

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.БЕРЕЗОВКА»
ЭНГЕЛЬСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «СОШ с. Березовка»
/И. Ю. Шиш/



Программа «Здоровье»
МОУ «СОШ с. Березовка»
(структурное подразделение – детский сад
с. Красноармейское)
Энгельсского муниципального района
Саратовской области
на 2023 – 2026 г. г.

СОДЕРЖАНИЕ:

| | |
|---|----|
| 1. Пояснительная записка | 2 |
| 1.1. Цели и задачи программы | 3 |
| 1.2. Законодательно-нормативное обеспечение программы | 3 |
| 1.3. Объекты программы | 4 |
| 1.4. Основные принципы программы | 4 |
| 1.5. Основные направления программы | 4 |
| 1.6. Временные рамки и основные этапы реализации программы | 5 |
| 2. Разделы программы | 5 |
| 2.1. Материально-технические условия | 5 |
| 2.2. Работа с детьми | 7 |
| 2.2.1. Полноценное питание | 9 |
| 2.2.2. Система эффективного закаливания | 10 |
| 2.2.3. Организация рациональной двигательной активности | 11 |
| 2.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей | 13 |
| 2.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни | 14 |
| 2.2.6. Лечебно-профилактическая работа | 15 |
| 2.2.7. Летняя оздоровительная работа | 15 |
| 2.3. Работа с педагогами | 15 |
| 2.4. Работа с родителями | 16 |
| 2.5. Ожидаемые результаты реализации программы | 18 |
| 3. Кадровое обеспечение программы | 18 |
| 4. Социальный эффект от реализации программы | 19 |
| 3. Приложения | 20 |

Программа «Здоровье» разработана коллективом (структурного подразделения с.Красноармейское) в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОУ, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

1. Пояснительная записка

Программа «Здоровье» (далее - Программа) разработана педагогическим коллективом ДОУ (структурное подразделение с.Красноармейское) Энгельсского муниципального района Саратовской области (далее - Учреждение).

Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни (*по определению Всемирной организации здравоохранения*). Поскольку понятие «здоровье» определяется как физическое, психическое и социальное благополучие человека, такая трактовка поднимает роль решения вопросов, связанных со здоровьем детей совершенно на новый уровень.

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д.Маханевой, В.Г.Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора или планшета, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы нашего детского сада, является сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Педагогический коллектив дошкольного учреждения четко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДОУ прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Программа «Здоровье» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно - методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- материально - техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ (занятия, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Разрабатывая программу «Здоровье», мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровления и физического воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровье», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения - это комплексная система воспитания ребёнка - дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей. Наша программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребёнка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

1.1. Цель и задачи Программы

Основной целью внедрения данной программы является обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников ДОУ и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

Настоящая программа призвана обеспечить единство образовательных, социальных и медицинских мер в рамках пребывания ребёнка в ДОУ. Программа регулирует деятельность медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

- Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
- Внедрить здоровьесберегающие технологии в образовательный процесс дошкольного образовательного учреждения.
- Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей, потребности вести здоровый образ жизни.
- Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и ДОУ на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.

1.2. Законодательно-нормативное обеспечение программы

Программа разработана на основании нормативно - правовых документов, действующих в сфере образования, локальных актов Учреждения:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384);
- СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» 2.3-2.4.3590-20;

- Письмо Минобразования РФ от 14 марта 2000 г. № 65/23-16 «О направлении инструктивно-методического письма "О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Приказа Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003г.;
- Устав МОУ «СОШ с. Березовка» ;
- Положение об организации питания воспитанников структурного подразделения ;
- Положение о летней оздоровительной работе ДОУ .

1.3. Объекты программы:

- Воспитанники структурного подразделения с.Красноармейское;
- Педагогический коллектив;
- Родители (законные представители) воспитанников, посещающих ДОУ.

1.4. Основные принципы программы:

- *научности* (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками)
- *доступности* (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- *активности* (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- *сознательности* (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- *систематичности* (реализация лечебно - оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- *целенаправленности* (подчинение комплекса медико - педагогических воздействий четко определенной цели);
- *оптимальности* (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

1.5. Основные направления программы:

Профилактическое:

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

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- 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 здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей;

1.6. Временные рамки и основные этапы реализации программы.

I этап. 2023-2024гг. - организационно-мотивационный.

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

II этап. 2024-2025 гг. - основной.

Реализация основных направлений деятельности ДОО по здоровьесбережению.

III этап. 2025-2026 гг. - итогово-аналитический.

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

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

2. Разделы программы.

Программа реализуется через следующие разделы:

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

2.1. Материально-технические условия

Модель образовательного пространства ДОО

| | |
|------------------------------|---|
| Кабинет директора | Индивидуальные консультации, беседы с педагогическим, медицинским, обслуживающим персоналом и родителями: <ul style="list-style-type: none">• создание благоприятного психоэмоционального климата для работников ДОО и родителей;• просветительская работа с родителями по вопросам воспитания и развития детей. |
| Методический кабинет | Библиотека для педагогов, выставки, методические пособия, видеотека - открытые занятия, утренники и пр.: <ul style="list-style-type: none">• повышение профессионального уровня педагогов;• обеспечение наглядности педагогического процесса. |
| Кабинет педагога - психолога | Индивидуальная и подгрупповая непосредственно образовательная деятельность с детьми, консультативная работа с педагогами и родителями: <ul style="list-style-type: none">• коррекционная работа с детьми;• развитие эмоционально - волевой сферы ребёнка, формирование положительных личностных качеств, развитие психических процессов, деятельности и поведения детей. |
| Музыкальный зал | Праздники, досуги, непрерывная образовательная деятельность, индивидуальная работа: <ul style="list-style-type: none">• художественно-эстетическое развитие детей, развитие их музыкальных способностей, эмоционально - волевой сферы. |

| | |
|--|--|
| Физкультурный зал | Утренняя гимнастика, непрерывная образовательная деятельность, спортивные праздники, досуги: <ul style="list-style-type: none"> • укрепление здоровья детей, приобщение к здоровому образу жизни, развитие способности к восприятию и передачи движений. |
| Медицинский блок | Осмотр детей, консультации старшей медсестры, оказание первой помощи детям и сотрудникам: <ul style="list-style-type: none"> • профилактическая, оздоровительная работа с детьми, • просветительская работа с родителями и работниками ДОУ. |
| Комплекс обеспечения жизнедеятельности ДОУ | <ul style="list-style-type: none"> - кабинет старшего воспитателя; - пищеблок; - электрощитовая; - прачечная; - подсобные помещения. |
| Групповые помещения | Коррекционно - развивающая, воспитательно - образовательная, оздоровительная работа. Зоны для решения воспитательно - образовательных и коррекционных задач: <ul style="list-style-type: none"> • уголок для ролевых игр, настольно - печатных; • книжный уголок; • уголок основ безопасности жизнедеятельности; • выставка, мини-музей (изделий народных мастеров и т. д.); • уголок природы (наблюдений за природой); • спортивный уголок; • игровой уголок (с игрушками, строительным материалом); • уголки для разнообразных видов самостоятельной деятельности детей - конструктивной, изобразительной, музыкальной и театрализованной; • уголок познавательного развития |
| Приемная | Индивидуальные беседы с родителями, размещение наглядной информации для родителей, ознакомление родителей и детей с результатами детской деятельности: <ul style="list-style-type: none"> • выставка (творческих работ воспитанников: детского рисунка, детского творчества, и т. д.); • уголок для родителей; • библиотека педагогической литературы; • уголок выносного материала для улицы; • методические рекомендации по вопросам воспитания. |
| Коридоры и лестничные пролеты | Выставки детских работ, выставка репродукций картин русских художников, знакомство с родным селом, государственной символикой, фоторепортажи с мероприятий структурного подразделения с.Красноармейское: <ul style="list-style-type: none"> • патриотическое воспитание детей и родителей; • эстетическое воспитание детей и родителей; • экологическое воспитание детей и родителей; • педагогическое просвещение родителей. |
| Участки ДОУ | Прогулки, игровая деятельность, физкультура, досуги, праздники, обучение детей безопасному поведению на улице (ПДД), самостоятельная двигательная активность детей: <ul style="list-style-type: none"> • развитие познавательной, трудовой деятельности, <ul style="list-style-type: none"> • физическое развитие и оздоровление детей; • обучение безопасной жизнедеятельности; • экологическое воспитание. |

| | |
|---------------------|---|
| Спортивная площадка | Утренняя гимнастика, непосредственно образовательная деятельность (на свежем воздухе), спортивные праздники, самостоятельная двигательная активность детей: <ul style="list-style-type: none"> • оборудование для игры в баскетбол и волейбол; • гимнастический комплекс; |
|---------------------|---|

2.2. Работа с детьми

Критерием эффективности лечебно-оздоровительной работы Учреждения служит улучшение состояния здоровья детей. Оценку состояния здоровья детей проводят на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров.

Без информации о ходе промежуточных результатах, без постоянной обратной связи процесс управления здоровьесбережением невозможен. Первой, важнейшей составной частью системы мониторинга в ДОУ, определено состояние здоровья воспитанников. Данная система включает в себя два аспекта:

- медицинский;
- психолого-педагогический.

Все аспекты содержат составные части, касающиеся вопросов здоровья. Полученные данные заносятся в диагностические таблицы и листы здоровья, отражающие уровень физического развития и здоровья детей и хранятся на протяжении всего периода посещения ребенком Учреждения.

Сбор информации осуществляется следующими методами:

- осмотр детей;
- наблюдение за деятельностью ребенка и анализ его результатов;
- изучение и анализ документов;
- определение компетентности детей с последующим анализом результатов;
- тестирование и анализ результатов.

Первый аспект - медицинский, направлен на оценку и изучение состояния здоровья детей, осуществляется медицинскими работниками. Показатели здоровья включают в себя: группу физического здоровья на основе анамнеза; группу физического развития на основе антропометрических данных; разделение детей на группы для занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная).

Оценку физического развития детей проводят 2 раза в год (осень, весна) по данным антропометрических показателей (длина и масса тела) и для детей дошкольного возраста дополняют результатами тестирования физической подготовленности.

Состояние здоровья каждого ребенка оценивается комплексно с учетом уровня достигнутого физического и нервно-психического развития, острой заболеваемости за год, предшествующий осмотру, наличия или отсутствия в момент обследования хронических заболеваний и частоты их обострения, уровня функционального состояния основных систем организма.

Второй аспект - психолого-педагогический направлен на выявление развития ребенка по следующим показателям: социально-эмоциональное благополучие; сформированности у детей компетентности в области здоровьесбережения и включает в себя:

- уровень физической подготовленности детей - отслеживается инструктором по физической культуре в начале и в конце года.
- уровень усвоения детьми раздела образовательной программы дошкольного образования по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и формированию основ безопасности;
- создание условий для полноценного психического развития ребенка;

- уровень усвоения детьми раздела образовательной программы дошкольного образования «Познавательное развитие»: «Развитие представлений об окружающем мире и о себе»;
- отслеживается воспитателями посредством педагогической диагностики;
- уровень овладения культурно-гигиеническими навыками - отслеживается воспитателями ежедневно в ходе режимных моментов при помощи метода наблюдения.

Основные формы и методы работы с детьми

| № | Формы и методы | Содержание |
|-----|-----------------------------------|--|
| 1. | Обеспечение здорового ритма жизни | - щадящий режим (адаптационный период); - гибкий режим. |
| 2. | Физические упражнения | - утренняя гимнастика; - физкультурно-оздоровительные занятия; - подвижные и динамические игры; - спортивные игры; - пешие прогулки (походы, экскурсии). |
| 3. | Гигиенические и водные процедуры | - умывание; - мытье рук; - обеспечение чистоты среды; - занятия с водой (центр вода и песок); |
| 4. | Свето-воздушные ванны | - проветривание помещений; - сон при открытых фрамугах; - прогулки на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха. |
| 5. | Активный отдых | - развлечения, праздники; - игры-забавы; - дни здоровья. |
| 6. | Фитотерапия | - витаминизация напитков. |
| 7. | Диетотерапия | - рациональное питание. |
| 8. | Светотерапия | - обеспечение светового режима. |
| 9. | Музтерапия | - музыкальное сопровождение режимных моментов; - музыкальное оформление фона занятий; - музыкально-театральная деятельность. |
| 10. | Спецзакаливание | - дыхательная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - игровой массаж. |
| 11. | Пропаганда здорового образа жизни | - экологическое воспитание; - курс бесед; - специальные занятия. |

2.2.1. Полноценное питание

В комплексе с другими здоровьесберегающими факторами питание является основой для физического и нервно-психического развития детей, повышения сопротивляемости организма к заболеваниям.

Основные принципы организации рационального питания детей в Учреждении:

- обеспечение поступления всех основных пищевых веществ в количествах, отвечающим физиологическим потребностям детского организма;
- соблюдение определенного режима питания;
- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов;
- также создание условий для эстетического и культурно-гигиенического развития детей.

1. На основе *примерного перспективного десятидневное меню* медицинским работником составляется ежедневное меню на неделю вперед, что обеспечивает:

- правильное сочетание блюд в рационе;
- разнообразие в диете, и повышение усвоения отдельных продуктов;
- распределение калорийности питания в течение суток;
- строгое соответствие объема пищи возрасту ребенка. Пища должна не только удовлетворять потребностям растущего организма и вызывать чувство насыщения, но и соответствовать возрастной емкости желудка. Объемы разовых порций и суточный объем пищи нормированы для детей каждой возрастной группы;
- для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

2. *Организация режима питания:*

- режим является одним из основных условий, обеспечивающих рациональное питание;
- режим строится с учетом 12-часового пребывания детей в Учреждении, при организации 5 разового питания;
- график выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не уже остывшую пищу. Горячие блюда (супы, соусы, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60...+65°C; холодные закуски, салаты, напитки - не ниже +15°C;
- правильно организованный режим обеспечивает лучшее сохранение аппетита.

3. *Картотека технологий приготовления блюд обеспечивает:*

- сбалансированность и разнообразие рациона;
- соблюдение правил приготовления пищи и различных способов их кулинарной обработки;
- приготовление из одного продукта широкого ассортимента блюд.

4. *Эстетические и культурно-гигиенические условия развития детей:*

- умение вкусно приготовить, и красиво оформить блюда перед подачей их детям - немаловажное требование, предъявляемое к работникам пищеблока;
- создание доброжелательной и комфортной атмосферы для приема пищи;
- сервировка стола, эстетика, а также внешний вид готовых блюд способствует поддержанию хорошего аппетита у детей, создает положительное отношение к еде и вызывает желание сесть за стол;
- воспитание у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;
- привитие дошкольникам вкуса к здоровой и полезной пище.

2.2.2. Система эффективного закаливания

Большое значение в Учреждении придается методам неспецифической профилактики, повышающим защитные механизмы организма. Среди этих методов ведущим является закаливание, под которым понимается комплекс оздоровительных мероприятий, повышающих устойчивость организма инфекционным заболеваниям, к неблагоприятным средовым и, в первую очередь, метеорологическим воздействиям путем тренировки механизмов терморегуляции, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка. В дошкольном учреждении используются методы закаливания, абсолютно безвредные для всех детей.

| Характер действия | Метод | Методика | Противопоказания |
|--|--|---|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Воздух (температурное воздействие на организм) | Утренняя гимнастика | Гимнастика в облегченной одежде при открытой фрамуге. | Медицинский отвод после болезни |
| | Прогулка | Прогулка на свежем воздухе в любую погоду в одежде по сезону. | Нет |
| | Сон без маек при открытых фрамугах | Учет физического и соматического состояния ребенка; не допускать сквозного потока холодного воздуха. | Температура воздуха в спальне ниже 19- 20°C |
| | Воздушные контрастные ванны. Ленивая гимнастика после дневного сна | Использование разницы температур (под одеялом, без одеяла; в спальне, в групповой комнате). Использование «дорожек здоровья» (сухая дорожка, массажные коврики) не мене 15 мин. в день. | Температура воздуха ниже нормы. Наличие противопоказаний. Учет физического и соматического здоровья. |
| Вода (температурные и механические раздражающие воздействия на кожу, органы обоняния, дыхательную систему) | Полоскание рта кипяченой водой | Постепенное обучение, полосканию рта, начиная с младшей группы. | Аллергическая восприимчивость |
| | Обширное умывание. Туалет носа | Постепенное обучение, элементам обширного умывания, начиная от кончиков пальцев до локтя, плеча, шеи с переходом к подбородку, и умыванию лица. Процедура проводится 1 раз после сна. Освободить носовой ход от скапливающейся слизи, промыть проточной водой. | Температура воздуха ниже нормы. Наличие медицинских отводов Нет |

| | | | |
|--|---|--|--|
| Солнце (общее температурное воздействие на организм) | Прогулка. Солнечные ванны. Световоздушные ванны | Использование ослабленного влияния атмосферы (раннее утро, после полудня). Проведение солнечных ванн в облачные дни. Использование отраженных лучей (в тени). Изменение площади открытой поверхности кожи подбором одежды. Изменение продолжительности процедуры. | Лихорадочные состояния, хронические заболевания, температура выше 30°C |
|--|---|--|--|

2.2.3. Организация рациональной двигательной активности

Большое значение при занятиях по физической культуре уделяется дозированию физической нагрузки, которая должна быть адекватна состоянию здоровья ребенка и его психомоторному развитию. Дозированная физическая нагрузка дает возможность осуществлять дифференцированный подход к детям, перенесшим различные заболевания, имеющим постоянные или временные отклонения в состоянии здоровья.

| № п/п | Виды деятельности | Продолжительность Объем нагрузки | |
|--|--|----------------------------------|---|
| <i>1. Физкультурно -оздоровительные занятия</i> | | | |
| 1.1 | Утренняя гимнастика | 10-12 мин. | Ежедневно на открытом воздухе или в зале |
| 1.2 | Физкультминутки | 3-5 мин. | Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания непрерывной образовательной деятельности |
| 1.3 | Двигательная разминка | 7-10 мин. | Ежедневно после непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз) |
| 1.4 | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 15-30 мин. | Ежедневно во время утренней прогулки (проводится по подгруппам, с учетом двигательной активности) |
| 1.5 | Оздоровительный бег | 3-7 мин. | Ежедневно во время утренней прогулки |
| 1.6 | Индивидуальная работа по развитию движений | 12-15 мин. | Ежедневно во время вечерней прогулки |
| 1.7 | Бодрая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами | 10-15 мин. | Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей |
| <i>2. Непрерывная образовательная деятельность</i> | | | |

| | | | |
|--|--|------------|--|
| 2.1 | Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре | 15-30 мин. | 2 раза в неделю в зале |
| 2.2 | Спортивные игры и упражнения на воздухе | 15-30 мин. | 1 раз в неделю на улице |
| <i>3. Физкультурные праздники и развлечения</i> | | | |
| 3.1 | Неделя здоровья | - | 1 раз в год (первые недели сентября) |
| 3.2 | Физкультурный досуг | 20-40 мин. | 1 раз в месяц (проводится по группам) |
| 3.3 | Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе | 20-40 мин. | 2-3 раза в год (проводится по группам) |
| 3.4 | Спортивные игры- соревнования | 60 мин. | 1-2 раза в год на воздухе или в зале |
| <i>4. Совместная физкультурно - оздоровительная работа ДОУ и семьи</i> | | | |
| 4.1 | Участие родителей в физкультурно - оздоровительных мероприятиях ДОУ | | 2-3 раза в год |
| 4.2 | Двигательная разминка | 7-10 мин. | Ежедневно после непрерывной образовательной деятельности (с преобладанием статических поз) |
| 4.3 | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 15-30 мин. | Ежедневно, во время утренней прогулки (проводится по группам) |
| 4.4 | Оздоровительный бег | 3-7 мин. | Ежедневно во время утренней прогулки |
| 4.5 | Индивидуальная работа по развитию движений | 12-15 мин. | Ежедневно во время вечерней прогулки |
| 4.6 | Бодрящая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами | 10-15 мин. | Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей |
| <i>2. Непрерывная образовательная деятельность</i> | | | |
| 2.1 | Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре | 15-30 мин. | 2 раза в неделю в зале |
| 2.2 | Спортивные игры и упражнения на воздухе | 15-30 мин. | 1 раз в неделю на улице |
| <i>3. Физкультурные праздники и развлечения</i> | | | |
| 3.1 | Неделя здоровья | - | 1 раз в год (первые недели сентября) |
| 3.2 | Физкультурный досуг | 20-40 мин. | 1 раз в месяц (проводится по группам) |
| 3.3 | Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе | 20-40 мин. | 2-3 раза в год (проводится по группам) |
| 3.4 | Спортивные игры- соревнования | 60 мин. | 1-2 раза в год на воздухе или в зале |
| <i>4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</i> | | | |

| | | | |
|-----|---|--|----------------|
| 4.1 | Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях ДОУ | | 2-3 раза в год |
|-----|---|--|----------------|

2.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей

Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырёхразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и другие.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

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

Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Достаточный по продолжительности дневной сон детей.

Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Санитарно - просветительская работа с сотрудниками и родителями.

2.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни.

В ДОУ необходимо создать условия, позволяющие ребенку планомерно накапливать опыт ведения здорового образа жизни и безопасного поведения.

Задача воспитателя заключается в том, чтобы дать детям необходимую сумму знаний об общепринятых человеком нормах поведения, научить адекватно, осознанно действовать в той или иной обстановке, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в парке, в транспорте и развить у дошкольников самостоятельность и ответственность.

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

1. привитие стойких культурно - гигиенических навыков;
2. обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
3. формирование элементарных представлений об окружающей среде;
4. формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
5. развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
6. формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;

7. выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;
8. обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
9. вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы *необходимые условия*:

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания, сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей, педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;

В группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться;

- эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников, большой вклад вносят в это музыкальный руководитель и воспитатели групп, проходят в детском саду празднования посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты»;
- снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
- появлению положительных эмоций способствуют сюжетно - ролевые игры - драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник - актёр;
- большая роль в психо - коррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

2.2.6. Лечебно-профилактическая работа

Осуществляют старшая медицинская сестра детского сада, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия босиком;
- подвижные игры и физические упражнения на улице;
- дыхательная гимнастика после сна;
- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

2.2.7. Летняя оздоровительная работа.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на участке, спортивной площадке);
- туризм (походы, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения; - утренняя гимнастика на воздухе; - витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

2.3. Работа с педагогами.

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

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям программы «Здоровье» и т.д.;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог - больной воспитанник; больной педагог - больной воспитанник;
- обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приемам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

- Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
- Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
- Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
- Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
- Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно - гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- Внедрение сбалансированного разнообразного питания.

Пропаганда здорового образа жизни:

- Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.

- Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально - значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Беседы, валеологические занятия.

2.4. Работа с родителями

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

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность. Для себя мы определили следующие **задачи работы с родителями:**

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

Формы работы с родителями:

- Проведение родительских собраний, семинаров - практикумов, консультаций.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- Дни открытых дверей.
- Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
- Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
- Совместные занятия для детей и родителей.
- Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
- Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями используем *план изучения семьи:*

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают - положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;

- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

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

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхо - лёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
9. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
10. Воспитание культурно - гигиенических навыков у дошкольников.
11. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
12. Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребёнка
13. Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
14. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
15. Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы.

2.5. Ожидаемые результаты реализации программы

- 1) Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:
 - улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
 - успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОО ежегодно не менее 86%, качественная подготовка детей к школе до 95%;
 - рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
 - активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%.
- 2) Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
- 3) Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.

- 4) Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- 5) Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- 6) Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- 7) Повышение квалификации педагогов детского сада.
- 8) Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

3. Кадровое обеспечение программы «Здоровье».

Директор:

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

Старший воспитатель:

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

Медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей; - дыхательная гимнастика.

Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- дыхательная гимнастика;

Повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания;

Младший воспитатель:

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

4. Социальный эффект от реализации программы

Реализация программы даст возможность в разработке педагогами ДОО авторских методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности. Использование инновационных здоровьесберегающих технологий позволит удовлетворить широкие образовательные запросы родителей и детей.

Реализация программы будет способствовать развитию устойчивого интереса у детей к сохранению своего здоровья, воспитанию здорового образа жизни. Выраженная субъективность дошкольников позволит: изменить позицию взрослых в педагогическом процессе дошкольного образовательного учреждения, вести поиск новых форм организации воспитания и развития детей, обеспечит устойчивый качественный уровень образовательных услуг и продемонстрировать социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

Приложения

Основные направления программы по здоровьесбережению.

| Направления программы | Содержание деятельности |
|---------------------------------------|--|
| 1. Организационное | <ul style="list-style-type: none">- Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий.- Разработка и внедрение Программы здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс.- Создание в ДОУ организационно-педагогических и медико - социальных условий по внедрению Программы по здоровьесбережению.- Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников.- Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы по здоровьесбережению.- Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы по здоровьесбережению.- Нарращивание материально-технической базы ДОУ для внедрения и реализации Программы по здоровьесбережению.- Корректировка Программы по здоровьесбережению на всех этапах реализации. |
| 2. Просветительское (образовательное) | <ul style="list-style-type: none">- Создание мотивации в ДОУ на выбор здоровых альтернатив жизни.- Организация пропаганды здорового образа жизни в ДОУ.- Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни.- Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни.- Включение родителей в деятельность ДОУ, как значимых участников оздоровительного процесса. |
| 3. Правовое | <ul style="list-style-type: none">- Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы по здоровьесбережению:- Ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья. |

| | |
|---|--|
| 4. Аналитико- экспертное | <p>Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей. - Анализ-экспертиза результатов реализации Программы здоровьесбережения в динамике. - Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций. - Осуществление краткосрочного прогнозирования - здоровьесберегающего процесса. - Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья. |
| 5. Информационно-методическое | <ul style="list-style-type: none"> - Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы по здоровьесбережению. - Повышение информационной культуры педагогических и - медицинских работников, обусловленной общими задачами Программы по здоровьесбережению. - Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДОУ. - Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни. - Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы по здоровьесбережению. - Распространение опыта оздоровительной работы. |
| 6. Диагностическое | <ul style="list-style-type: none"> - Измерение промежуточных результатов реализации Программы по здоровьесбережению. - Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков. - Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на - формирование здорового образа жизни. - Анализ здоровьесберегающей среды в ДОУ. - Выявление групп детей, требующих внимания специалистов. - Выделение из потенциальной «группы риска» реальной - «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей. |
| 7. Социально - педагогической адаптации | <ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям ДОУ. - Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья. - Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития. |

| | |
|--------------------|---|
| 8. Координационное | <ul style="list-style-type: none"> - Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями МО. - Взаимодействие ДООУ с семьёй по вопросам укрепления здоровья детей. - Использование в оздоровительной работе ДООУ перспективных форм социального партнерства. |
|--------------------|---|

Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности ДООУ на период 2023-2026 гг.

| № п/п | Мероприятия | Срок | Ответственный |
|--|---|-------------------|---------------------------------|
| I. Организационное направление. Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства | | | |
| 1. | Разработка целевой программы по здоровьесбережению | январь 2023 | Старший воспитатель |
| 2. | Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения | постоянно | Старший воспитатель |
| 3. | Создание кадровых, психолого- педагогических, учебно-материальных, учебно- дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению: <ul style="list-style-type: none"> - определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста; - организация повышения квалификации участников здоровьесбережения; - организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению; - обеспечение ДООУ медицинскими препаратами, витаминами для витаминизации третьего блюда | постоянно | Директор Старший воспитатель |
| 4. | Осуществление в практике ДООУ системно-синергетического подхода к управлению здоровьесбережением: <ul style="list-style-type: none"> - описание стратегии работы по здоровьесбережению в ДООУ; - разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; - организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; - контроль системы здоровьесбережения. | 2023-2026г.г. | Администрация ДООУ |
| 5. | Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия) | в течение периода | Старший воспитатель |

| | | | |
|--|--|-------------------------|---|
| 6. | Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения детского экспериментирования с детьми | 2023-2026 гг. | Старший воспитатель |
| 7. | Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах | Постоянно | Старший воспитатель |
| 8. | Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования | 2023-2026 гг. | Старший воспитатель |
| 9. | Организация работы по физической культуре для детей: - разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре; - создание видеоряда занятий с показом коррекционной работы с детьми; - создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре | постоянно | Инструктор по физкультуре |
| 10. | Разработка программы повышения квалификации педагогических работников | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 11. | Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 12. | Реализация индивидуализированной программы «Приобщение детей к народной культуре средствами музыкального фольклора» | в течение периода | Музыкальный руководитель |
| II. Диагностическое направление | | | |
| 1. | Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей | в течение всего периода | Специалисты ДОУ |
| 2. | Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни | Ежегодно | Старший воспитатель |
| 3. | Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей. | В течение всего периода | Педагоги ДОУ |
| 4. | Работа с детьми в адаптационный период | В течение всего периода | Педагог - психолог, педагоги ДОУ |
| 5. | Социальный анализ семей воспитанников ДОУ. Оформление социальных паспортов. | Ежегодно | Старший воспитатель, социальный педагог школы |
| 6. | Мониторинг успеваемости выпускников ДОУ на начальном этапе обучения за последние 3 года | Ежегодно | Старший воспитатель |
| 7. | Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: - проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; - анализ профессионального роста - педагогов. | Ежегодно | Старший воспитатель |

| III. Информационно-методическое направление Научно - методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса | | | |
|--|---|-------------------------|---------------------------|
| 1. | Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий | Постоянно | Старший воспитатель |
| 2. | Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования | В течение всего периода | Старший воспитатель |
| 3. | Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста | 2023-2026г.г. | Старший воспитатель |
| 4. | Семинар «Здоровье детей - наше будущее» | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 5. | Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников» | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 6. | Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия» | 2024 г. | Музыкальный руководитель |
| 7. | Консультация «Культурный ребёнок -здоровый ребёнок» | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 8. | Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка» | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 9. | Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке» | 2024 г. | Инструктор по физкультуре |
| 10. | Консультация «Лечебные подвижные игры» | 2024 г. | Инструктор по физкультуре |
| 11. | Рекомендации «Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий» | 2025г. | Инструктор по физкультуре |
| 12. | Памятка «Безопасные для здоровья ребёнка условия общения с компьютером» | 2024 г. | Старший воспитатель |
| 13. | Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании» | 2023 г. | Ст.Медсестра |
| 14. | Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс». Сборник материалов. | 2023 г. | Старший воспитатель |
| 15. | Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни. | 2023 г. | Старший воспитатель |
| 16. | Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОУ - творческий отчёт | 2026 г. | Старший воспитатель |
| IV. Просветительское направление Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения | | | |
| 1. | Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках, на сайте ОУ, страничка структурного подразделения | Ежегодно | Старший воспитатель |

| | | | |
|-----|---|---------------|---|
| 2. | Консультация «Художественная литература - средство обогащения нравственного здоровья детей» | 2023-2024 гг. | Старший воспитатель |
| 3. | Советы инструктора физкультуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей» | 2023г. | Инструктор по физкультуре |
| 4. | Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних условиях» | 2023-2024гг. | Музыкальный руководитель |
| 5. | Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней | Ежегодно | Ст. медсестра |
| 6. | Консультация «Средства укрепления иммунитета» | 2023г. | Ст.медсестра |
| 7. | Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки» | 2023,2024гг. | Воспитатели ДОУ |
| 8. | Практические рекомендации для родителей ЧБД | Постоянно | Ст.медсестра |
| 9. | Фотовыставка «Мы растём здоровыми!» | 2023-2024гг. | Инструктор по физкультуре |
| 10. | Спортивно-оздоровительное развлечение «В здоровом теле - здоровый дух» | 2023-2026гг. | Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре |
| 11. | Тематическое занятие по ПДД | 2023-2024гг. | Воспитатели |
| 12. | Тематическое занятие «Пусть знает каждый гражданин пожарный номер - 01!» | 2023-2024гг. | Воспитатели |
| 13. | Конкурс стенгазет «Как я занимаюсь спортом». | 2023-2024гг. | Инструктор по ФК, воспитатели |

VI. Управление взаимодействие с социальными институтами детства
Координационное направление здоровьесбережением в ДОУ

| | | | |
|----|--|--|-------------------------------|
| 1. | Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения | По необходимости | Директор |
| 2. | Контроль процесса здоровьесбережения в ДОУ: совещания; собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; анализ состояния заболеваемости; проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОУ; организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; организация тематического контроля состояния здоровьесбережения. | 1 раз в квартал 1 раз в полугодие 3 раза в год 1 раз в месяц ежегодно 2 1 раз в год | Директор, старший воспитатель |

| | | | |
|---------------------------|--|----------------------------|--|
| 3. | Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: составление циклограммы занятий в - соответствии с требованиями САН ПиН. | Постоянно | Ст. медсестра, старший воспитатель |
| 4. | Установление взаимосвязи с ФАП с.Красноармейское и с.Березовка; консультирование родителей детей; ведение листов здоровья; выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима | В течение всего периода | Медсестра |
| 5. | Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах | Согласно плану | Старший воспитатель |
| 6. | Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей: - разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; - разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; - разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности; - создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей | 2023-2024гг. | Старший воспитатель |
| VII. Правовое направление | | | |
| 1. | Ознакомление с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей | 2023г. | Директор |
| 2. | Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ. | 2023г. | Директор, старший воспитатель |