

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
МБДОУ детский сад № 61
Протокол № 1 от 31.08.2022



ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад № 61

СОДЕРЖАНИЕ:

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	
1.1. Актуальность	6
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Основные принципы реализации программы.....	7
1.4. Этапы реализации программы.....	8
1.5. Ожидаемые результаты.....	8
1.6. Краткое описание содержания и структуры.....	9
2. АНАЛИЗ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ЗА 2022-2023 гг. ДИНАМИКА ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ	
3. СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОУ	
3.1. Организация профилактической и оздоровительной работы в ДОУ.....	15
3.2. Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы.....	25
3.3. Организация полноценного питания.....	26
3.4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы.....	27
3.5. Консультационно-информационная работа.....	31
4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, ПРОГРАМНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	
4.1. Организация предметно-развивающей среды ДОУ.....	41
4.2. Нормативно-правовое обеспечение программы по организации оздоровительной деятельности.....	44
4.3. Методическое обеспечение программы.....	45
4.4. Кадровое обеспечение.....	47
5. КОНТРОЛЬ И РУКОВОДСТВО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.

Наименование программы	Программа «Здоровье» на 2022-2025 гг.
Дата утверждения Программы	Педагогический совет № 1 от 31.08.2022.
Основание для разработки Программы	Высокая заболеваемость детей. Повышение заинтересованности Родителей в организации сотрудничества с детским садом в проведении физкультурно-оздоровительной работы профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья дошкольников формированию привычки к ЗОЖ.
Исполнители Программы	Педагоги, медицинский персонал, дети, родители (законные представители).
Цель Программы	Сохранение и укрепление психического физического здоровья детей за счёт качественного улучшения работы по укреплению Здоровья воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ.
Задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Повышение показателей здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: Осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе физическими упражнениями, о необходимости соблюдения гигиенических правил, увеличение показателей двигательной активности детей. 2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ. 3. Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС ДО.
Целевые ориентиры Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оптимальный режим дня с включением в него здоровьесберегающих технологий. Соблюдение редимных моментов: <ul style="list-style-type: none"> - чередование умственной и физической нагрузки; - соблюдение режима питания, питьевой режим согласно СанПин. - соблюдение режима прогулок; - строгое соблюдение двигательного режима, планирование и осуществление мероприятий по физическому воспитанию. 2. Показатели заболеваемости (снижение количества дней, пропущенных ребенком болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях). 3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению.
Сроки реализации Программы	Программа рассчитана на 2022-2025 гг.
Перечень технологий и методов, используемых в программе	1. Медико-профилактические (обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств — технологии организации мониторинга здоровья дошкольников, контроля за питанием детей, профилактических мероприятий, здоровьесберегающей среды в ДОУ);

	<p>2. Физкультурно-оздоровительные (направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка — технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др.);</p> <p>3. Образовательные (воспитания культуры здоровья дошкольников, личностно-ориентированного воспитания и обучения);</p> <p>4. Обеспечения социально-психологического благополучия ребенка (обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка и направленные на обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье; технологии психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ);</p> <p>5. Здоровьесбережения и здоровьобогащения педагогов (направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, на развитие потребности к здоровому образу жизни); сохранения и стимулирования здоровья (технология использования подвижных и спортивных игр, гимнастика (для глаз, дыхательная и др.), стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, релаксация);</p> <p>6. Обучения здоровому образу жизни (технологии использования физкультурных занятий, коммуникативные игры, система занятий из серии «Уроки здоровья», проблемно-игровые (игротренинги, игротерапия), самомассаж); коррекционные (арт-терапия, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, и др.)</p> <p>7. Педагогическая технология активной сенсорно-развивающей среды, под которой понимается системная совокупность и порядок функционирования всех личностных инструментальных и методологических средств, используемых для достижения педагогических целей. Сущность данной технологии заключается не столько в моделировании предметного пространства в рамках активной сенсорно-развивающей среды, сколько в системе взаимоотношений педагога с детьми: ядром активной сенсорно-развивающей среды является не система сенсорной дидактики не комплекс рабочих режимов, а именно система субъект-субъектных отношений между педагогом и воспитанником.</p>
<p>Ожидаемые конечные результаты</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание здоровьесберегающей, развивающей системы работы, способствующей не только сохранению, но и развитию физического, психического и социального здоровья воспитанников. 2. Снижение заболеваемости у детей не менее чем на 5%. 3. Снижение уровня сезонной заболеваемости (ОРВИ, грипп). 4. Снижение количества наиболее часто болеющих детей в ДОУ. 5. Отсутствие травматизма, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья. 6. Увеличение показателей двигательной активности детей. 7. Вовлечение большего количества воспитанников в спортивные Секции и учреждения дополнительного образования. 8. Повышение заинтересованности и непосредственного участия

	<p>Работников детского сада и родителей в оздоровлении детей.</p> <p>9 Стимулирование внимания дошкольников и их родителей к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи.</p> <p>10. Повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закалывающих мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку.</p>
Управление программой и осуществление реализаций	<p>Совместные координированные действия педагогов, медицинского персонала и родителей (законных представителей) для реализации программы. Управленческие решения руководителя в условиях реализации программы. Самообразование и взаимообучение педагогов, родителей по вопросам здоровьесбережения, анализ выполнения и корректировка программы.</p>

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность программы.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Она остается самой острой социальной проблемой общества в настоящее время.

Стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов.

Это закон РФ «Об образовании», где определены принципы государственной политики в области образования, первым из которых является «гуманистический характер образования, приоритет общечеловеческих ценностей жизни и здоровье человека, свободного развития личности», ФГОС ДО, а также Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (вместе с "СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...". СанПиН 2.4.3648-20; "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержден Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержден Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 N 32. МР 2.4.0242-21 Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. Указы Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации», Закон РФ «О физической культуре и спорте», «Конвенция о правах ребёнка» и другие.

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Исследования Центра здоровья детей и подростков РАМН свидетельствует о том, что около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье. Решение проблемы требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Анализ деятельности учреждения по профилактическим и оздоровительным мероприятиям ДОУ в соответствии с предыдущей программой «ЗДОРОВЬЕ» позволил оценить и выявить проблемы и особенности учебно-воспитательного процесса в ДОУ в современных условиях борьбы с коронавирусной инфекцией и выработать основные

направления работы для реализации новой программы «ЗДОРОВЬЕ» на 2022-2025 учебные года.

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как одна из основных задач дошкольного образовательного учреждения, базируется на осознанном отношении ребёнка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором представленной программы деятельности.

Педагогический коллектив нашего учреждения пришел к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического и психического здоровья, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми. Актуализации внимания воспитателей на главной социальной роли, донесение до родителей основы психолого-педагогических знаний.

1.2. Цель и задачи программы.

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

Задачи:

1. Повысить показатели здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.
2. Воспитывать у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ.
3. Разработать систему медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в режиме дня в соответствии с требованиями ФГОС ДО и ФОП ДО.

1.3. Основные принципы реализации программы.

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

1.4. Этапы реализации программы

1-й этап - аналитический, март-май 2022 г.

- анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за 2021-2022 гг.
- анализ материально-технической базы и кадрового обеспечения
- выявление острых проблем в работе детского сада
- выдвижение гипотез, определение целей, задач работы

2-й этап - разработка программы, июль-август 2022 г.

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

3-й этап - внедрение и реализация программы, 2022-2025гг.

- отработка моделей и технологий системы оздоровительной профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей;
- методическое и организационное сопровождение;
- развитие педагогического потенциала и профессиональных компетенций сотрудников:
- сотрудничество с родителями;
- групповое взаимодействие;

4-й этап - итогово – диагностический, апрель-май 2025 г.

- проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям программы

1.5. Ожидаемые результаты реализации программы

- Создание здоровьесберегающей, развивающей системы работы, способствующей не только сохранению, но и развитию физического, психического и социального здоровья воспитанников.
- Снижение заболеваемости детей не менее чем на 5%.
- Снижение уровня сезонной заболеваемости (ОРВИ, грипп).
- Снижение количества наиболее часто болеющих детей в ДООУ.
- Отсутствие травматизма, представляющих опасность для здоровья.
- Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в оздоровлении детей.
- Стимулирование внимания дошкольников и их родителей к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи. Прохождение обучения педагогов, воспитанников и родителей по программе «Основы здорового питания».
- Повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закаливающих мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку.
- Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей (проверка знаний, опрос).
- Сформированность умений и устойчивого желания ребёнка заботиться о своём здоровье самому и с детства.

1.6. Краткое описание содержания и структуры

Основные участники реализации программы:

- воспитанники дошкольного образовательного учреждения;
- педагогический коллектив;
- родители (законные представители) детей посещающих ДООУ.

Основные направления программы:

1.Профилактические мероприятия.

Раскрываются новые подходы учреждения в организации физкультурно-оздоровительной работы, система работы специалистов, план улучшения здоровья детей.

2. Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы.

3. Организация рационального питания.

4. Комплексная физкультурно-оздоровительная работа.

Раскрываются виды и типы НОД, проводимых в ДОУ, формы организации закаливания дошкольников, способы повышения двигательного режима детей в течение дня, профилактические мероприятия в период повышения ОРВИ и гриппа. Работа по организации и формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.

5. Консультативно-информационная работа:

- с педагогами и сотрудниками;
- с родителями.

2. Анализ физкультурно-оздоровительной работы за 2021-2022 гг. динамика здоровья и физического развития воспитанников.

Анализ сведений о здоровье воспитанников за период с 2021 по 2022 гг. показал неуклонный рост процента заболеваемости детей и рост дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. В детском саду ведётся работа по профилактике заболеваемости воспитанников с момента поступления ребенка в детский сад. . Здоровье детей зависит не только от уровня развития здравоохранения и образования, экологической ситуации в стране, физических особенностей, условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, но и от того, что наша жизнь изменилась с появлением новых инфекций, которые вносят кардинальные изменения в жизнь людей.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребёнка дошкольного возраста. В «Концепции дошкольного воспитания» говорится: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передаёт семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов.... Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов».

Анализ заболеваемости и посещаемости МБДОУ детский сад № 61.

№ п/п	Показатели	2019-2020 уч.год.	2020-2021 уч.год	2021-2022 уч.год.
	Среднесписочный состав P	115	104	100
	Д/д по плану	20930	18824	18000
	Д/д по факту	14637	14342	14950
	Д/д пропущенные	6293	4482	3050
	Д/д по болезни	2237	1215	1057
	Д/д прочие	4056	3267	1993
	Пропуск одного ребёнка	54	43	30
	Из них по болезни	19,4	11,6	10,6
	Среднегодовая посещаемость группы 1 ребёнком	69%	76%	83%
	Индекс здоровья N*100/P	19%	22%	25%

Распределение по группам здоровья

Ежегодно в ДОУ ведется учет и анализ хронических заболеваний детей и определения групп здоровья, что позволяет планировать медицинскую работу с детьми.

Показатели	Всего детей в ДОУ			с 1 группой здоровья			со 2 группой здоровья			с 3 группой здоровья			с 4 группой здоровья		
	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022
Количество детей	115	104	100	28	30	24	69	64	65	17	9	11	0	0	0
% от общего числа детей в ДОУ	100	100	100	25	29	24	60	62	65	15	9	11	0	0	0

Анализ сведений о здоровье воспитанников дошкольного возраста (детей 3-7 лет) за период с 2019 по 2022 гг. показал небольшое, но уменьшение дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. Незначительно, но увеличивается количество детей с 3 и 4 группой здоровья, тогда как количество детей со 2 группой здоровья становится меньше. Данные указывают на то, что в дошкольное учреждение все реже приходят абсолютно здоровые дети. Поэтому работа с семьями воспитанников становится особенно важным моментом в процессе сохранения и укрепления здоровья детей.

Анализ сведений о здоровье воспитанников дошкольного возраста (детей 3-7 лет) за период с 2019 по 2022 гг. показал небольшое, но уменьшение дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. Незначительно, но увеличивается количество детей с 3 и 4 группой здоровья, тогда как количество детей со 2 группой здоровья становится меньше. Данные указывают на то, что в дошкольное учреждение все реже приходят абсолютно здоровые дети. Поэтому работа с семьями воспитанников становится особенно важным моментом в процессе сохранения и укрепления здоровья детей.

Травматизм детей в ДОУ.

Показатели	Случаи травматизма в ДОУ		
	2019-2020 уч.год.	2020-2021 уч.год	2021-2022 уч.год.
Количество случаев травматизма детей	0	0	0
% от общего числа детей в ДОУ	0	0	0

Адаптация ребёнка в ДОУ

Параметры	Всего поступило детей в ДОУ			Легкая степень			Средняя тяжесть			Тяжелая адаптация		
	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022
Количество детей, поступивших в ДОУ	30	22	18	7	10	9	19	11	10	1	1	1
% от общего числа поступивших детей	100	100	100	35	47	41	63	52	58	2	1	1

В детском саду проводится большая работа по созданию благоприятных условий для адаптации детей к условиям ДОУ. Дети поступают в детский сад неравномерно, этот процесс проходит в течение с сентября по ноябрь. Педагогами осуществлялся весь комплекс адаптационных мероприятий, направленных на создание психологически комфортных условий пребывания ребёнка в группе: нахождение в группе то время,

которое ребенок может оторваться от мамы, индивидуальный подход, щадящий режим пребывания ребёнка в детском саду, консультации для родителей, разработаны и раздаются памятки. Для родителей вновь поступающих детей ежегодно в начале сентября проводится родительское собрание. Отмечается стабильная положительная динамика по лёгкой, средней степени адаптации детей к детскому саду. Это обусловлено тем, что у педагогов, работающих с детьми раннего возраста, высокий уровень профессиональных компетенций и используемые ими методы и технологии являются эффективными.

Мониторинг физической подготовленности детей.

Дети	Общая численность детей в ДОУ			Всего обследовано			Высокий уровень			Средний уровень			Низкий уровень		
	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2019-2020	2020-2021	2021-2022
Дети 4-7 лет	115	104	100	111	93	93	62	45	40	47	46	51	2	2	2
% от общего числа детей	100	100	100	97	90	93	37	44	40	51	54	51	2	2	2

Анализ результатов диагностики физической подготовленности показал, что процент подготовки высокого уровня детей по физическому развитию ежегодно снижается, средний уровень растёт, низкий – не меняется. Вместе с тем, следует отметить, что общая численность воспитанников в детском саду ежегодно уменьшается, исходя из демографической ситуации и особенностей микрорайона, в котором расположен детский сад.

3. Система и содержание оздоровительной деятельности.

3.1. Организация профилактической и оздоровительной работы в ДОУ.

Особенности образовательной деятельности разных видов и оздоровительных практик, используемые в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ.

№ п/п	Направление деятельности	Виды деятельности	Обоснование	Частота занятий
1.	Физкультурно - оздоровительное	Организованная образовательная деятельность	Образовательная программа МБДОУ (далее ОП МБДОУ) Адаптированная образовательная программа МБДОУ (далее АОП МБДОУ)	3 раза в неделю
		Физминутки, двигательная активность между занятиями		ежедневно
		Утренняя гимнастика в группе, на свежем воздухе с младшей группы в теплый период		ежедневно
		Гимнастика после сна		ежедневно
		Физкультурные досуги, дни здоровья		1-2 раза в месяц во второй половине дня
		Физкультурные праздники		2 раза в год

2.	Психо-эмоциональное развитие	Совместные занятия воспитателей, учителя-логопеда, музыкального руководителя и инструктора по физической культуре	Тематическое планирование специалистов и воспитателей	По планам взаимодействия специалистов и воспитателей МБДОУ.
3.	Работа с родителями	Совместные физкультурные праздники, дни здоровья с родителями, рассказы детей о ЗОЖ в семье, выставки в группах	ОП МБДОУ	По планам педагогов взаимодействия с семьей.

Современные здоровьесберегающие технологии

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. технологии сохранения и стимулирования здоровья			
<i>Стретчинг</i>	Не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном/музыкальном зале либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы	Руководитель физического воспитания
<i>Ритмопластика</i>	Не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Музыкальный руководитель.
<i>Динамические паузы (физминутки)</i>	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
<i>Подвижные и спортивные игры</i>	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Воспитатели

Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, психолог
Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно – эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. для всех возрастных групп	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса	Все педагоги ДОУ
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно;	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Все педагоги
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно - оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика ленивая (после сна)	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	Воспитатели
Гимнастика, корригирующая	В различных формах физкультурно - оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно - оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики	Воспитатели, руководитель

		болезней опорного свода стопы	физического воспитания
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Проблемно – игровые	В свободное время, можно во второй половине дня. время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом.	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели,
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, психолог
Занятия из серии «здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно – оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
Точечный самомассаж	Проводится во время обострения эпид.ситуации, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями лор-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
3. Коррекционные технологии			
Технологии музыкально о воздействия	В различных формах физкультурно – оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения	Все педагоги

		эмоционального настроения и пр.	
<i>Сказкотерапия</i>	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	Воспитатели,
<i>Фонетическая ритмика</i>	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, в физкультурном или музыкальном залах. мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин.	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. цель занятий – фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед

Система и содержание оздоровительной деятельности воспитателей и специалистов ДОУ

Воспитатели и специалисты	Задачи работы	Формы работы, направления деятельности	Периодичность
Инструктор по физической культуре	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; 2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями; 3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности; 4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни, выработка привычки к соблюдению режима дня, потребности в физических упражнениях и играх; 5. Воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение диагностики физической подготовленности. 2. Проведение физкультурных занятий. 3. Проведение утренней гимнастики. 4. Индивидуальная работа с детьми с ОВЗ, с детьми, имеющими отставание в физическом развитии. 5. Проведение физкультурных праздников и развлечений. 6. Организация мероприятий по профилактике нарушения осанки и плоскостопия 7. Консультации для педагогов и родителей. 8. Участие в проведении ППк ДОУ. 	В соответствии с требованиями ОП МБДОУ, учебным планом и календарным графиком на учебный год.
Воспитатель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Воспитание здорового ребенка через реализацию системы физкультурно- 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Реализация образовательной деятельности в режиме дня 	В соответствии с требованиями ОП МБДОУ, учебным планом

	<p>оздоровительных мероприятий.</p> <p>2. Привлечение родителей к организации сотрудничества по вопросам оздоровления и закаливания детского организма</p>	<p>2.Проведение утренней, общеразвивающей, ленивой, дыхательной и других гимнастик (пальчиковая, для глаз).</p> <p>3.Проведение оздоровительного закаливания.</p> <p>4.Работа с родителями.</p> <p>5.Взаимодействие со специалистами: инструктором по физической культуре, старшей медсестрой, учителем-логопедом, музыкальным руководителем. 6.Участие в проведении ППк ДОУ</p>	<p>и календарным графиком на учебный год и летне-оздоровительный период.</p>
Учитель-логопед	<p>1. Изучение уровня речевого, познавательного, социально-коммуникативного, физического развития и индивидуально-личностных особенностей детей, нуждающихся в логопедической поддержке, определение основных направлений и содержания работы с каждым из них.</p> <p>2. Систематическое проведение необходимой профилактической и коррекционно-речевой работы с детьми в соответствии с их индивидуальными программами.</p> <p>3. Формирование у педагогического коллектива ДОУ и родителей информационной готовности к логопедической работе, оказание им помощи в организации полноценной речевой среды.</p> <p>4. Координация усилий педагогов и родителей, контроль качества проведения речевой работы с детьми.</p>	<p>1.Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми.</p> <p>2.Проведение диагностики.</p> <p>3.Консультативная помощь воспитателям и родителям.</p> <p>4.Организация и проведение ППк, руководство ведением индивидуальных образовательных маршрутов.</p>	<p>В соответствии с Положением о логопункте в МБДОУ и АОП МБДОУ</p>
Медсестра	<p>1.Осуществление первичной профилактики.</p> <p>2.Контроль организации питания.</p>	<p>1.1.Контроль санитарно – гигиенических условий в ДОУ.</p> <p>2.1. Контроль состояния калорийности питания и анализ качества питания.</p> <p>2.2.Контроль санитарно – гигиенического состояния пищеблока.</p>	<p>Постоянно</p> <p>Ежедневно</p>

	3.Контроль физического воспитания.	3.1. Распределение воспитанников на медицинские группы для занятий физкультурой. 3.3. Осуществление контроля организации физического воспитания, закаливающих мероприятий.	2 раза в год Ежемесячно
	4.Гигиеническое воспитание в детском коллективе.	4.1. Рекомендации по организации и проведению гигиенического воспитания, формированию навыков здорового образа жизни. 4.2. Контроль гигиенического воспитания.	По необходимости Постоянно
	5.Иммунопрофилактика.	5.1. Планирование и анализ вакцинации. 5.2. Осмотр детей перед прививкой. 5.3. Контроль состояния здоровья после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку.	По графику национальных прививок
	6.Мероприятия по обеспечению благоприятной адаптации детей к ДОУ.	6.1. Рекомендации по адаптации детей и ее коррекции (совместно с педагогом). 6.2. Контроль течения адаптации и проведение медико-педагогической коррекции	Постоянно
	7.Анализ состояния здоровья. Диспансеризация.	7.1. Анализ состояния здоровья воспитанников, разработка медико-педагогических мероприятий. 7.2. Проведение профилактических медицинских осмотров. 7.3. Рекомендации педагогам по коррекции отклонений в состоянии здоровья. Контроль их выполнения.	Ежедневно 1 раз в год В течение года

Перспективный план работы МБДОУ по улучшению здоровья детей.

№	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Срок выполнения
Оптимизация режима					
1.	Организация пребывания детей в детском саду в адаптационный период, создание комфортного режима	Все группы, особенно группа, в которую производится набор	Ежедневно	Воспитатели, медсестра	В течение года в период адаптации индивидуально каждого ребенка.

		детей в МБДОУ			
2.	Определение оптимальной нагрузки для ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы	Ежедневно	Заместитель заведующего, воспитатель, специалисты ДОУ	В течение года
3.	Физкультурные занятия.	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение учебного года
4.	Гимнастика после дневного сна (ленивая гимнастика)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года
5.	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели (контроль заместитель заведующего)	В течение года
6.	Музыкально – ритмические занятия.	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели	В течение года.
7.	Физкультурные праздники и досуги	Все группы	1-2 раза в месяц	Инструктор по физической культуре	В течение года, по плану инструктора по физической культуре.
8.	Неделя здоровья,	Все группы	1 раз в год	Зам.заведующего о педагоги ДОУ, медсестра	В течение года
9.	Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года
10.	Физминутки	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года
11.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года
Охрана эмоционального и психического здоровья ребенка					
1.	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты ДОУ	В течение года. По циклограмме воспитательной и образовательной работы.
Медико-профилактическое направление					
1.	Дыхательная гимнастика в игровой форме	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года. По циклограмме воспитательной и образовательной работы.
2.	Самомассаж, точечный массаж	Все группы, кроме малышей	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года

3.	Витаминация: Пищевые продукты, обогащенные микронутриентами и Инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска	Все группы дошкольного возраста	ежедневно	Повар Бракеражная комиссия Медсестра	В течение года
4.	Специфическая профилактика (добавление в пищу чеснока, ароматизация помещений)	Все группы	по плану профилактических мероприятий	Медсестра воспитатели	4 раза в год октябрь, декабрь, февраль, апрель
Закаливание, с учётом состояния здоровья ребёнка					
1.	Воздушные ванны	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года. По плану профилактических мероприятий
2.	Прогулки на воздухе	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
3.	Гимнастика после сна (босохождение по массажным дорожкам)	Все группы (кроме малышей)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
4.	Мытье рук по локоть после сна	Все группы (кроме малышей)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
5.	Игры с водой	Все группы	Летне-оздоровительная работа в теплый период	Воспитатели, инструктор по физической культуре	В течение года по плану проведение опытов и экспериментов, план летне-оздоровительного периода.

3.2. Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы

Исследование состояния здоровья детей специалистами ДООУ и детской поликлиники:

- Осмотр детей медперсоналом (врач-педиатр, старшая медицинская сестра), определение группы здоровья
- Диспансеризация детей (с 3-х лет)
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений и т.д. в беседах с родителями и педагогами
- Антропометрия (2 раза в год) Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДООУ с целью динамического наблюдения за их развитием:
- Диагностика по усвоению образовательной программы МБДОУ д/с № 61, (разделы «Физическое воспитание»)
- Диагностика физических качеств
- Ведение индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ.

- Диагностика адаптации ребёнка к условиям ДОО. Выявленные проблемы у детей, берутся под контроль, обсуждаются на педсовете, намечается план индивидуальной работы с детьми. На итоговом педсовете, озвучиваются результаты.

3.3. Организация полноценного питания.

При организации питания рекомендуется придерживаться естественных потребностей воспитанников, исключить насильственное кормление, приучать к правильной, здоровой пище. Формы работы и направления деятельности:

- Систематический контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к пищеблоку;
- Контроль за соблюдением ассортимента продуктов;
- Соблюдение нормативных требований к качеству и количественному объёму пищи в соответствии с возрастом детей;
- Обеспечение питьевого режима (вода, соки)
- Эстетика организации питания и гигиена приема пищи

3.4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы. Проведение физкультурных занятий разных типов:

- традиционные
- тренировочные
- занятия-соревнования
- занятия-зачёты
- игровые
- самостоятельные интегрированные с другими видами деятельности
- праздники и развлечения и пр.

Использование оздоровительных технологий на занятиях:

- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
- Дыхательная гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Специальные коррекционные упражнения, рекомендуемые для использования в работе с детьми с ОВЗ:
 - Хождение по дорожкам «здоровья»
 - Корригирующая гимнастика
 - Логоритмические упражнения. Комплекс психофизических мероприятий:
 - Элементы музыкотерапии
 - Элементы сказкотерапии, смехотерапии
- Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОО
- выбор оптимального темпа работы в соответствии с личностными особенностями детей
- упражнения с использованием приёмов сенсорной интеграции с детьми с ОВЗ.

Система эффективных закаливающих процедур.

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и являются необходимым условием оптимального развития ребенка. Основные факторы закаливания:

1. Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня.
2. Закаливающие процедуры различаются по виду, интенсивности.
3. Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях и других режимных моментах.

4. Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.

Формы работы:

- Соблюдение температурного режима групповых помещениях, в физкультурном и музыкальном залах в течение дня
- Водное закаливание (мытьё прохладной водой рук по локоть после дневного сна)
- Утренняя гимнастика (средние, старшие и подготовительные группы на свежем воздухе, младшие - в физкультурном или музыкальном зале)
- Сон при открытых фрамугах (в зависимости от времени года)
- Правильная организация прогулки, её длительность
- Дозированный оздоровительный бег на воздухе
- Соблюдение сезонной одежды во время прогулок и физкультурных занятий, учитывая индивидуальное состояние детей
- Гимнастика после сна (облегченная одежда, босиком)
- Хождение по «дорожкам здоровья» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия)

Активизация двигательного режима детей:

- активизация двигательного режима детей с применением атрибутов и современных, интересных пособий;
- создание необходимой развивающей среды;
- проведение подвижных игр, пеших переходов во время прогулок;
- строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- проведение утренней гимнастики, физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности.

№	Виды занятий	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительная работа		
1.1.	Утренняя гимнастика.	Ежедневно на открытом воздухе или в спортивном и музыкальном залах. Длительность 7-12 мин.
1.2.	Двигательная разминка	Ежедневно во время перерыва между занятиями. Длительность 7-10 мин.
1.3.	Физминутка.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 1-3 мин.
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки. Игры, подобранные с учетом индивидуальных особенностей детей. Длительность 10-30 мин.
1.5.	Оздоровительный бег	В летне-оздоровительный период, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин
1.6.	Индивидуальная работа по развитию основных видов движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 5-15 мин.
1.7.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.
1.8.	Логоритмика	2 раза в неделю проводится учителем-логопедом как кружок для детей 3-7 лет.
2. Самостоятельная двигательная активность		
2.1.	Двигательная активность дошкольников	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от возрастных особенностей детей.
3. Праздники и развлечения, активный отдых		
3.1.	Неделя здоровья, Дни здоровья	1 раз в год, 1 раз в 3 месяца.

3.2	Физкультурный досуг	1 -2 раза в месяц на улице или в спортивном зале.. Длительность 20-25 минут.
3.3.	Физкультурные праздники на воздухе	2 раза в год. Длительность 1-1,5 часа
3.4.	Туристические походы и экскурсии	С 5 лет, в одну время перехода в одну сторону 30-40 минут общая продолжительность не более 1,5-2 часа. Время непрерывного движения 20 минут, перерывы между переходами не менее 10 минут.
4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ с семьей		
4.1.	Участие родителей в родительских собраниях, индивидуальное консультирование	В течение года
4.2.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных праздниках и развлечениях.	В течение года

Профилактические мероприятия в период пандемии и подъема ОРВИ и гриппа:

- Своевременное выявление и изоляция детей с первыми признаками заболевания.
- Контроль за качеством проведения утреннего фильтра на группах.
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.
- Контроль за режимом проветривания в группах, регулярной влажной уборкой.
- Использование продуктов содержащих фитонциды для ароматизации помещений (чеснок, лук).
- Использование витаминизированных продуктов в питании детей и приготовление промышленных витаминизированных напитков согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20
- Использование рециркуляторов для очистки воздуха групповых помещений и помещений общего пользования (в том числе музыкальный залы, учителя-логопеда).
- По мере необходимости, в связи со сложившейся эпидемиологической обстановкой, принятие ограничительных мер для родителей и сотрудников ДОУ при посещении образовательного учреждения в соответствии с положением «Об организации работы МБДОУ д/с № 61 в связи с распространением новой коронавирусной инфекции». Формирование представлений у воспитанников о здоровом образе жизни Основная мысль - ЗОЖ не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:
- привитие стойких гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде, опасных ситуациях в быту, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях;
- формирование привычки и стойкого желания ежедневных физических упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, представлений о том, что полезно и что вредно организму;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения; понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

Факторы воздействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ:

- Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду
- Рациональное питание
- Полноценный сон
- Соблюдение оптимального температурного воздушного режима
- Психологически комфортная обстановка пребывания ребенка в ДОУ

- Социально-бытовые условия пребывания ребёнка в семье, её традиции Работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ:
- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребёнка, личностно-ориентированного общения взрослого и ребёнка.
- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом).
- Обучение приёмам дыхательной и пальчиковой гимнастики, самомассажу, занятиям на тренажёрах, способам страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни.
- Проведение тематических занятий на группах.
- Проведение физкультурной занятий 3 раза в неделю.
- Проведение недель здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.

3.5. Консультационно-информационная работа

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

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

Задачи:

- Использовать в работе новые технологии по развитию психического и физического здоровья воспитанников;
- Внедрять современные методы определения своего самочувствия и самочувствия своего ребенка;
- Пропагандировать здорового образа жизни;
- Организовать сбалансированное питание (двадцатидневное меню);
- Обучать дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий;
- Максимальное обеспечивать двигательную активность ребенка в детском саду, использование физкультминуток, релаксации, элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.
- Проводить просветительскую работу с родителями по направлениям программы «ЗДОРОВЬЕ».

Формы проведения консультационно-информационной работы:

- Анкетирование;
- Индивидуальные беседы;
- Консультации по запросу;
- Педсоветы, педагогические гостиные, семинары – практикумы;
- Праздники и досуги;
- Тренинги для педагогов по сохранению собственного психологического здоровья

Организация мероприятий с педагогическим коллективом по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ:

1. Обеспечение гибкого режима дня в детском саду
2. Проведение профилактических медицинских мероприятий
 - профилактическая работа с родителями и педагогами по снижению заболеваемости;
 - вакцинация в соответствии с национальным календарем прививок;
 - контроль за санитарным состоянием учреждения;
 - контроль за питанием;
 - проведение с детьми занятий по теме «Я и моё здоровье».
3. Организация и проведение мероприятий по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в детском саду:
 - создание соответствующей развивающей среды в группах;
 - создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;
 - физкультурные и музыкальные праздники и развлечения.
 - создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольном учреждении в целом;
 - рациональное использование музыкальной терапии, сказкотерапии, смехотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;
 - использование на физкультурных занятиях и в других благоприятных режимных моментах эмоциональной разгрузки;
 - оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребёнок);
 - применение психолого-педагогических приёмов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей (индивидуальные беседы и педагога-психолога с ребёнком и родителями, воспитателями и специалистами детского сада, проведение подвижных, сюжетно-ролевых и режиссерских игр и др.)
 - предоставление дополнительных услуг (работа физкультурно-оздоровительного кружка «Логоритмика» и др.).
4. Обеспечение безопасного пребывания ребенка в ДОУ:
 - проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;
 - проведение с детьми практических занятий по теме «Опасные ситуации дома и в детском саду, как поступить.»

№ п/п	Мероприятия	Тема	Ответственные	Время проведения
1.	Педсоветы	1.Формирование здоровьесберегающей компетентности педагогов как один из подходов укрепления психологического здоровья дошкольников. 2.Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. 3.Комплексный подход к сохранению и укреплению психологического и физического здоровья детей дошкольного возраста.	Заместитель заведующего, педагоги	2022 г. 2023 г. 2024 г.

2.	Совещание при заведующем	1.Выполнение санитарно – гигиенического режима. 2.Охрана здоровья воспитанников. 3.Анализ питания, заболеваемости. 4.Санитарно–эпидемиологическая работа в ДОУ.	Медсестра Заведующий ДОУ	Ежегодно 1 раз в месяц Постоянно 1 раз в месяц
3.	Педагогические часы	1.Анализ адаптации вновь поступающих детей. 2.Оздоровительная работа в ДОУ. 3.Закаливающие процедуры. 4.Внедрение здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.	Медсестра Инструктор по физической культуре Зам.заведующего	1 раз в год 2 раза в год 1 раз в год 1 раз в год
4.	Семинары – практикумы, деловые игры, круглые столы, консультации и пр.	1. Взаимодействие педагогов ДОУ с целью оптимизации физического и психологического развития дошкольников. 2. Психологическое здоровье +физическое здоровье = здоровый ребёнок. 3. Комплексный подход к сохранению и укреплению психологического и физического здоровья детей дошкольного возраста. 4. Формирование здорового образа жизни у ребенка условиях ДОУ и семьи. 5. Утренняя гимнастика одно из важных средств оздоровления и воспитания дошкольника. 6.Использование нетрадиционных форм в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 7. Двигательная активность, как необходимое условие сохранения здоровья и успешного развития дошкольника. 8. Развитие двигательных качеств посредством подвижных игр.	Зам.заведующего Инструктор по физической культуре	2022 год Согласно годовым планам работы МБДОУ. 2023 год 2023 год 2023 год 2023 год 2024 год 2024 год. 2024 год.
5.	Консультации, буклеты, памятки	1.Правила безопасного поведения на участках зимой 2.Адаптация в жизни ребёнка. 3. Рефлексия и расслабление в работе с детьми.	Зам. заведующего Инструктор по физической культуре Воспитатели групп раннего возраста	Согласно годовым планам работы МБДОУ.
6.	Повышение профессиональ	Курсы повышения квалификации	Медсестра Педагоги	1 раз в 3 года

	ного мастерства ДОУ			
7.	Проверка знаний	Сдача санминимума	Заведующий ДОУ Медсестра	1 раз в 2 года. Согласно годовым планам работы в МБДОУ

Работа с родителями и пропаганда ЗОЖ в семье.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями. Беседы на родительских собраниях привели нас к выводу, что даже у образованных родителей уровень знаний и умений в области воспитания привычки к ЗОЖ невысок, а интерес к данной проблеме возникает лишь тогда, когда ребёнку уже требуется медицинская или психологическая помощь. Большинство родителей не понимают самой сущности понятия «здоровье», рассматривают его только как отсутствие заболеваний, а средство оздоровления детского организма видят лишь в лечебных и закалывающих мероприятиях, совершенно не учитывая взаимосвязь всех составляющих здоровья: физического, психического и социального.

Задачи работы с родителями:

- ♣ повышение педагогической культуры родителей;
- ♣ валеологическое просвещение родителей в создании благоприятной психологической среды в семье;
- ♣ изучение и распространение положительного семейного воспитания;
- ♣ включение родителей в совместную работу по оздоровлению детей.

Формы работы:

- проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций;
- анкетирование;
- выпуск информационных листов;
- педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам;
- дни открытых дверей;
- экскурсии по детскому саду для вновь прибывших детей, в период адаптации;
- показ занятий для родителей;
- совместные занятия для детей и родителей;
- круглые столы с привлечением специалистов детского сада;
 - организация совместных дел (постройка горки, расчистка участка от снега и др.).

Методы, используемые педагогами в работе с родителями:

- ♣ анкетирование родителей;
- ♣ беседы с родителями;
- ♣ тематические беседы с ребёнком;
- ♣ наблюдения за ребёнком;
- ♣ изучение продуктивной деятельности детей и обсуждение результата

С целью улучшения профилактической работы с родителями по вопросам закалывания и оздоровления ребёнка старшая медсестра проводит с родителями индивидуальные консультации и беседы по темам:

- причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний;
- профилактика ОРВИ в домашних условиях;
- закалывающие процедуры дома и в дошкольном учреждении;
- значение режимных моментов для здоровья ребенка;
- о питании дошкольников;
- профилактика паразитарных и острых кишечных заболеваний у детей;

- вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье ребенка;
- воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников и др.

План работы с родителями:

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «дней здоровья», физкультурных праздников и досугов.

2. Проведение родительских собраний и индивидуальных консультаций.

Мероприятия	Ответственные, формы проведения мероприятий	Срок проведения мероприятий
<ul style="list-style-type: none"> • «Профилактика плоскостопия и осанки у детей дошкольного возраста» • «Что такое здоровый образ жизни» • «Речь на кончиках пальцев» • «Адаптация – это серьезно» • «Что нужно сделать, чтобы снять усталость и укрепить мышцы спины» • «Страховка ребёнка на спортивных снарядах и тренажёрах» • «Как воспитать здорового малыша» • «Закаливание детского организма» • «Самомассаж и точечный массаж» • «Игровой массаж, как средство подготовки руки к письму» 	Зам.заведующего Специалисты ДОУ: инструктор по физической культуре, медсестра, учитель-логопед, педагог-психолог,	В течение года по плану или по запросу родителей
«День здоровья»	Инструктор по физической культуре	Согласно годовому плану образовательной работы 1 раз в квартал.
«День матери»,	Музыкальный руководитель, концерт	Ежегодно, ноябрь
«Воспитание театром»	Руководитель музыкального театра «Карамелька» - музыкальный руководитель, выступление со спектаклями в ДДТ, в детском саду	Ежегодно, январь
Спортивные праздники, посвященные 23 февраля, Дню космонавтики	Инструктор по физической культуре	Ежегодно, февраль, апрель
День физкультурника	Инструктор по физической культуре	Ежегодно, август
Зарница «Дорогой Победы»	Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель	Ежегодно, май
День защиты детей	Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель	Ежегодно, 1 июня.

План мероприятий по профилактике школьной дезадаптации.

№	Содержание	Ответственный	Срок исполнения
1.	Медицинский осмотр детей за год до поступления их в школу	Врачи детской поликлиники Медсестра	По графику поликлиники
2.	Проведение диагностики достижения планируемых результатов на этапе завершения дошкольного образования выпускников ДОУ	Специалисты ДОУ	Сентябрь, май
3.	Коррекционная работа с детьми с общим недоразвитием речи	Учитель-логопед	В течение года
4.	Диагностика физической подготовленности	Инструктор по физической культуре	Сентябрь, май
5.	Ознакомление родителей с результатами проведения ППк по освоению основной и адаптированной образовательных программ для детей с ОВЗ ДОУ	Воспитатели Специалисты	Сентябрь, май
6.	Анкетирование родителей «Особенности развития личности вашего ребенка»	Воспитатели	По плану воспитателя подготовительной группы
7.	Консультация для родителей «Кризис 7 лет»	Воспитатель подготовительной группы	По плану



4. Материально-техническое, программно-методическое и медицинское обеспечение программы

Помещения для физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей работы с детьми:

- Спортивный зал
- Спортивная площадка на территории детского сада
- Спортивные уголки в каждой группе

Медицинский блок:

- Медицинский кабинет
- Процедурный кабинет

4.1. Организация предметно – развивающей среды ДОУ/

№	Помещения	Условия	Мероприятия
1.	Совмещенный Спортивный/музыкальный зал	Спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий с детьми, шведские стенки. Пианино, музыкальный центр, проектор	- Утренняя гимнастика - Физкультурные занятия - Физкультурные развлечения, соревнования и праздники - Индивидуальная работа по освоению физических навыков и умений Музыкальные занятия - Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми – репетиции музыкальных спектаклей, музыкальные инструменты, игровые пособия. - Развлечения, праздники, утренники
2.	Спортивная площадка ДОУ	Оборудование: трех уровневое бревно, лабиринт.	- Утренняя гимнастика на воздухе - Физкультурные занятия на воздухе - Спортивные праздники и соревнования на воздухе
3.	Кабинет учителя - логопеда	Методические пособия, наглядно-дидактический материал, зеркало, стол для проведения занятий	Подгрупповые, индивидуальные занятия - Консультирование родителей, педагогов
4.	Методический кабинет	Методические пособия, наглядно-дидактический материал, компьютерное оборудование.	Консультации и мероприятия для педагогов - Консультации для родителей - Проведение ППк ДОУ - Планирование и ведение документации ДОУ
5.	Медицинский кабинет (кабинет медицинский, процедурный)	Документация, лекарственные препараты, оборудование	- Осмотр детей - Антропометрия - Вакцинация детей - Оказание медицинской помощи
6.	Пищеблок	Оборудование, посуда, продукты	- Приготовление пищи, подготовка и раздача пищи
7.	Прачечная	Оборудование, белье	- Стирка, сушка и глажение белья

Перечень спортивного оборудования физкультурного зала.

№ п/п	Наименование спортивного оборудования	Количество
1.	Шведская стенка.	3 пролета
2.	Доска ребристая	1 штука
3.	Доска h=20 см	2 штуки
4.	Бревно переносное	1 штука
5.	Канат	3 штуки
6.	Скамейка гимнастическая	4 штуки
7.	Кольцебросы	4 штуки
8.	Мешочки с песком	10 штук
9.	Разметочные конусы с отверстиями	8 штук
10.	Мяч малый массажный твёрдый	25 штук
11.	Фитбол с рожками	9 штук
12.	Мячи резиновые d – 15 см	20 штук
13.	Мячи волейбольные d=20 см	9 штук
14.	Набор (клюшка и шайба)	5 штук
15.	Кегли	12 штук
16.	Мяч набивной	7 штук
17.	Цветные ленты на кольцах	15 штук
18.	Обруч (d – 60)	20 штук
19.	Обруч (d – 40)	10 штук
20.	Щит для бросков в цель	2 штуки
21.	Мат большой желто-зеленый	1 штука
22.	Мат – дорожка со следами	2 штуки
23.	Массажные коврики	5 штук
24.	Гимнастические палки	22 штуки
25.	Тоннель	2 штуки
26.	Мягкие модули	6 штук
27.	Маски-шапочки животных	5 штук
28.	Дуги пластмассовые на основании	6 штук
29.	Эстафетная палочка	2 штуки
30.	Насос	1 штука
31.	Мячи футбольные	2 штуки
32.	Бубен	2 штуки
33.	Корзина для мячей пластмассовая	6 штук
34.	Мешки для прыжков	4 штуки
35.	Тренажер функциональный	1 штука
36.	Кубики разметочные	20 штук
37.	Скакалки пластмассовые	10 штук
38.	Скакалки гимнастические	7 штук

4.2. Нормативно-правовое обеспечение программы по организации оздоровительной деятельности

Дошкольное образовательное учреждение в своей деятельности руководствуется нормативно-правовыми документами разного уровня: федерального, регионального, муниципального, регламентирующими деятельность, а также внутренними локальными актами, регулирующими деятельность учреждения:

1. Конституция Российской Федерации, ст.43,72.
2. Семейный кодекс Российской Федерации.
3. Конвенция о правах ребёнка. ст.46

4. Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273.
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования».
6. «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений», утвержденная приказом Минздрава РФ № 139 от 04.04.2003г.
7. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27.10.2020г.
8. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» от 28.09.2020г.
9. Устав и другие локальные акты ДОУ.

4.3. Методическое обеспечение (программы, технологии, методические рекомендации по организации оздоровительной деятельности)

1. Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ детского сада № 61
2. Адаптированная образовательная программа МБДОУ детского сада № 61 для детей с тяжелым нарушением речи детей старшего дошкольного возраста.

Парциальные программы

- Программно-методический комплекс дошкольного образования «Мозаичный парк»;
- «Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста» / под ред. А.И.Бурениной
- «Танцевальная ритмика» Т.И.Суворовой
- «Программа дошкольного образовательного учреждения компенсирующего вида для детей с нарушениями речи» / под ред. Г.В.Чиркиной

4.4. Кадровое обеспечение программы

Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.

№ п/п	ФИО	Должность	Курсы повышения квалификации
2019-2020			
1.	Ларина О.А	Воспитатель	«Повышение педагогической культуры педагогов и её влияние на здоровьесбережение, развитие личности ребёнка раннего и дошкольного возраста» (в рамках ФГОС)
2.	Бодина Е.С	Воспитатель	«Повышение педагогической культуры педагогов и её влияние на здоровьесбережение, развитие личности ребёнка раннего и дошкольного возраста» (в рамках ФГОС)
3.	Камбулова Ю.П.	Заместитель заведующего	«Повышение педагогической культуры педагогов и её влияние на

			здоровьесбережение, развитие личности ребёнка раннего и дошкольного возраста» (в рамках ФГОС)
4.	Орлова Ю.А.	Инструктор по физической культуре	«Организация работы инструктора по физической культуре ДОО в условиях реализации ФГОС»
2020-2021			
1.	Карпеева И.В.	воспитатель	«Инклюзивное образование детей с ОВЗ в ДОУ»
2.	Ларина О.А.	воспитатель	«Инклюзивное образование детей с ОВЗ в ДОУ»
3.	Орлова Ю.А.	Инструктор по физической культуре	«Интерактивные технологии обучения дошкольников»
4.	Решетникова Ю.С.	Учитель-логопед	«Логопедическая работа с детьми дошкольного возраста в условиях реализации ФГОС ДО»
5.	Солонина Л.В.	Воспитатель	«Инклюзивное образование детей с ОВЗ в ДОУ»
6.	Истошина Н.В.	Воспитатель	«Инклюзивное образование детей с ОВЗ в ДОУ»
2021-2022			
1.	Гарипова И.Н.	воспитатель	«Целевые ориентиры ДО; физическое развитие в условиях реализации ФГОС ДО».
2.	Ларина О.А.	Воспитатель	«Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»
3.	Мягкова М.О.	Воспитатель	«Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»
4.	Солонина Л.В.	Воспитатель	«Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»
5.	Истошина Н.В.	Воспитатель	«Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»
6.	Решетникова Ю.С.	Учитель-логопед	«Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»
7.	Орлова Ю.А.	Инструктор по физической культуре	«Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»
8.	Горбунова Н.В.	Музыкальный руководитель	Формирование комфортной и безопасной среды в соответствии с ФГОС. Оказание первой помощи»

Вопросы повышения педагогической культуры родителей необходимо рассматривать в тесной связи с повышением квалификации самих воспитателей и специалистов, поскольку уровень их профессионального мастерства определяет отношение семьи к детскому саду, педагогам и их требованиям. Педагоги детского сада постоянно повышают свою квалификацию через прохождение курсов повышения квалификации, тематических и целевых курсов при «Институте развития образования» Свердловской области, ФГБ ЩУ ВО «УрГПУ», В период с 2019-2022 годы все педагоги нашего образовательного учреждения прошли обучение по таким направлениям, как «Организация и контроль качества питания детей в ДОО», «Оказание первой помощи в образовательной организации», «Современные подходы к

организации образовательного процесса в группах раннего возраста в условиях реализации ФГОС ДО», «Инклюзивное образование детей с ОВЗ в ДОО», «Повышение педагогической культуры педагогов и её влияние на здоровьесбережение, воспитание и развитие ребёнка дошкольного возраста в рамках ФГОС» и др

4.5. Контроль и руководство физкультурно-оздоровительной деятельностью

Циклограмма контроля за осуществлением физкультурно-оздоровительной работы.

№	Тематика контроля,	Вид контроля	Формы и методы контроля	Сроки Ответственные
1.	Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей	Оперативный	Постоянно	Заведующий ДОУ
2.	Результаты медицинского осмотра детей	Мониторинг	Постоянно	Медсестра
3.	Проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня	Оперативный, плановый, персональное наблюдение	Постоянно	Заместитель заведующего
4.	Организация питания	Персональное посещение групп, пищеблока, изучение документации	Постоянно	Заведующий ДОУ Медсестра
5.	Применение здоровьесберегающих технологий в режиме дня.	Оперативный, плановый	Постоянно	Заместитель заведующего Медсестра
6.	Выполнение санэпидрежима	Оперативный	Постоянно	Заведующий ДОУ Медсестра
7.	Проведение закаливания, разумное сочетание его различных видов	Оперативный	По циклограмме оздоровительных мероприятий ДОУ	Медсестра
8.	Выполнения натуральных норм питания	Индивидуальные беседы, изучение меню, анализ калорийности	Каждые 10 дней	Заведующий ДОУ Медсестра
9.	Уровень педагогического мастерства и состояние педагогического процесса по разделу «Физическое развитие»	Анкетирование, просмотр занятий, диагностирование	1 раз в год	Заведующий ДОУ Зам.заведующего
10.	Уровень физического развития и здоровья детей	Посещение занятий, беседы, диагностика	В соответствии с годовым планом ДОУ	Зам.заведующего
11.	Организация работы с родителями по оздоровлению детей в семье	Анкетирование, посещение мероприятий	В соответствии с годовым планом ДОУ	Заведующий ДОУ Старший воспитатель

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 661131406992472463403399306529426389103633061503

Владелец БЕЛКИНА ВАЛЕНТИНА ВИТАЛЬЕВНА

Действителен с 12.02.2025 по 12.02.2026