников; - учет состояния здоровья при определении нагрузки на физкультурных занятиях.	Август,, Ежегодно Постоянно	Медсестра Педагоги
4.2	Организация занятий с учетом медицинских показаний по результатам медицинского профилактического осмотра: -организация системы взаимодействия с	Постоянно	Медсестра

	физкультурным диспансером, поликлиниками с целью направления детей, имеющих показания на занятия ЛФК.		
4.3	Выполнение комплекса упражнений во время регламентированных перерывов для снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии, гипокинезии, а также предотвращения развития утомления: - составление картотек гимнастик по возрастным группам; - соблюдение соотношения организованной образовательной деятельности, режимных моментов и самостоятельной деятельности воспитанников; - использование различных гимнастик согласно режима дня и в зависимости от видов детской деятельности; - контроль за соблюдением требований к режиму дня и учебным занятиям.	Постоянно	Педагоги
4.4	Организация динамических пауз (динамических перемен), физкультминуток на занятиях, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности: - обязательное проведение физкультминуток в середине занятий.	Постоянно	Педагоги
4.5	Организация работы кружков физкультурно-оздоровительной направленности в соответствии с требованиями санитарных правил: - составление и утверждение плана кружковой работы; - проведение кружковой работы во вторую половину дня для детей средней группы	Август, Ежегодно Согласно плана кружковой работы	Ст. воспитатель Воспитатель
4.6	Организация физкультурных и спортивных мероприятий с воспитанниками: - отражение в перспективном и календарном планировании праздников, развлечений, дней здоровья.	Постоянно	Ст. воспитатель
4.7	Обеспечение участия воспитанников в региональных, межрегиональных, всероссийских физкультурных и спортивных мероприятиях: - участие в спортивных и физкультурных мероприятиях, проводимых организациями физической культуры, спорта и туризма.	По плану организаций	Ст. воспитатель воспитатели
5.	Организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни.		
5.1	Организация взаимодействия образовательного учреждения с различными организациями:		

	<ul style="list-style-type: none"> - участие в спортивных и физкультурных мероприятиях, проводимых организациями физической культуры, спорта и туризма; -привлечение организаций физической культуры и спорта, туризма, культуры, здравоохранения, гражданской обороны, правоохранительных органов к участию в методических мероприятиях с сотрудниками ДОУ и родителями на родительских собраниях. 	По плану организаций	Ст. воспитатель
5.2	<p>Организация взаимодействия с общественностью по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников, профилактики у них вредных привычек, формирования безопасного образа жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ознакомление родителей с нормативно-правовой базой по вопросам формирования здорового образа жизни воспитанников; -ознакомления родителей с результатами диагностических обследований; -индивидуальное консультирование родителей; -проведение бесед, лекций, семинаров-практикумов, родительских собраний, посвященных физическому развитию детей; -выпуск санбюллетеней, оформление стендов, выставок; -организация открытых просмотров: закаливания, физкультурных занятий, развивающих занятий; -проведение совместных досугов, праздников, развлечений, субботников; -выставка пособий, дидактического материала, игр; -проведение анкетирования с целью выявления особенностей развития детей, состояния здоровья, их интересов и способностей по вопросам воспитания здорового ребенка в семье; -привлечение родительской общественности к участию в контроле по созданию безопасной среды жизнедеятельности детей в детском саду. 	<p>При поступлении в ДОУ</p> <p>Октябрь, май</p> <p>Ежегодно</p> <p>Постоянно</p> <p>По плану</p>	<p>Заведующий</p> <p>Педагоги</p> <p>Педагоги</p> <p>Педагоги</p>
5.3	<p>Создание безопасных условий проведения непосредственно образовательной деятельности с детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проведение инструктажа с целью организации охраны жизни и здоровья детей; -проведение систематического контроля за соблюдением безопасных условий жизнедеятельности детей. 	<p>2 раза в год и по мере необходим-ти</p> <p>Постоянно</p>	<p>Заведующий</p> <p>Ст. воспитатель</p> <p>Заведующая хозяйством</p> <p>Педагоги</p>
5.4	Создание информационно-библиотечного центра образовательного учреждения по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников, профилактики у них вредных		

	<p>привычек, формирования безопасного образа жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> -составление картотеки научно-методической литературы; -составление картотек физкультминуток, подвижных игр, различных видов гимнастики, прогулок т.д.; -создание фонда мультимедийных презентаций; -комплектование в педагогическом кабинете методической литературы и пособий. 	Постоянно	Ст. воспитатель
5.5	<p>Наличие и периодическое обновление информации посвященной проблемам сохранения здоровья организации и ведения здорового образа жизни на различных информационных стендах: и сайтах:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наглядная информация для родителей; - выставление публичного доклада на сайте управления образования администрации городского округа «Город Йошкар-Ола» 	Постоянно Ежегодно	Ст. воспитатель педагоги
5.6	<p>Наличие и реализация плана методических мероприятий, повышения квалификации работников по вопросам возрастной психологии и физиологии, развития человека, его здоровья, факторов положительно влияющих на здоровье и безопасность воспитанников, здоровьесберегающих технологий:</p> <ul style="list-style-type: none"> -курсы повышения квалификации; -участие в конференциях; -отражение в годовом плане образовательного учреждения. 	Согласно графика	Ст. воспитатель
6.	Комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников		
6.1	<p>Оптимизация режима:</p> <ul style="list-style-type: none"> -гибкий режим с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, неблагоприятной геофизической обстановки, биоритмов; -определение оптимальной учебной нагрузки в процессе непосредственно образовательной деятельности; -организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима; 	Постоянно август, ежегодно Август- сентябрь	Ст. воспитатель Воспитатели Ст. воспитатель Медсестра Воспитатели
6.2	Организация оптимального двигательного режима	Постоянно	Ст. воспитатель педагоги
6.3	Создание благоприятного психологического климата в группах, в педагогическом коллективе.	Постоянно	Воспитатели
6.4	<p>Организация оздоровительной и лечебно-профилактической работы с детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> - медицинский осмотр детей при поступлении в ДОУ с целью выявления больных, в т.ч. на 	Постоянно	

	<p>педикулез;</p> <ul style="list-style-type: none"> - систематическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников, особенно имеющих отклонения в состоянии здоровья; - распределение детей на медицинские группы для занятий физическим воспитанием; - выявление заболевших детей, своевременная их изоляция; - оказание первой медицинской помощи при несчастных случаях; -осмотр детей на педикулез; <p>-углубленный осмотр детей врачами – специалистами;</p> <ul style="list-style-type: none"> -контроль за утренним осмотром в карантинных группах с опросом родителями; -контроль за температурным режимом в помещении и регулярным проветриванием групповых комнат и спален; -своевременное выявления причин отсутствия детей: -проведение профилактических прививок, массовой туберкулинодиагностики; - обследование детей и сотрудников на контактные гельминтозы после летнего периода; - работа по организации и проведению профилактической и текущей дезинфекции, а также контроль за полнотой ее проведения; -санация хронических очагов инфекции; - комплекс закаливающих процедур с учетом состояния здоровья ребенка и его личностных особенностей; -использование рациональной одежды, как в помещении, так и на улице. 	<p>Сентябрь, ежегодно Ежедневно</p> <p>При необходим. Ежедневно, 1 раз в неделю</p> <p>2 раза в год</p> <p>При необходим-ти</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>По графику профилактиче ских прививок</p> <p>1 раз в год</p> <p>Ежедневно</p> <p>Постоянно</p>	<p>Медсестра</p> <p>Воспитатели Медсестра</p> <p>Медсестра</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Медсестра</p> <p>Медсестра</p> <p>Медсестра</p> <p>Медсестра педагоги</p>
6.5	<p>Организация в соответствии с требованиями санитарных правил качественного горячего питания воспитанников, соответствующего их энергозатратам с учетом энергетической ценности продуктов и сбалансированности рациона:</p> <ul style="list-style-type: none"> -соблюдение технологии приготовления пищи; -проведение бракеража сырой и готовой продукции; - соблюдение сбалансированности и разнообразия рациона питания; - проведение исследования рационов питания согласно возрастным нормам; - применение фитоцидных продуктов (лук, чеснок и др.); - обеспечение С-витаминизации третьего блюда; - контроль за качеством продуктов питания и 	<p>Постоянно</p>	<p>Заведующий медсестра шеф-повар</p>

	<p>приготовленных блюд;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечение достаточным количеством необходимого оборудования и предметами материально-технического оснащения; - проведение своевременной профилактики и ремонта оборудования; - проведение занятий по гигиенической подготовленности персонала; 	<p>По мере необходим-ти</p> <p>1 раз в год</p>	<p>Заведующая хозяйством</p> <p>Медсестра</p>
6.6	<p>Наличие системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи воспитанникам с ограниченными возможностями здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация работы психолого-медико-педагогического консилиума дошкольного учреждения; - составление и реализация индивидуальных коррекционно - развивающих маршрутов для детей с ОВЗ; - взаимодействие с психолого-медико-педагогической комиссией, лечебными учреждениями 	<p>Согласно плана ПМПк</p> <p>По мере необходим-ти</p>	<p>Председатель ПМПк</p> <p>Педагоги</p>
6.7	<p>Привлечение педагогических и медицинских работников к реализации всех направлений работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, просвещению родителей (законных представителей):</p> <ul style="list-style-type: none"> - обсуждение проблем здоровья на педагогических советах, конференциях, семинарах, консультациях; - обмен опытом работы по сохранении здоровья детей с педагогами и медицинскими работниками других образовательных учреждений. 	<p>Согласно годового плана ДОУ</p>	<p>Ст. воспитатель Медсестра Воспитатели</p>
6.8	<p>Привлечение педагогических работников и сотрудников правоохранительных органов к реализации направлений работы по формированию здорового образа жизни, просвещению родителей (законных представителей):</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация мероприятий для дошкольников и родителей (законных представителей) с участием сотрудников ГИБДД, МЧС и др.; - организация взаимодействия в работе с неблагополучными семьями, семьями «группы риска» 	<p>Согласно плана ДОУ</p> <p>По мере выявления</p>	<p>Ст. воспитатель Медсестра Воспитатели Инспектор по охране прав детства</p>
7.	Мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников.		
7.1	<p>Анализировать показатели здоровья: общая заболеваемость по группам, количество пропущенных дней одним ребенком по болезни, распределение детей по группам здоровья дети, нуждающиеся в лечении дети с хроническими заболеваниями - часто болеющие дети, дети,</p>	<p>1 раз в месяц</p>	<p>Медсестра</p>

	имеющие отклонения в физическом развитии.		
7.2	<p>Диагностические обследования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - общее состояние здоровья ребенка на момент поступления в д\с, степень адаптации; - анализ уровня здоровья ребенка в период дошкольного детства: <i>- группа здоровья - диспансеризация - перенесенные заболевания - учет у специалистов;</i> - учет возрастных особенностей: определение антропометрии по возрасту; определение показателей физической подготовленности; определение особенностей нервно-психического развития; развитие умений и навыков: <i>культурно-гигиенические, самообслуживание, умение заботиться о своем здоровье, наличие вредных привычек.</i> 	<p>август, ежегодно</p> <p>1 раз в год</p> <p>в течение года</p>	<p>Медсестра Врачи-специалисты</p> <p>Медсестра</p> <p>педагоги</p>
7.3	<p>Отслеживание показателей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - травматизма; - количества пропусков по болезни; - эффективности оздоровления часто болеющих воспитанников. 	<p>Ежемесячно</p> <p>1 раз в квартал</p>	<p>Заведующий Медсестра</p>
7.4	Отражение в самообследовании дошкольного образовательного учреждения обобщенных данных о сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников.	ежегодно	Заведующий. Ст.воспитатель
7.5	Мониторинг здоровья и физического развития воспитанников согласно ФГОС.	Май, ежегодно	Ст. воспитатель, педагогические работники
7.6	Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности родителей и педагогических работников комплексностью и системностью работы образовательного учреждения по сохранению укреплению здоровья, а также на предмет наличия благоприятного мнения о ДОУ.	Апрель, ежегодно	Ст. воспитатель воспитатели

3. Ожидаемые результаты реализации программы

1. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.
2. Снижение уровня заболеваемости детей.
3. Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду.
4. Формирование у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
5. Построение воспитательно-образовательного процесса в ДОУ на принципах здоровьесберегающей педагогики
6. Усовершенствование предметной развивающей среды ДОУ
7. Создание условий для эмоционально-психологического благополучия ребенка
8. Создание условий для осуществления преемственности в работе детского сада и семьи, детского сада и школы; взаимодействия с социальными институтами по вопросам здоровьесбережения воспитанников

Мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников.

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки мониторинговых исследований	Ответственные
1. Состояние здоровья воспитанников	<p>Посещаемость, заболеваемость детей</p> <p>Учет психических и физических особенностей развития детей</p> <p>Хронические заболевания детей на момент поступления в ДОУ и поступления в школу.</p>	<p>Карта анализа посещаемости и заболеваемости</p> <p>Профилакт. осмотр детей: форма № 26-У Таблица распределения детей по группам здоровья Антропометрия</p> <p>Углубленный медосмотр: форма № 26-У</p>	<p>Ежемесячно</p> <p>По графику поликлиники № 4</p> <p>Сентябрь, май</p> <p>Сентябрь-апрель</p>	<p>Медсестра</p> <p>Врач-педиатр</p> <p>Врач, медсестра</p> <p>Медсестра</p>
2. Сформированность культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников	<p>Уровень достижения детьми по освоению образовательной области «Физическое развитие»</p>	<p>Модифицированная диагностика по Программе «От рождения до школы» под ред. Е.Н. Вераксы, Т.С.Комаровой согласно ФГОС.</p>	<p>Октябрь – апрель</p>	<p>Воспитатели</p>
3. Эмоциональное благополучие детей в детском саду.	<p>Уровень адаптации вновь поступивших детей к условиям ДОУ.</p>	<p>Адаптационный лист.</p>	<p>Август-сентябрь</p>	<p>Воспитатели</p>

4. Реализация программы «Здоровье» в 2023-2026у.г.

I. Санитарно-гигиенические мероприятия

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Составить расписание организованной образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей детей	август, ежегодно	ст. воспитатель
2	Организовать физическое воспитание в ДОУ в соответствии с гигиеническими рекомендациями и учетом требований к двигательной активности детей	постоянно	заведующий ст. воспитатель
3	Внедрить в практику эффективные методы закаливания во всех группах (босохождение, точечный массаж и т.д.)	постоянно	медсестра
4	Утвердить расписание занятий кружковой работы	август, ежегодно	ст. воспитатель
5	Составить график двигательной активности детей в каждой группе	август, ежегодно	медсестра, ст. воспитатель
6	Вести контроль за проведением подвижных игр	постоянно	ст. воспитатель
7	Осуществлять медико-педагогический контроль за занятиями по физическому воспитанию	постоянно	медсестра, ст. воспитатель
8	Осуществлять контроль за организацией сна	постоянно	медсестра
9	Осуществлять контроль за соблюдением светового и шумового режима	постоянно	медсестра
10	Приобрести спортивное оборудование (мячи, скакалки, маты)	по мере необходимости	заведующий
11	Проводить ежегодные медосмотры детей	ежегодно	медсестра

II. Питание

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Обеспечить трёхразовым питанием с соблюдением норм питания	постоянно	заведующий
2	Проводить искусственную С-витаминизацию пищи	постоянно	медсестра
3	Обеспечить использование йодированной соли	постоянно	медсестра, заведующий хозяйством
4	Давать детям натуральный сок и фрукты	постоянно	медсестра

III. Физическое воспитание

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Продолжать работу по физической культуре с учетом норм двигательной активности	постоянно	Воспитатели
2	Проводить занятия с учетом здоровья детей	постоянно	Воспитатели
4	Проводить: Спортивные праздники, Досуги Игры-соревнования Спортивно-познавательные игры Спортивные турниры Походы	2 раза в год 1 раз в месяц 2 раза в год 3 раза в год 1 раз в год 2 раза в год	воспитатели
5	Проложить лыжню для занятий на лыжах	зимнее время года	воспитатели
6	Творческие встречи с родителями: - отчет о состоянии здоровья детей по результатам углубленного обследования детей специалистами; - организация физкультурной оздоровительной работы; - открытые просмотры	ежегодно	ст. медсестра, ст. воспитатель воспитатели

IV. Профилактика детского травматизма

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Обеспечить безопасные условия пребывания детей в ДОУ	постоянно	заведующий
2	Обеспечить ДОУ всем необходимым для оказания первой помощи	постоянно	заведующий, медсестра
3	Проведение инструктажа по технике безопасности	2 раза в год	заведующий, завхоз
4	Обучение правилам дорожного движения	постоянно	воспитатели
5	Разработать цикл занятий по ОБЖ дошкольников	ежегодно	ст. воспитатель
6	Проведение цикла занятий по валеологии	ежегодно	воспитатели
7	Следить за исправностью и безопасностью оборудования на игровых участках и спортивной площадке	по мере необходимости	заведующий, завхоз, воспитатели
8	Ремонт веранд	по мере необходимости	заведующий, завхоз

V. Лечебно-оздоровительная работа

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Разработать комплекс мероприятий по оздоровлению детей	ежегодно	заведующий, воспитатели, медсестра
3	Четкое выполнение режима дня	постоянно	медсестра
4	Разработать цикл мероприятий по профилактике утомления	постоянно	медсестра, ст. воспитатель
5	Использование в середине ООД физкультминуток	постоянно	воспитатели
6	Проводить гимнастику после сна	ежегодно	медсестра, воспитатели
7	Регулярное полоскание рта после еды	постоянно	воспитатели
8	Использовать в пищу лук и чеснок в течение зимы	ежегодно	медсестра воспитатели
10	Кварцевание групп	во время карантина	медсестра
11	Закаливание с учетом индивидуальных особенностей детей	регулярно	медсестра
12	Проводить гимнастику для глаз	постоянно	медсестра, воспитатели
13	Разработать и ввести комплексную оценку здоровья детей	ежегодно	медсестра, ст. воспитатель
14	Организовать работу с семьей (совместные творческие встречи, отчеты, праздники, консультации, практические занятия, открытые просмотры)	постоянно	ст. воспитатель, медсестра, воспитатели

Мероприятия по охране жизни и укреплению здоровья детей. Профилактика травматизма

№	мероприятия	Ответственные	Срок
1.	Контроль за соблюдением цветовой гаммы помещений, правильное размещение комнатных растений.	Старший воспитатель	постоянно
2.	Контроль за достаточным и равномерным искусственным освещением. Плановые замеры.	Медсестра	сентябрь
3.	Соответствие мебели к пропорциям тела детей. Правильное рассаживание детей с учетом состояния зрения и роста, воспитание правильной осанки.	Медсестра	постоянно
4.	Контроль за воздушным и температурным режимом в группе /наличие термометров, соблюдение графика проветривания/. Плановые замеры.	Медсестра	Постоянно По плану
5.	Соблюдение графика смены постельного белья в группах.	зав. материальным складом	По графику
6.	Анализ учебно-воспитательной нагрузки, дополнительных услуг, кружковой работы на детей /количество занятий, продолжительность, проведение физкультминутки, проведение игр на воздухе/.	Старший воспитатель	Постоянно
7.	Строгое соблюдение режима прогулок на свежем воздухе соблюдение графика двигательной активности детей.	Воспитатели	Ежедневно
8.	В целях укрепления здоровья и повышения сопротивляемости организма ребенка проводить «Дни здоровья», спортивные праздники.	Воспитатели	По плану
9.	Назначить ответственное лицо за исправностью физкультурных снарядов и оборудования.	Старший воспитатель	Сентябрь
10.	Неукоснительно соблюдать гигиенические требования и правила личной гигиены детьми и взрослыми.	Воспитатели	Постоянно
11.	Постоянно контролировать вопросы организации питания, режима приема пищи.	Заведующий	Ежедневно
12.	Соблюдение графика медосмотров коллективом, проведение проф. осмотров детей врачами и узких специальностей по плану поликлиники.	Медсестра	По графику

13.	Приобщение детей и родителей к валеологическим понятиям через разные виды деятельности /лекции, беседы врача, вечера, кружки, праздники/.	Старший воспитатель воспитатели	По плану
14.	Участие родителей в оздоровительных мероприятиях, спортивных мероприятиях, проводимых по плану д/сада.	Старший воспитатель воспитатели	По плану
15.	Постоянно осуществлять работу по изучению нормативных документов, контролировать выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей.	Заведующий	Постоянно
16.	Выдерживать норму площади на одного ребенка, не допускать переуплотнения групп.	Заведующий	При наборе
17.	Со всех сотрудников потребовать неукоснительного соблюдения сандезрежима в ДОУ.	Медсестра	Постоянно
18.	Создавать в группах эмоциональный комфорт для детей.	Воспитатели	Постоянно
19.	Ежегодно разрабатывать совместные планы по взаимодействию д/сада и школы в вопросах охраны, укрепления здоровья детей / механизм перехода детей в школу, определение готовности ребенка к школе/.	Старший воспитатель	По годовому плану
20.	Воспитателям групп, медсестре уделять особое внимание вновь поступившим детям / в период адаптации, вести на детей в группах адаптационные листы /.	Воспитатели Медсестра	Сентябрь
21.	Строго соблюдать график утренней гимнастики	Воспитатель ФИЗО воспитатели	Ежедневно
22.	В летнее время проверять игровые участки на наличие опасных предметов, ядовитых грибов и ягод.	Воспитатели	Летом ежедневно
23.	Следить за безопасностью оборудования для жизни и здоровья детей в групповой комнате.	Воспитатели	Постоянно
24.	Ежегодно включать в годовой план работы детского сада работу по обучению детей правилам дорожного движения с учетом особенностей детского возраста.	Старший воспитатель	По годовому плану
25.	Систематически проводить специальные разъяснительные беседы с детьми и взрослыми по правилам уличного движения, оказания первой медицинской помощи пострадавшему.	Воспитатели	По учебному плану
26.	Подставки и горшки для цветов в групповых комнатах должны быть устойчивы.	Воспитатели	Постоянно

27.	Составлять акты осмотра спортивного оборудования 1 раз в год по детскому саду.	Заведующая	Сентябрь
28.	Держать в недоступном месте иглы, булавки, ножницы для занятий должны быть с тупыми концами.	Воспитатели	Постоянно
29.	Очищать от снега, льда и посыпать песком пешеходные дорожки и крыльцо.	Дворники	Постоянно
30.	Входные двери снабдить звонком и держать закрытыми.	Завхоз	Ежедневно
31.	Во время прогулки воспитателям, мл. воспитателям категорически запрещается оставлять детей одних на участке, отвлекаться на разговоры и телефонные звонки.	Воспитатели	Постоянно
32.	Воспитатель держит под контролем выход детей на прогулку, сам выводит первую подгруппу детей, соблюдая Т Б во время движения детей по лестницам. Вторую подгруппу детей выводит мл. воспитатель, также соблюдая все меры предосторожности.	Воспитатели Младшие воспитатели	Постоянно
33.	Все шкафы и полки должны быть надежно закреплены, всевозможное оборудование размещается с учетом полной безопасности и устойчивости, исключающей возможность падения.	Воспитатели	Постоянно
34.	Комнатные растения в уголках природы размещаются с таким расчетом, чтобы ребенок мог осуществлять уход за ними стоя на полу.	Воспитатели	Постоянно
35.	Запрещается перенос детьми тяжестей весом более 2 - 2,5 кг. (для ребенка старшего дошкольного возраста).	Воспитатели	Постоянно

ПЛАН
мероприятий по предупреждению
детского дорожно-транспортного травматизма

№ п/п	Наименование мероприятий	Срок выполнения	Ответственный за выполнение
1	Организовать с педагогическими работниками инструктивно-методическое занятие по изучению правил дорожного движения.	сентябрь	Ст. воспитатель
2	Организовать изучение правил дорожного движения с детьми	В течение года	Воспитатели
3	Провести с детьми тематический утренник, викторину, конкурс, соревнование по безопасности дорожного движения.	В течение года	Муз. руководитель воспитатели
4	Провести встречу с работниками ГИБДД	май	Заведующий
5	Провести выставку детских рисунков по безопасности дорожного движения.	В течение года	Воспитатели
6	На родительских собраниях периодически обсуждать вопрос о профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.		Заведующий, ст. воспитатель воспитатели
7	Обновить разметку по ПДД	май	Воспитатели
8	Оформить методические рекомендации по безопасности дорожного движения.	В течение года	Старший воспитатель

Двигательный режим детей в течение дня в ДОУ (в минутах).

№	Название формы работы	Вт. гр. ран. возр.	мл. гр.	Ср. гр.	Ст. гр.	Подгот. гр.
1	Утренняя гимнастика	4-5	5-6	6-8	8-10	10-12
2	Физкультурные занятия	15	15-20	20-25	25-30	30-35
3	Физкультминутки	По мере необходимости от 1 до 3 минут				
4	Подвижные игры	Не менее двух		Не менее трех		
		6-8	6-8	8-10	10-12	12-15
5	Физ. упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппой детей				
		6-10	10-12	10-15	10-15	10-15
6	Гимнастика после сна	3-5	5-15	15-20	20-25	25-30
7	Спортивные игры				15-25	15-30
					(1 раз в неделю) (20-30 мин. - встречи команд 1 раз в мес.)	
8	Спортивные упражнения:					
	-велосипед	-	5	8-12	8-15	8-15
	- самокат	-	-	10	10	10
	- лыжи	-	6-9	10	15	20
	-ледяная дорожка	-	6-10	8-10	10-12	12-15
9	Игры-забавы	6-8	6-10	8-10	10-15	12-15
10	Игры- аттракционы	-	-	-	15-20	15-20
11	Досуг	-	Зимой 1 раз в месяц, летом 2 раза в месяц			
			15-20	20	25-30	40
12	Физкультурные праздники	-	-	2 раза в год		
				45	1 час	1 час
13	Самостоятельная двигательная деятельность детей	-	В физкультурном зале на тренажерах, спорт. снарядах, 1 раз в неделю.			
			15	20	30	35
15	Прогулка – поход	-	10-15 в один конец	15-20 в один конец	Пешие, 30-40 в один конец, 1 час привал	
					Лыжные, до 1,5 час. в оба конца	
					30-35	30-40
16	День здоровья	Один раз в месяц				
17	Формы физ. воспитания с участием родителей	В течение года				

Совместный план
Лечебно - оздоровительной и профилактической работы
МБДОУ «Детский сад № 9 «Росинка»
и Детской поликлиники №4 на 2023-2026г.

Организационная работа	Срок	Ответственные
Организовать прием детей в детском саду после летних каникул	Август Сентябрь	Медсестра
Создавать комфортную среду для адаптации детей вновь принятых к условиям детского учреждения	Август Сентябрь	Медсестра Воспитатели
Организовать помощь в организации учебно - воспитательного процесса (участия в составлении учебного расписания, режима дня и занятий)	Сентябрь	Медсестра, ст. воспитатель
Оформить индивидуальные медицинские карты на вновь принятых детей	Август	Медсестра
Обеспечение диспансерного наблюдения за детьми, страдающими хроническими заболеваниями	2 раза в год	Педиатр Медсестра
Составить банк данных о физическом, психическом развитии детей, состоянии здоровья в каждой возрастной группе	Сентябрь	Медсестра Воспитатели
Проведение профилактических прививок согласно плану	По плану	Медсестра
Принять участие при проведении маркировки мебели в группах соответственно росту ребёнка	Сентябрь, Февраль	Медсестра Воспитатели
Осуществлять контроль за плотностью физкультурных занятий и других видов двигательной активности с целью охраны здоровья детей	1 раз в месяц	Медсестра Воспитатели
Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний	Постоянно	Медсестра
Организовать прохождение периодических профилактических медицинских осмотров работников детского сада	2 раза в год	Медсестра
Организовать медико-психолого-педагогические обследования детей поступающих в школу.	май	Логопед, педиатр
Продолжить работу по совершенствованию профилактического мастерства младших воспитателей	1 раз в квартал	Медсестра
Осуществлять контроль за реализацией плана санитарно-гигиенических и профилактических мероприятий, направленных на улучшение условий пребывания детей в детском саду.	Постоянно	Медсестра
Ведение санитарно-просветительной работы	Постоянно	Медсестра

Оздоровительная работа

Проводить профилактические медицинские осмотры воспитанников	По плану	Медсестра Врач
Вести диспансерное наблюдения за детьми с отклонениями от норм развития.	постоянно	Медсестра
Проведение вакцина профилактики	По плану	Медсестра ,врач
Охват всех детей реакцией Манту	По плану	Медсестра
Обследование детей на энтеробиоз	2 раз в год	Медсестра
Обследование детей на педикулёз и чесотку	еженедельно	Медсестра
Фитоциды, профилактика(лук, чеснок)	Осень, Зима	Медсестра
Профилактические процедуры: *обработка носа оксалиновой мазью	Осень, Зима	Медсестра
Профилактика миопии по методу Базарного	Постоянно	Воспитатели
Организация двигательной активности *утренний прием на улице с 4-х летнего возраста *проведение физкультурных занятий на улице (с учётом погодных условий)	Постоянно	Воспитатели
Проводить физическую реабилитацию с нарушением осанки, плоскостопия детей старшего возраста	2 разр в неделю	Воспитатели
Проведение закаливающих процедур: *воздушное закаливание *умывание лица, рук, водой с постепенным расширением зон контакта с водой до подмышечных впадин *полоскание горла комнатной температурой *дневной сон без маек *проведение дыхательной гимнастики после сна	Постоянно	Медсестра, воспитатели
Включение физкультминуток. На физкультурных занятиях использовать музыку и ритмичные танцы	Постоянно	Воспитатели воспитатель ФИЗО
Применение эстетики терапии для укрепления нервной системы: *игры для развития мышления и внимания *танцы для развития координации *изобразительная деятельность *прослушивание записей пения птиц, шума леса, дождя	Постоянно	Воспитатели, Музыкальный руководитель
Сбалансированное питание: *контроль за выполнение норм *контроль за качественным питанием *контроль за питьевым режимом *витаминизация 3-го блюда	Постоянно	Медсестра

План санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий

Профилактические прививки проводить с учетом индивидуальных особенностей детей.	Постоянно	Медсестра, врач
Длительно отсутствующих передать на врачебные участки.	Постоянно	Медсестра
С целью предупреждения распространения инфекционных заболеваний осуществлять контроль за: *санитарно дезинфекционным режимом *воздушным режимом *проведение фильтра *своевременной изоляцией детей и сотрудников с признаками инфекционных заболеваний *графиком кварцевания в группах *соблюдением графика профилактического медицинского осмотра сотрудников детского сада, наличие санитарных книжек *организация профессионально-гигиенической подготовки и аттестации должностных лиц и работников детского сада	Постоянно	Медсестра
Проводить ежедневный контроль за состоянием детей и взрослых.	Постоянно	Медсестра
Проводить полную замену песка в песочницах и иметь заключения.	Весна	Медсестра
Обследовать детей на энтеробиоз.	2 раза в год	Медсестра
Обследовать детей на педикулёз и чесотку.	Еженедельно	Медсестра
Соблюдение санитарно-эпидемиологических режимов на пищеблоке.	Постоянно	Медсестра
Контроль за условиями хранения, сроками реализации продуктов.	Постоянно	Медсестра
Проведение мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации.	По необходимости	Медсестра
Вести контроль за соответствием детской мебели по антропометрическим показателям детей и состояния здоровья	2 раза в год	Медсестра, старший воспитатель, воспитатели
Провести камерную обработку постельных принадлежностей.	По графику	Заведующий хозяйством, медсестра.
Привитие детям культурно-гигиенических навыков: *опрятности *внешний вид *мытьё рук с мылом *пользоваться расчёской, носовым платком. *правильно пользоваться столовыми приборами	Постоянно	Медсестра, воспитатели
Санитарно-просветительная работа с родителями, сотрудниками. Проведение мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и	Постоянно	Медсестра

дератизации.		
--------------	--	--

Санитарно-просветительная работа

Медико-педагогические совещания:		
Анализ состояния здоровья детей за год	Январь	Медсестра, ст. воспитатель
Анализ состояния здоровья детей, профилактика их заболеваемости в период адаптации в детском саду. Система закаливания.	Октябрь	Медсестра, ст. воспитатель
Беседа о санитарно-гигиеническом и противоэпидемическом режиме в детском саду.	Ноябрь	Медсестра

С обслуживающим персоналом

Беседы:	Постоянно	Медсестра
Личная гигиена обслуживающего персонала.	Февраль	Медсестра.
Роль младшего воспитателя в организации режима дня и питания детей.	Май	Медсестра
Санитарно-гигиенический и противоэпидемический режим детского сада	Сентябрь	Медсестра

С родителями

Встречи с врачами специалистами		
С хирургом «профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата»	Февраль	Медсестра.
С окулистом « как сохранить зрение»	Апрель	Медсестра
С педиатром «профилактика остореспературных - вирусных инфекций»	Октябрь	Медсестра
Консультации:		
Советы родителям будущих первоклассников	Май	Медсестра
Адаптация детей к дошкольному учреждению.	Август	Медсестра

С детьми

Обучение культурно-гигиеническим навыкам, правилами соблюдения личной гигиены используя методы: беседы, рассказы, демонстрации диафильмов, кинофильмов, наглядных пособий	В течение года	Медсестра, воспитатели
---	----------------	---------------------------

Литература:

1. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений и родителей. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 64с.
2. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
3. Егоров Б.Б., Нестерук Т.В. Оздоровительно - воспитательная работа с ослабленными детьми в ДОУ. Пособие для практических работников. Элиста: «Джангар», 1999, - 64 с.
4. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей ДОУ. Под ред. З.И. Бересневой. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 32 с. (Серия «Библиотека руководителя ДОУ».)
5. Змановский Ю.Ф. и Эффективное закаливание в дошкольных учреждениях - Педиатрия. 1989.— № 4.
6. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. М. Творческий Центр Сфера, 2007.
7. Кузнецова М.Н. Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний в педиатрии. М., 1990.
8. Кузнецова М.Н. Оздоровление детей в детском саду. М. Айрис Пресс, 2008.
9. Марченко Т.К, Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 1996.
10. Орел В.И, Агаджанова С.Н. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. СПб.: Детство – Пресс, 2008.
11. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2016.- 128с.
12. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: Мозаика-синтез, 2016. – 144с.
13. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 64с.
14. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2008. – 96с.