

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЯ «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ» НА 2022-2027год

Программа здоровья дошкольного образования разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155), с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования

Адрес: Ханты-Мансийский автономный округ – Югра
г. Когалым, улица Мира, дом 20;
г. Когалым, улица Молодежная, дом 26/1

г. Когалым, 2022 г.

Содержание

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.....	2-5
I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	6
1.1.Пояснительная записка	6
1.1.1 Цели и задачи Программы, особенности Программы.....	7-8
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.....	8-9
1.2.Основные участники и функциональные обязанности работников ДОУ реализующих программу.....	9-10
II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	11
2.1.Основные направления Программы.....	12-13
2.2.Модель организации работы по формированию представлений и навыков здорового образа жизни.....	14
2.3. Направление и содержание воспитательно-оздоровительной деятельности.....	15
2.4.Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности.....	16-17
2.5. Формы и методы оздоровления детей.....	18
2.6.Здоровьесберегающие технологии, используемые в педагогическом процессе.....	19
2.7. Программы, обеспечивающие целостность здоровьесберегающего процесса в ДОУ.....	20
2.8. Работа с воспитанниками.....	21-25
2.9. Работа с педагогами.....	26-29
2.10.Работа с родителями.....	30-32
2.11. Взаимодействие ДОУ с социумом в области здоровьесбережения воспитанников.....	33
2.12.Мониторинг здоровья детей	35-39
III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	40
3.1.Материально-техническое обеспечение Программы.....	40-41
3.2.Литература.....	42
IV ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ (Приложение).....	43

Паспорт программы.

Наименование учреждения	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Когалыма «Колокольчик»
Наименование Программы	Программа «Здоровый малыш»
Адрес, телефон	628486, ХМАО-Югра, г. Когалым, ул. Мира, 20 тел. (34667) 2-27-67 e-mail: detsad.kolokolch@yandex.ru
Основания для разработки программы	• Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ. • Федеральным Законом «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (ФЗ РФ от 21 ноября 2011г. • №323), в ст. 12 • Приказ Минздрава РФ от 21 марта 2003 г. N 113 «Об утверждении Концепции охраны здоровья здоровых в Российской Федерации» • Приказ № 455 от 23.09.2003 г. «О совершенствовании деятельности органов и учреждений здравоохранения по профилактике заболеваний в РФ» • СанПиН 2.4.1.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций • Приказ Министерства образования и науки РФ от 20.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательному учреждению в части охраны здоровья обучающихся воспитанников». • Министерство образования РФ письмо от 14 марта 2000 г. № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организационных формах обучения». • Устав ДОУ. • Основная общеобразовательная программа ДОУ.
Разработчики программы	Рабочая группа педагогов МАДОУ «Колокольчик» под руководством заместитель заведующего С.П. Бойко
Цель программы:	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей во время пребывания в дошкольной организации, формирование у родителей, педагогов, детей ответственного отношения к здоровому образу жизни.
Задачи Программы:	1. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью. 2. Создать в ДОУ оздоровительный микроклимат, среду, стимулирующую двигательную активность ребенка. 3. Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия в ДОО для оптимального психофизического развития воспитанников, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптационных возможностей в здоровьесберегающем пространстве ДОУ. 4. Использовать системные механизмы по оздоровлению воспитанников ДОУ. 5. Содействовать повышению компетентности педагогов в вопросах создания оздоровительного микроклимата в группе, развитию способности к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме.

	6.Разработать индивидуальные и коллективные программы оздоровления детей в детском саду исходя из особенностей их психофизического развития, направленных на сохранение здоровья, оздоровление детей и обучение их здоровому образу жизни. 7. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры. 8.Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия с родительской общественностью на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.
Основные направления деятельности Программы:	I. Медицинское обеспечение деятельности ДООУ по здоровьесбережению: ✓ обеспечение охраны жизни, укрепление физического и психического здоровья ребенка; ✓ осуществление лечебно –профилактических мероприятий: утренний фильтр, закаливающие процедуры; ✓ осуществление оздоровительных мероприятий: аэрация воздуха, полоскание зева растворами трав, витаминизация и общеукрепляющая терапия; ✓ проведение санитарно-гигиенических мероприятий: проветривание, влажная уборка, дезинфекция групп. ✓ обеспечение мониторинга состояния здоровья детей, посещающих ДООУ. II. Формирование здоровья детей в дошкольном учреждении : ✓ использование здоровьесберегающих технологий в течение дня; ✓ совершенствование профилактической и оздоровительной работы с воспитанниками и системы закаливания в ДООУ; ✓ обеспечение мониторинга состояния здоровья детей ДООУ. III. Подготовка кадров: ✓ курсы повышения квалификации; ✓ самообразование педагогов по вопросам здоровьесбережения; ✓ посещение лекций, проводимых врачами-специалистами, педиатрами о проблемах детской заболеваемости и путях решения; ✓ консультативная помощь медицинского персонала Когалымской городской больницы педагогам и родителям воспитанников; ✓ проведение обучающих семинаров и семинаров-практикумов по ознакомлению с современными методиками и технологиями здоровьесбережения дошкольников. IV. Профилактическая работа: ✓ информационные стенды; ✓ родительские собрания; ✓ выставки и фотовыставки; ✓ оформление стенгазет и газет-молний; ✓ встречи педагогов, детей и родителей с врачами-специалистами КГБ и педиатрами; ✓ день открытых дверей для родителей; ✓ индивидуальные консультации у специалистов.
Участники	Воспитанники, педагогический коллектив, родители
Срок освоения программы	Срок освоения программы здоровья – 5 лет. Получение дошкольного образования в МАДОУ «Колокольчик» может осуществляться от 2 месяцев до прекращения образовательных отношений.
Ожидаемые результаты	<u>Ребенок</u> ✓ снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка к вирусным и инфекционным заболеваниям;

- ✓ приобщение ребенка к здоровому образу жизни;
- ✓ овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности, спортивных движений и способами закаливания;
- ✓ сформированность у детей психоэмоциональной устойчивости, позитивного настроения;
- ✓ повышение уровня валеологических знаний;
- ✓ сформированность навыков правильного питания;

Педагог

- ✓ повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах формирования здорового ребенка в условиях инновационного ДОУ;
- ✓ обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного и музыкального направления;
- ✓ реализация социального заказа родителей;
- ✓ рост заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей;
- ✓ повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Родители

- ✓ определение родителями позиции равноправных участников воспитательно-образовательного пространства;
- ✓ рост заинтересованности родителей в сохранении и укреплении здоровья детей;
- ✓ накопление опыта формирования у ребенка психоэмоциональной устойчивости.

Социум

- ✓ организация психолого - педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»;
- ✓ привлечение к спортивным кружкам и секциям;
- ✓ обучение родителей приемам и методам оздоровления с привлечением специалистов спортивных организаций.

Материально-техническая база

- ✓ совершенствование программного обеспечения педагогического процесса;
- ✓ обновление игрового и спортивного оборудования в здании и на территории ДОУ.

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1.Пояснительная записка.

«Я не боюсь еще и еще раз повторить:
Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей
Зависит их духовная жизнь, мировоззрение,
Умственное развитие, прочность знаний,
Вера в свои силы».

В.А.Сухомлинский

Развитие современного общества предъявляет новые требования к дошкольным образовательным учреждениям, к организации воспитательно-образовательного процесса, выбору и обоснованию содержания основных и парциальных учебных программ, результатам и результативности их деятельности. Проблема сохранения здоровья детей является самой **актуальной**. Особенно остро этот вопрос стоит в дошкольных учреждениях, где вся практическая работа, направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

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 ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете - отношение государства к проблемам здоровья.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения, 60% детей в возрасте от 3 до 8 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, и только 105 детей приходят в школу совершенно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. Поэтому в центре работы по полноценному физическому развитию и укрепления здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Следовательно, в ДООУ необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете особенностей его организма, индивидуальном подходе.

Назначение программы

- ✓ определяет приоритеты в подходах к реализации содержания образования;
- ✓ способствует объединению и координации деятельности специалистов ДОУ;
- ✓ служит основой для разработки и совершенствования технологии управления образовательным процессом;
- ✓ является основанием для оценки качества реализации образовательных услуг;
- ✓ способствует обеспечению реализации права родителей на достоверную и исчерпывающую информацию об образовательных услугах дошкольного учреждения.

Основой для разработки образовательной программы ДОУ (далее - Программа) стал Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее-ФГОС ДО). В соответствии с его требованиями программа включает целевой, содержательный и организационный разделы, в каждом из которых отражены обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательного процесса. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Программа разработана творческой группы ДОУ и утверждена МАДОУ самостоятельно в соответствии с ФГОС ДО и с учетом примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы ДОУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их просвещение. Особенностью организации и содержания учебно-воспитательного процесса должен стать интегрированный подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

1.1.1. Цель и задачи программы, особенности программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи программы:

- ✓ совершенствовать здоровьесберегающую среду в ДОУ;
- ✓ воспитывать у детей культуру здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки к здоровому образу жизни;
- ✓ формировать представления о здоровом образе жизни, двигательные умения и навыки;
- ✓ развивать интересы и потребности, создавать условия для успешности детей в

любом виде деятельности, в том числе двигательной;
внедрять здоровьесберегающие

Особенности программы

Физическое воспитание с приоритетом физкультурно-оздоровительной работы характеризуется следующими особенностями:

- ✓ в течение всего дня дети находятся под наблюдением и контролем педагогов и квалифицированных специалистов, заботящихся о максимальной интенсификации и оптимизации двигательного режима;
- ✓ полностью обеспечиваются такие гигиенические условия для физического развития, как правильный режим дня, полноценное питание, достаточное пребывание на свежем воздухе, закаливающие мероприятия, на основе чего формируются гигиенические навыки;
- ✓ создание благоприятных возможностей для эффективного сочетания всех основных средств и форм физического воспитания и интеграции его с основными линиями детского развития (умственным, социальным, коммуникативным, художественно-эстетическим);
- ✓ использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий работы с детьми и их родителями, педагогами детского сада.

Отличительная особенность программы – нацеленность на формирование осмысленного отношения дошкольников к собственному телу, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, восприятие здорового образа жизни как ценность.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

- ✓ принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;
- ✓ сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;
- ✓ соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;
- ✓ единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- ✓ принцип интеграции образовательных областей
 - социально-коммуникативное развитие;
 - познавательное развитие;
 - речевое развитие;
 - художественно-эстетическое развитие;
 - физическое развитие.

- ✓ принцип доступности, Использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей/
- ✓ принцип активности и сознательности Участие всего педагогического коллектива и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
- ✓ принцип систематичности. Реализация лечебно - оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.
- ✓ принцип результативности и гарантированности. Реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.
- ✓ принцип комплексности и интегративности. Решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности

в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

Программа направлена

- ✓ закрепление навыков сохранения и укрепления здоровья изученными способами;
- ✓ обеспечение условий для охраны психофизического здоровья и всестороннего развития ребенка.

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми проводится с использованием принципов здоровьесберегающей педагогики и здоровьесберегающих технологий. Действия коллектива направлены на формирование такой образовательной системы, которая основывается:

- ✓ разумном приоритете ценностей здоровья и здорового образа жизни при организации воспитательно-образовательной работы с воспитанниками и родителями (законными представителями);
- ✓ формирование единого здоровьесберегающего пространства семьи и детского сада.
- ✓ создании саморазвивающейся среды со здоровьесберегающими функциями (в результате тесного взаимодействия всех участников образовательного процесса).

1.2. Основные участники и функциональные обязанности работников

ДОУ реализующих программу

Заведующий ДОУ:

- ✓ общее руководство по внедрению программы «За здоровьем в детский сад»;
- ✓ контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей;
- ✓ контроль за реализацией программы.

Заместитель заведующего ДОУ:

- ✓ анализ реализации программы «За здоровьем в детский сад»;
- ✓ контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей;
- ✓ проведение мониторинга (совместно с воспитателями и специалистами).

Старший воспитатель:

- ✓ контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей;

- ✓ проведение мониторинга (совместно с воспитателями и специалистами);
- ✓ информационно-просветительская работа с воспитанниками, педагогами и родителями.

Медсестра ООД (в рамках договора «О медицинском обслуживании воспитанников»).

- ✓ проведение в Образовательном учреждении профилактических мероприятий в рамках формирования здорового образа жизни.

Воспитатели ДОУ:

- ✓ дыхательная гимнастика;
- ✓ организация физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультминутки, закаливание, соревнования, развлечения, НОД по физической культуре, упражнения для профилактики плоскостопия и нарушений осанки).
- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий;
- ✓ проведение с детьми оздоровительных мероприятий;
- ✓ пропаганда методов оздоровления в коллективе детей и в семье;
- ✓ прогулки на свежем воздухе
- ✓ кварцевание и ионизация воздуха групп бактерицидным рециркулятором «Дезар».
- ✓ витаминотерапия;
- ✓ закаливание в соответствии с возрастом;
- ✓ контроль физиологического созревания (антропометрия 2 раза в год);

Педиатр БУ КГБ (в рамках договора):

- ✓ обследование детей по скрининг-программе и выявление патологии;
- ✓ утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- ✓ определение оценки эффективности оздоровления, показателей физического развития.

Инструктор по физкультуре:

- ✓ определение показателей двигательной подготовленности детей;
- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий;
- ✓ включение в физкультурные занятия: упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия; упражнений на релаксацию; закаливающие мероприятия; проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья; пропаганда здорового образа жизни.

Специалист по ОТ

- ✓ создание условий для предупреждения травматизма в ДОУ.

Помощники воспитателя:

- ✓ соблюдение санитарно-гигиенического режима;
- ✓ помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и другие неблагоприятные факторы требуют выработки определённой комплексной системы в работе по оздоровлению детей начиная с дошкольного детства. Именно в дошкольном возрасте формируется нервная система, физическое и психическое здоровье. Хорошее здоровье ребёнка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий, вся повседневная работа по охране и укреплению здоровья детей, реализация принципов оздоравливающей педагогики станут приоритетными в дошкольных учреждениях. Участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в детском саду, так и в семье.

В ДОУ созданы стабильные условия для физического развития дошкольника. Педагоги используют следующие виды организованной деятельности: физическая культура в зале, физическая культура на воздухе. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. В учебном процессе широко используются физкультурные минутки, пальчиковые игры, логоритмические упражнения, дыхательные гимнастики, побудки, физкультурные досуги на свежем воздухе, разные виды закаливания, с целью профилактики заболеваний и общего укрепления организма каждого ребенка. Сбалансированное питание, медицинское обслуживание, физкультурные занятия, в том числе спортивные досуги, праздники и развлечения, реализация профилактических мероприятий, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни - все это влияет на улучшение их здоровья.

Программа составлена по образовательной области «Физическое развитие» с интеграцией различных видов деятельности: речевой, игровой, музыкальной, познавательной, художественно-эстетической.

2.1. Основные направления программы

✓ Профилактическое

- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных, специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

✓ Организационные

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- определение объективных и субъективных критериев здоровья с помощью мониторинга;
- составление индивидуальных планов оздоровления групп;

- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
 - систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
 - пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников.
- ✓ **Лечебное**
- коррекция отдельных отклонений в физическом развитии;
 - осуществление профилактических мероприятий по оздоровлению детей.

2.2. Модель организации работы по формированию представлений и навыков здорового образа жизни



2.3.Направление и содержание воспитательно-образовательной деятельности

На основе сочетания комплексных и парциальных программ и выбора технологий определяется специфика их реализации. Расширено содержание работы по охране и укреплению жизни и здоровья детей, усилена самостоятельная двигательная активность детей, проводится работа по развитию основных мышц и формированию физических качеств ребенка, способности к двигательному творчеству, импровизации.

Данные задачи решаются в процессе организованных форм детской активности и самостоятельной деятельности детей в воздушной, закрытой, открытой, природной сферах организации их жизнедеятельности. Основная форма - организованные виды деятельности. При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, интеграция речевых и физических упражнений. В занятия включены элементы психогимнастики и изучение способов жизнедеятельности.

Реализация программы осуществляется на основе ведущей (игровой) деятельности детей, что соответствует также интересам дошкольников. Занятия не выступают в качестве преобладающей формы обучения; используются разнообразные интегрированные виды деятельности, обеспечивающие смену статических и динамических поз.

Особое внимание в процессе организации самостоятельной и досуговой деятельности уделяется использованию здоровьесберегающих технологий.

В детском саду регулярно проводится закаливание, курс профилактики гриппа и ОРЗ, мониторинг физической подготовленности, занятия с учетом группы здоровья, которые осуществляются по индивидуальному плану.

2.4.Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности

Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физминутка во время занятия	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
Динамическая пауза между занятиями (если нет физо или музо)	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Физкультурные занятия	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Музыкальные занятия	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин

Гимнастика после дневного сна	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	20мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес	40-50 мин 1 раз/мес
Спортивные праздники	20 мин 2 раза/год	40 мин 2/год	60-90 мин 2/год	60-90 мин 2/год
День здоровья	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Подвижные игры во 2 половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Прогулки, походы			1 час 1 раз/квартал	1,5 часа 1 раз/квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Система физкультурно-оздоровительной работы

Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
Оптимизация режима				
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы	По поступлении ребенка в ДОУ	Медперсонал	В течение года
Организация двигательного режима				
Физкультурные занятия	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, контроль медработника, старшего воспитателя	В течение года
Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Музыкальные занятия	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный работник, воспитатели	В течение года
Спортивный досуг	Все группы	1 раза в месяц	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
Гимнастика для глаз	Все группы	Во время занятий на физминутках	Воспитатели	В течение года
Пальчиковая гимнастика	Все группы	2 раза в день	Воспитатели, учитель-логопед	В течение года
Оздоровительный бег	старшие, подготовительные группы	Ежедневно, во время прогулок	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
Охрана психического здоровья				
Использование приёмов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
Профилактика заболеваемости				
Самомассаж	Все группы	После дневного сна	Воспитатели, контроль медработника	В течение года

Дыхательная гимнастика в игровой форме	Все группы	Во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели, инструктор по физической культуре, контроль медработника	В течение года
Оздоровление фитонцидами				
Чесночно-луковая терапия	Все группы	ежедневно	Медицинская сестра	Октябрь-апрель
Закаливание, с учетом состояния здоровья ребёнка				
Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулки на воздухе	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Закаливание: ходьба босиком по массажным, корригирующим дорожкам	Все группы	Ежедневно после сна	Воспитатели	В течение года
Воздушные ванны	Все группы	Ежедневно ввремя прогулки	Воспитатели	Июнь-август
Обширное мытье рук и ног	Все группы	Ежедневно после прогулки	Воспитатели	Июнь-август
Игры с водой	Все группы	Во время прогулки во время занятий	Воспитатели	Июнь-август
Полоскание зева охлажденной водой	Старший дошкольный возраст	После каждого приема пищи	Воспитатели	В течение года
Лечебно-профилактическая работа				
Рациональное питание	Все группы	В течение дня	Повара, воспитатели, помощники воспитателя, контроль медработников	В течение года
Работа с детьми, имеющими плоскостопие, нарушение осанки				
Корригирующие упражнения	Дошкольные группы	Во время занятий физической культурой	Инструктор по физической культуре	В течение года

2.5.Формы и методы оздоровления детей

№п-п	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	-щадающий режим (адаптационный период) -гибкий режим -организация микроклимата и стиля жизни группы.	Группы всех возрастов
2.	Физические упражнения	-утренняя гимнастика -физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамические игры - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения) - спортивные игры - занятия в физкультурных кружках - прогулки - гимнастика после сна - пешие прогулки	Группы всех возрастов
3.	Гигиенические и водные процедуры	- глубокое умывание - мытье рук - игры с водой	Группы всех возрастов
4.	Световоздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное) - сон при открытых фрамугах - прогулки на свежем воздухе - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Постоянно, все группы
5.	Активный отдых	- Дни здоровья - развлечения, праздники - игры-забавы	Все группы
6.	Диетотерапия	- рациональное питание	Все возрастные группы
7.	Музыкальная терапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов - музыкальное оформление фона занятий	Все возрастные группы
8.	Пропаганда ЗОЖ	- занятия ОБЖ - беседы - консультации - папки-передвижки	Все возрастные группы

2.6. Здоровьесберегающие технологии используемые в педагогическом процессе

№	Название технологии	Программно-методическое обеспечение	Группы, использующие технологии в педагогическом процессе
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
1.1	Стретчинг и ритмопластика	Ритмическая мозаика», «Топ –хлоп, малыш!» под ред. А.И. Бурениной	Во всех возрастных группах
1.2.	Динамические паузы	Сборник Е.Железновой	Во всех возрастных группах
1.3	Гимнастика пальчиковая		
1.4.	Дыхательная гимнастика	Методика А.Н.Стрельниковой	Во всех возрастных группах
1.5.	Гимнастика корректирующая		
1.6.	Релаксация		
		Сборник Е.Железновой	Во всех возрастных группах
1.7.	Гимнастика для глаз	Комплекс упражнений по профилактике нарушений зрения В.Ф. Базарного	Во всех возрастных группах
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
2.1.	Физкультурное занятие		Во всех возрастных группах
2.2.	Самомассаж	СУ ДЖОК	Во всех возрастных группах
2.3.	Занятия из серии «Здоровье»		Во всех возрастных группах
3. Коррекционные технологии			
3.1.	Технологии музыкального воздействия	Сборник Е.Железновой. «Ритмическая мозаика», «Топ –хлоп, малыш!» под ред. А.И. Бурениной.	Во всех возрастных группах

2.7. Программы, обеспечивающие целостность здоровьесберегающего процесса в ДОУ

№	Название программы	Группы реализующие программу
1.	Основная общеобразовательная программа ДОУ	Все возрастные группы ДОУ
2.	«Ритмическая мозаика» под ред. А.И. Бурениной	При проведении кружковой работы, утренней гимнастики и как часть НОД педагоги в своей работе используют «Ритмическая мозаика» под ред. А.И. Бурениной (в средних, старших и подготовительных группах).
3.	«Топ –хлоп, малыш!» под ред. А. И. Бурениной	При проведении утренней гимнастики и как часть НОД педагоги в своей работе используют «Топ –хлоп, малыш!» под ред. А.И.Бурениной. (младший дошкольный возраст)

2.8.Работа с воспитанниками.

Цель: Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей во время пребывания в дошкольной организации.

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.

1. Организация качественного и сбалансированного питания в ДОУ.
2. Организация двигательной активности воспитанников в течение дня:
 - ✓ утренняя гимнастика;
 - ✓ физкультурное занятие в физкультурном зале и на свежем воздухе;
 - ✓ спортивные игры;
 - ✓ подвижные и малоподвижные игры;
 - ✓ физические упражнения в течение дня;
 - ✓ неделя здоровья;
 - ✓ самостоятельная двигательная деятельность воспитанников в помещении и на прогулке.
- 3.Использование рекомендуемых и утвержденных методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача:
 - ✓ закаливание в соответствии с возрастом;
 - ✓ С-витаминизация пищи;
 - ✓ овощи, фрукты, отвар шиповник;
 - ✓ контроль физиологического созревания;
 - ✓ профилактика нарушений осанки;
 - ✓ прогулка на свежем воздухе;
 - ✓ витаминизация третьего блюда;
 - ✓ кварцевание и ионизация воздуха групп бактерицидным рециркулятором «Дезар»;
 - ✓ организация качественного и рационального питания;
 - ✓ дыхательная гимнастика;
 - ✓ информационно-просветительская работа с воспитанниками, педагогами и родителями.
4. Профилактика и коррекция нарушений осанки, плоскостопия, зрения.
- 5.Кружковая работа.
- 6.Профилактика вирусных заболеваний:
 - ✓ усиленный утренний фильтр;
 - ✓ дезинфицирующие мероприятия;
 - ✓ усиление контроля за проведением санитарно-гигиенических мероприятий;
 - ✓ проведение разъяснительной работы с родителями с помощью информационных стендов, размещения информации на сайте ДОУ;
 - ✓ усиленный режим работы дезаров;
 - ✓ систематическое проведение закаливающих процедур;
 - ✓ соблюдение режима прогулок;
 - ✓ контроль качества проведения оздоровительных мероприятий;
 - ✓ организация вакцинопрофилактики среди воспитанников и сотрудников;

- ✓ проведение развивающих занятий по здоровьесбережению.
- 7.Профилактика кишечных инфекций.
- ✓ распространение памяток по вопросам профилактики кишечных инфекций;
 - ✓ размещение информации на сайте ДОУ по вопросам профилактики кишечных инфекций;
 - ✓ консультирование родителей и сотрудников по вопросам профилактики кишечных инфекций;
 - ✓ организация внутреннего контроля за соблюдением санитарных норм и правил, выполнением санитарно-эпидемиологических мероприятий.

**Система и содержание физкультурно-оздоровительной работы
специалистами дошкольного образовательного учреждения**

Специалист ы ДОУ	Задачи работы	Формы работы, направления деятельности	Периодичнос ть
Инструктор по физической культуре	- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; - формирование двигательных умений и навыков воспитанников в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями - создание условий в ДОУ для двигательной активности воспитанников; - воспитание потребности в здоровом образе жизни.	Проведение физкультурных занятий. Индивидуальная работа с воспитанниками. Проведение спортивных праздников и развлечений. Консультации для педагогов и родителей. Круговая работа.	В соответствии с требованиями программы и возрастными особенностям и детей.
Воспитатель	-воспитание здорового ребенка через организацию и проведение всей системы физкультурно-оздоровительных мероприятий; -взаимодействие с родителями по вопросам оздоровления и закаливания детского организма.	Соблюдение режима дня. Проведение утренней гимнастики, пальчиковой и дыхательной гимнастики. Проведение закаливающих процедур. Взаимодействие с родителями.	В соответствии с требованиями программы и возрастными особенностям и детей.

		Взаимодействие с специалистами ДОУ.	
Медсестра МУ ГКБ	В рамках договора		

Организация двигательного режима в ДОУ.

Форма организации двигательной активности в режиме дня	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные группы
Зарядка, утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 минут
Упражнения после дневного сна, гимнастика после сна	5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут
Подвижные игры	6-10 минут 2-4 раза в день	10-15 минут 2-4 раза в день	15-20 минут 2-4 раза в день	15-20 минут 2-4 раза в день
Спортивные игры				
Спортивные упражнения				
Физкультурные упражнения на прогулке	10-12 минут	10-15 минут	10-15 минут	10-15 минут
Спортивные развлечения	20 минут в месяц	30 минут в месяц	30 минут в месяц	40-50 минут в месяц
Спортивные праздники	30 минут	40 минут	50 минут	60 минут
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Организация рациональной двигательной активности детей.

Забота о здоровье и формирование основ здорового образа жизни детей в ДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее актуальным фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении,

удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:

- ✓ Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
 - ✓ Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов.
 - ✓ Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации двигательной активности в ДОУ:

- ✓ физические занятия в зале и на спортивной площадке ;
- ✓ утренняя гимнастика;
- ✓ физкультминутки;
- ✓ оздоровительный бег
- ✓ физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
- ✓ индивидуальная работа с детьми по физическому развитию.

Использование музыкально-ритмических движений в образовательном процессе

Формы педагогического процесса в ДОУ	Содержание работы
Музыкальное занятие	Музыкально-ритмические композиции используются: как вводная часть занятия либо в качестве заключительной части, в основной части возможно разучивание нового движения, композиции.
Физкультурное занятие	Музыкально-ритмические композиции используются фрагментарно или в комплексе (комплекс общеразвивающих упражнений), а также в игровой

	деятельности.
Утренняя гимнастика	Музыкально-ритмические композиции подбираются с достаточно интенсивными (соответственно возрастным и индивидуальным особенностям детей) движениями.
Бодрящая гимнастика	Подбираются упражнения игрового характера с творческими заданиями, спокойные по темпу Музыкально-ритмические упражнения можно использовать в сочетании с закаливающими процедурами.
Праздники, развлечения, досуги	Используются наиболее понравившиеся детям музыкально-ритмические композиции. С целью более эффектного, эмоционального и выразительного исполнения детям предлагаются атрибуты, элементы костюмов.
Самостоятельная деятельность детей	Используются музыкально-ритмические композиции хорошо знакомые и любимые детьми (Сборник Е.Железновой. «Ритмическая мозаика», «Топ –хлоп, малыш!» под ред. А.И. Бурениной).

Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих приемов, методов, форм, технологий:

- комплексы упражнений по профилактике нарушений зрения В.Ф. Базарного (Приложение №);
- комплексы по профилактике нарушений осанки (Приложение №);
- дыхательная гимнастика (Приложение №);
- Су Джок (Приложение №);
- Методика И.П. Стрельниковой (Приложение №).

2.9. Работа с педагогами

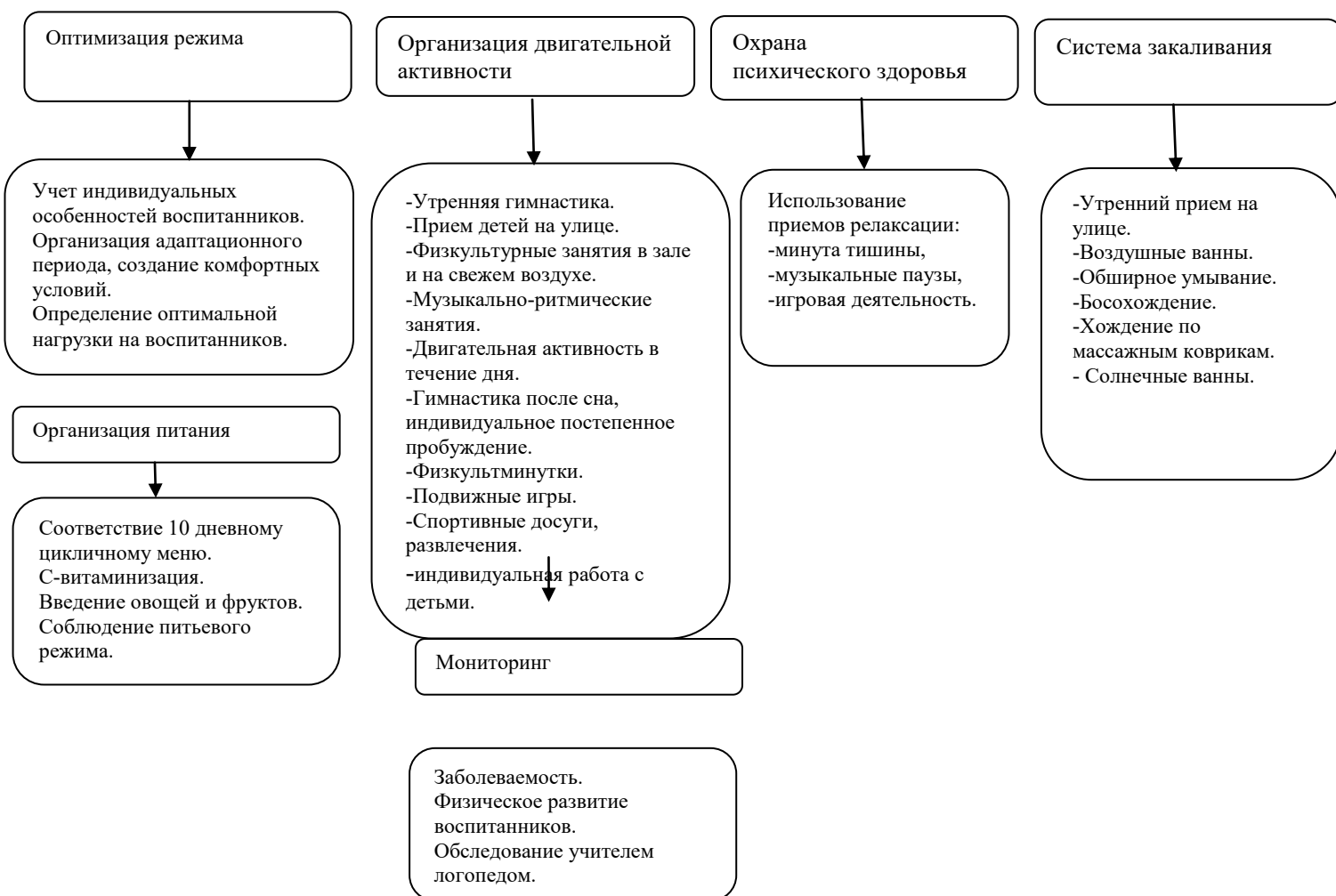
Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей во время пребывания в дошкольной организации, формирование у педагогов ответственного отношения к здоровому образу жизни.

Организация работы с педагогическими кадрами в ДОУ.

Форма организации работы	Содержание работы	Ответственные
Ознакомление педагогов с нормативно -правовыми материалами	Выбор основных направлений работы с детьми по физическому развитию, сохранению и укреплению здоровья.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель
Педсоветы	Воспитание активной жизненной позиции личности ребенка в сохранении и укреплении здоровья. Организация оздоровительной работы образовательного учреждения . Создание условий для реализации программы по здоровьесбережению в группе. Взаимодействие всех участников образовательного процесса по укреплению и сохранению здоровья воспитанников.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель
Педагогические часы	Адаптационный период в ДОУ. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Закаливающие процедуры. Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель
Семинары – практикумы	Использования физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение дня. Роль воспитателя в физическом развитии и оздоровлении детей.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель
Повышение профессионального мастерства	Курсы повышения квалификации. Городские методические объединения. Мастер – классы. Проведение семинаров, консультаций	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель

	здоровьесберегающей направленности с приглашением специалистов.	
Открытые просмотры	«Физкультурное занятие в здании и на свежем воздухе». «Организация двигательной активности в течение дня» «Формы и методы закаливания детей дошкольного возраста». «Использование здоровьесберегающих технологий в течение дня.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель
Контроль: - Тематический контроль - Оперативный контроль - Индивидуальная работа с педагогом.	Анализ состояния работы ДОУ по физическому воспитанию и оздоровлению дошкольников. Анализ эффективности проведения занятий по физическому развитию. Организация двигательной активности во время проведения прогулок. Организация закаливания. Организация качественного и безопасного питания воспитанников. Создание развивающей среды по Физкультурно- оздоровительному направлению. Индивидуальное консультирование педагогов по вопросам физического развития и оздоровления дошкольников. Наставничество.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель
Школа молодого педагога	Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах формирования здорового ребенка в условиях инновационного ДОУ.	Ст. воспитатель Воспитатель
Организация работы творческих групп по вопросам здоровьесбережения	Выявление и распространение положительного педагогического опыта по вопросам сохранения и укрепления здоровья всех участников воспитательно-образовательного процесса в ДОУ	Ст. воспитатель Воспитатель
Приобретение методической литературы, организация подписки на периодические издания	Оснащение воспитателей методическими пособиями и рекомендациями по внедрению здоровьесберегающих технологий в ДОУ.	Заведующий ДОУ Зам. заведующего ДОУ Ст. воспитатель Воспитатель

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения



Организационные методические мероприятия:

- ✓ Знакомство и внедрение в практику работы ДОО 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.
- ✓ Организация работы по уменьшению детского травматизма и отравлений.
- ✓ Пропаганда здорового образа жизни.
- ✓ Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

2.10.Работа с родителями

Основной принцип единства ДОО с семьей.

Воспитать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, культурно-гигиенических процедур.

Поэтому очень важно ДОО оказывать необходимую помощь родителям, привлекать их к участию в совместных физкультурных мероприятиях: физкультурные досуги и праздники, походы, развлечения, дни открытых дверей.

Цель – создание единой системы взаимодействия педагогов и родителей в области приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

Педагоги ДОО используют в своей работе следующие формы и методы работы с семьей:

Интерактивная форма:

- ✓ анкетирование;
- ✓ интервьюирование;
- ✓ дискуссия;
- ✓ круглые столы;
- ✓ консультации специалистов.

Традиционная форма:

- ✓ родительские собрания;
- ✓ заседания родительского клуба;
- ✓ спортивные соревнования;
- ✓ акции «мы –за здоровый образ жизни»;
- ✓ вечера развлечений.

Просветительская форма:

- ✓ использование СМИ для освещения деятельности ДОО по формированию ЗОЖ у детей;
- ✓ организация семинаров-практикумов «Здоровая семья»;
- ✓ выпуск буклетов, информационных листков;
- ✓ оформление информационных стендов «Здоровье»;
- ✓ информирование на сайте ДОО и по E-mail.

Общественная форма:

- ✓ постоянная деятельность комиссии общественного контроля за организацией качественного и безопасного питания.

Перспективный план взаимодействия ДОО с родительской общественность

Форма организации работы	Содержание работы	Ответственные
Консультации	Повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.	Зам. заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
Анкетирование	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их компетентности по вопросам здоровьесбережения.	Зам. заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
Совместные фотовыставки	Совершенствование взаимодействия детского сада и семьи в процессе социального развития через совместное творчество. Формирование у родителей интереса к работе детского сада через совместное творчество взрослого и ребенка. Совершенствование компетентности родителей в вопросах физкультурно-оздоровительной работы через тематические выставки в ДОУ.	Ст. воспитатель Воспитатели
Совместные досуги, развлечения	Формирование у родителей основ валеологической грамотности через знакомство с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду и в семье, обучение основным методам профилактики детской заболеваемости (разнообразным приемам закаливания, массажа, дыхательной гимнастики, ОРУ).	Ст. воспитатель Воспитатели Инструктор по физической культуре
Родительские собрания	Объединение усилий в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников и формирования представления об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих. Формирование педагогически обоснованной позиции родителей в отношении воспитания ребенка. Разработка направлений и форм взаимодействия дошкольного учреждения и семьи по сохранению и укреплению здоровья дошкольников и выработки понимания значимости здоровья в перспективе жизни.	Ст. воспитатель Воспитатели
Семинары-практикумы	Взаимодействие всех участников образовательного процесса ДОУ и родителей	Зам. заведующего Ст. воспитатель Воспитатели

	по вопросам укрепления и сохранения здоровья воспитанников	
День открытых дверей «Неделя здоровья»	Формировать у родителей сознательную установку на здоровый образ жизни. Закрепить знания родителей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха.	Зам. заведующего Ст. воспитатель Воспитатели

2.11. Взаимодействие ДОО с социумом в области здоровьесбережения воспитанников:



Ведётся совместная работа со специалистами городской детской поликлиники:

- периодические осмотры детей врачом-педиатром,
- периодические осмотры врачами-стоматологами.

В ДОО работает 1 медицинская сестра на основании договора «О медицинском обслуживании воспитанников».

Функциональные обязанности медицинского работника включают в себя:

- ✓ оказывать первичную медико-санитарную помощь воспитанникам ДОО;
- ✓ осуществлять необходимое медицинское обслуживание воспитанников ДОО;
- ✓ проводить в ДОО профилактические мероприятия в рамках формирования здорового образа жизни и профилактики травматизма;
- ✓ доводить до сведения родителей результаты медицинских осмотров.

В ДОО проводятся профилактические оздоровительные мероприятия:

- ✓ Витаминотерапия.
- ✓ Рациональное питание
- ✓ Овощи, фрукты, отвар шиповника.
- ✓ Закаливание в соответствии с возрастом.
- ✓ Контроль физиологического созревания (антропометрия 2 раза в год).
- ✓ Прогулки на свежем воздухе.
- ✓ Витаминизация третьего блюда.

- ✓ Утренняя гимнастика.
- ✓ Последовательная адаптация к ДОУ.
- ✓ Кварцевание и ионизация воздуха групп бактерицидным рециркулятором «Дезар».

Медико–педагогический контроль в ДОУ осуществляется регулярно и позволяет вносить необходимые изменения и дополнения в систему работы. Главными задачами медико-педагогического контроля являются:

- ✓ изучение санитарно-эпидемиологического состояния помещений и территории ДОУ;
- ✓ контроль за организацией образовательного процесса, физического воспитания в соответствии с нормами и требованиями СанПиН;
- ✓ обеспечение полноценного питания как фактора роста и развития детского организма;
- ✓ контроль за состоянием здоровья детей.

Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с социумом города по вопросам здоровьесбережения





-информационная поддержка физкультурно-оздоровительной работы ДОУ через организацию индивидуального, группового информирования педагогов;
- помощь педагогам в организации работы ДОУ по формированию здорового образа жизни детей посредством библиотечных форм работы

2.12.Мониторинг здоровья детей

Основной характеристикой качества дошкольного образования является состояние здоровья воспитанников дошкольного учреждения. Для 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 нарушения в их здоровье.

Изучение состояния здоровья воспитанников в Доу осуществляется воспитателем, инструктором по физической культуре и медицинским работникам (согласно договора), которые определяют уровень физического развития на основе антропометрических данных и группу физического здоровья, отслеживают заболеваемость детей, виды заболевания.

Оценка состояния здоровья детей проводится на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров. Без информации о ходе промежуточных результатов процесс управления здоровьесбережением невозможен.

Данный подход к отслеживанию развития детей, позволяет:

- ✓ осуществлять целостный подход к выявлению уровня развития детей;
- ✓ планомерно и целенаправленно отслеживать уровень развития и состояния здоровья каждого ребенка;
- ✓ своевременно выявлять проблемы в развитии воспитанников ДОУ;
- ✓ своевременно и целенаправленно осуществлять коррекционную помощь воспитанникам.

Оценка состояния здоровья воспитанников включает в себя следующие показатели:

Анализ заболеваемости в ДОУ

№	Показатели	2019 - 2020 учебный год	2020 - 2021 учебный год	2021 – 2022 учебный год
1.	Общая заболеваемость (случаи)			
	Простудная заболеваемость (случаи)			
	Инфекционная заболеваемость (случаи)			
	Прочая заболеваемость (случаи)			

	Травмы			
2.	Простудная заболеваемость, в % от общей			
3.	% часто болеющих детей			
4.	% детей с хроническими заболеваниями			
5.	Группы здоровья:			
	I			
	II			
	III			
	IV			

Статистика случаев заболевания за период с 2020 по 2023 г.

Вид заболевания	Количество случаев заболевания				
	2019 г.	2020 г.	2021 г.	2022 г.	2023 г.
	Всего:	Всего:	Всего:	Всего:	Всего:
Инфекционные					
Органов дыхания					
Органов пищеварения					
Болезни глаз					
Болезни уха					
Болезни почек					
Бытовые травмы					
Прочие					

Данные о количестве детей, состоящих на диспансерном учёте (чел.)

Медицинские специалисты	2019г.	2020г.	2021г.	2022г.	2023г.
Фтизиатр					
Окулист					
Невропатолог					
Психиатр					
ЛОР					
Хирург					
Ортопед					
ЧДБ					
Педиатр					

Количество карантинных заболеваний

Заболевание	Количество случаев		
	2020 год	2021 год	2022 год
Ветрянка			
ОРЗ			
ОКИНЭ+ Энтеровирусная инфекция			

Показатели физического развития воспитанников ДОУ

Годы	большинство компонентов недостаточно развиты	отдельные компоненты не развиты	соответствует возрасту	высокий
2020-2021				
2021-2022				
2022-2023				

Средние показатели физического развития воспитанников

ПОКАЗАТЕЛИ	ПО Л	ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ				
		3 ГОДА	4 ГОДА	5 ЛЕТ	6 ЛЕТ	7 ЛЕТ
Быстрота (сек)						
Бег на 30 м	М	11.0 - 9.0	10.5 - 8.8	9.2 - 7.9	8.4 - 7.6	8.0 - 7.4
	Д	12.0 – 9.5	10.7 – 8.7	9.8. – 8.3	8.9 – 7.7	8.7 – 7.3
Динамометрия (кг)						
Сила кисти правой руки	М	3.4 – 6.2	3.9 – 7.5	6.5 – 10.3	9.6 – 14.4	11.6 – 15.0
	Д	2.6 – 5.0	3.1 – 6.0	4.9 – 8.7	7.9 – 11.9	9.4 – 14.4
Сила кисти левой руки	М	3.1 – 5.5	3.5 – 7.1	6.1 – 9.5	9.2 – 13.4	10.5 14.1
	Д	2.5 – 4.9	3.2 – 5.6	5.1 – 8.7	6.8 – 11.6	8.6 13.2
Скоростно-силовые качества (см)						
Прыжок в длину с места	М	47.0 – 67.5	53.5 – 76.6	81.2 – 102.4	86.3 – 108.7	94.0 – 122.4
	Д	45.0 – 49.0	51.1 – 73.9	66.0 – 94.0	77.7 – 99.6	80.0 – 123.0
Прыжок в высоту с места	М	-	-	20.2 – 25.8	21.1 – 26.9	23.8 – 30.2
	Д	-	-	20.4 – 25.6	20.9 – 27.1	22.9 – 29.1
Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из ИП стоя	М	119-157	117-185	187-270	221-303	242-360
	Д	97-133	97-178	138-221	156-256	193-311

Метание мешочка с песком вдаль правой рукой	М	1.8 – 3.6	2.5 – 4.1	3.9 – 5.7	4.4 – 7.9	6.0 – 10.0
	Д	1.5 – 2.3	2.4 – 3.4	3.0 – 4.4	3.3 – 4.7	4.0 – 6.8
Метание мешочка с песком вдаль левой рукой	М	2.0 – 3.0	2.0 – 3.4	2.4 – 4.2	3.3 – 5.3	4.2 – 6.8
	Д	1.3 – 1.9	1.8 – 2.8	2.5 – 3.5	3.0 – 4.7	3.0 – 5.6
<i>Гибкость (см)</i>						
Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке	М	-	1 - 4	2 - 7	3 – 6	-
	Д	-	3 - 7	4 - 8	4 - 8	-
• Выносливость						
Бег на 90 м	М,Д	-	-	30.6 – 25.0	-	-
Бег на 120 м	М,Д	-	-	-	35.7 – 29.2	-
Бег на 150 м	М,Д	-	-	-	-	41.2 – 33.6
<i>Ловкость (сек)</i>						
Бег на 10 м между предметами	М	-	8.5 – 8.0	7.2 – 5.0	5.0 – 1.5	-
	Д	-	9.5 – 9.0	8.0 – 7.0	6.0 – 5.0	-
<i>Статистическое равновесие (сек)</i>						
Удержание равновесия на одной ноге	М	-	3.3 – 5.1	7.0 – 18.0	40 - 60	-
	Д	-	5.2 – 8.1	9.4 – 14.2	50 - 60	-

3.Организационный раздел

3.1.Материально-техническое обеспечение программы

Программное обеспечение:

- ✓ «Ритмическая мозаика» под ред. А.И. Бурениной (в средних, старших и подготовительных группах);
- ✓ «Топ –хлоп, малыш!» под ред. А. И. Бурениной. (младший дошкольный возраст);

Ресурсное обеспечение оздоровительной работы в ДОУ (с учетом климатических условий Крайнего севера):

- ✓ спортивный зал, оборудован необходимым оборудованием для проведения НОД;
- ✓ физкультурные уголки в группах;
- ✓ спортивная площадка, для физического развития воспитанников;
- ✓ игровые площадки для двигательной активности детей на прогулке;
- ✓ групповые прогулочные участки.

Социальное окружение:

- ✓ дворец спорта;
- ✓ лесополоса;
- ✓ рябиновый бульвар.

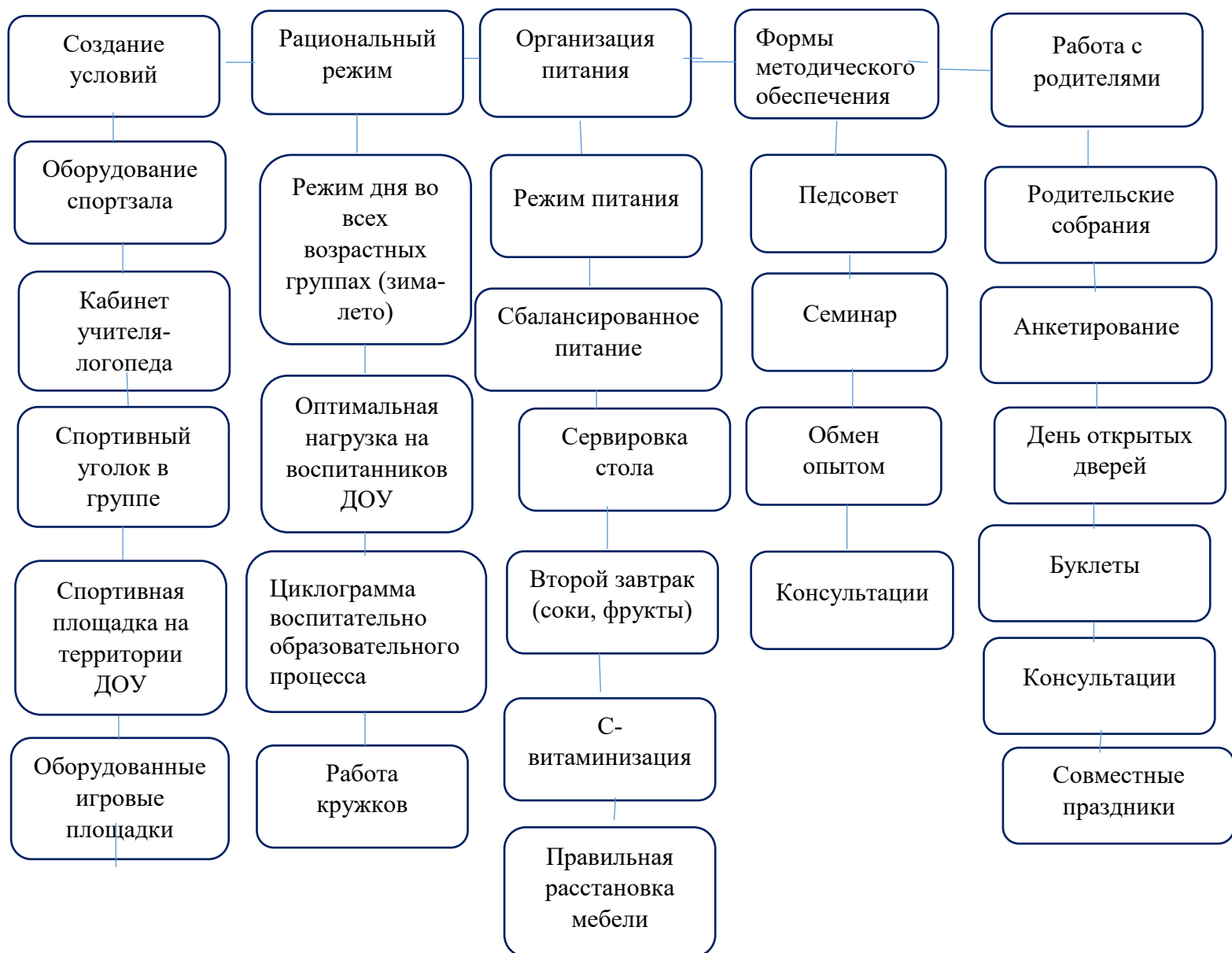
Технические средства обучения:

- ✓ музыкальный центр;
- ✓ аудиосистема
- ✓ мультимедийное устройство;

Методические материалы:

- ✓ перспективные планы проведения занятий по физической культуре на учебный год;
- ✓ конспекты НОД;
- ✓ комплексы утренних гимнастик;
- ✓ сценарии развлечений, соревнований, эстафет;
- ✓ аудио, видеоматериалы по формированию навыков здорового образа жизни; консультации для воспитателей и родителей;
- ✓ материалы стендов и папок-передвижек;
- ✓ комплекты игр по физическому воспитанию (подвижные, малоподвижные, хороводные);
- ✓ плакаты и наборы иллюстративного материала;
- ✓ картотека прогулок по всем возрастным группам.

Организационно-методическое и материальное обеспечение оздоровления детей.



Литература

1. Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка» М, 1993 г.
2. Антонов Ю. Е. «Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии 21 века», «Аркти» М. , 2001 г.
3. Егоров Б.Б. Актуальные проблемы здоровья детей дошкольного возраста// дети России образованы и здоровы: материалы 7 всероссийской научно-практической конференции г. Москва, 16-17 апреля 2009г. – М.:2009. С.233-235.
4. Гончарук Г.Н. «Игровая физкультура». – СПб, 2000.
5. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. М.: Мозаика-Синтез, 2000. 256с.
6. Ефименко Н.Н. «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». – М., 1999.

Приложение