

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
г. Мурманска № 154

Принята:  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30 августа 2023 г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ 154 г. Мурманска  
\_\_\_\_\_/И.Г.Мыльникова  
Приказ № 181 от 30 августа 2023 г.

**Программа  
оздоровления детей в условиях детского сада  
«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

**г. Мурманск  
2023**

**Содержание программы:**

№ п/п	Название подраздела	Страницы
	I Целевой раздел	
1.1	Пояснительная записка к программе «Здоровый малыш»	3-4
1.1.1.	Цели и задачи программы	4
1.1.2.	Принципы программы	4
1.1.3.	Объекты программы	4
1.1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	5-7
1.1.5.	Реализация основных направлений программы	7
1.1.6.	Планируемые результаты	7
	II Содержательный раздел	
2.1	Анализ состояния здоровья детей за 2023 - 2024уч.год	8-10
2.2	Формы и методы оздоровления детей	11
2.3	Система физкультурно – оздоровительной работы с детьми	12-14
2.4	Работа с детьми	15-17
2.5	Взаимодействие с семьями воспитанников	18-19
	III Организационный раздел	
3.1	Организационно - методическое и психолого – педагогическое обеспечение программы	20
3.2	Условия реализации задач, намеченных программой	20-21
3.3	Техническое обеспечение программы	21
3.4	Кадровое обеспечение программы	21-24
	Приложения	25-30

## РАЗДЕЛ I. Целевой раздел.

### 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К ПРОГРАММЕ ОЗДОРОВЛЕНИЯ «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»

Программа разработана на основе федеральной образовательной программы дошкольного образования, программы оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш», под ред. З.И.Бересневой.

Программа разработана в силу актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДОУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий, их реализацию в течение 1года. Программа способна создать новые условия для воспитания здоровой личности.

#### **Актуальность**

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

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 8 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Здоровый образ жизни сегодня – это требование времени. Быть здоровым стало модно и престижно. Газеты пестрят заголовками статей о новых методах лечения самых разных болезней. На каждом канале есть своя передача, посвященная только вопросам здоровья и здорового образа жизни. Казалось бы, детям, молодежи рано думать о здоровье. Между тем, во-первых, врачи с тревогой отмечают, как молодеют с каждым годом болезни. А во-вторых, юность, увы, дается нам не навсегда. Несерьезное отношение к своему здоровью у сегодняшнего школьника может в будущем помешать ему занять то место в жизни, о котором он мечтает. Современный человек, строя свой день, свою жизнь, свое здоровье, обязан идти в ногу со временем. Ему необходимо знать о новых разработках медиков и ученых, которые помогут ему сохранить здоровье.

Поэтому в ДОУ необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

#### **Законодательно-нормативное обеспечение программы:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
2. «Федеральная образовательная программа дошкольного образования», утв. Министерством просвещения приказом № 1028 от 25.11.2022 г.;
3. Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш», под ред. З.И.Бересневой;

4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020;
5. Санитарные правила и нормативы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01. 2021г;
6. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка РФ»;
7. Конвенция о правах ребенка;
8. Устав образовательного учреждения.

### **1.1.1. Цели и задачи программы.**

**ЦЕЛЬ:** *Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.*

#### **Задачи программы:**

1. Создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей.
2. Усилить воспитательные функции образования по приобщению детей к нравственным ценностям, формированию здорового образа жизни и профилактике асоциальных явлений.
3. Внедрять в учебно-воспитательный процесс совершенные оздоровительные здоровьесберегающие технологии, методики, приобщающие детей к нравственно - экологическим ценностям и формированию здорового образа жизни.
4. Совершенствовать формы и методы рациональной организации двигательной активности детей в организованной и самостоятельной деятельности.
5. Обеспечить тесное взаимодействие родителей, педагогического и медицинского персонала для решения лечебных, профилактических, коррекционных и физкультурно-оздоровительных задач укрепления и сохранения здоровья детей, приобщения их к нравственным ценностям.
6. Разнообразить формы работы ДОУ.
7. Способствовать качественной подготовке, повышению уровня профессиональной компетентности медицинских и педагогических работников, в использовании здоровьесберегающих технологий.

### **1.1.2. Принципы программы.**

*Принцип научности* – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

*Принцип активности и сознательности* – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

*Принцип комплексности и интегративности* – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

*Принцип адресованности и преемственности* – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

*Принцип результативности и гарантированности* – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### 1.1.3. Объекты программы.

1. Дети дошкольного образовательного учреждения с 2-х до 8 лет.
2. Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
3. Педагогический коллектив образовательного учреждения.

### 1.1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.

В содержании Программы учтены характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста (2-8 лет)

Структура групп в ДООУ

Группа	Возраст детей	Направленность групп
Ранний возраст	2 – 3 года	Общеразвивающая
Младшая	3 – 4 года	Общеразвивающая
Средняя	4 – 5 лет	Общеразвивающая
Старшая	5 – 6 лет	Общеразвивающая
Подготовительная	6 – 8 лет	Общеразвивающая

Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста:

Основной структурной единицей ДОО является группа детей дошкольного возраста.

Психолого-педагогическая работа с воспитанниками строится с учётом возрастных особенностей развития детей, для правильной организации осуществления образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях ДОО.

В МБДОУ предусмотрена работа:

- логопедического пункта;
- педагога – психолога при подготовке детей к школе.

#### **Возрастные особенности воспитанников:**

**Ранний возраст:** ребенок несамостоятелен: ему необходимо чувство защищенности, которое обеспечивает взрослый. Идет бурное становление жизненно важных систем: центральной нервной, сердечно – сосудистой, опорно – двигательной, лимфатической. Ребенку биологически свойственна спонтанная двигательная активность, до 60 % времени бодрствования должно уходить на движение. Дети любят повторение, что дает им возможность хорошо овладеть материалом и почувствовать себя уверенно. Ребенок не способен произвольно контролировать проявление эмоций; еще не понимает разницу между живым и неживым и усваивает ее из наблюдений за отношением к разным объектам взрослого, это лучшее время для формирования любых хороших привычек. Освоение мира предметов связано с формированием начальной орудийной деятельности. В игре ребенок воспроизводит именно игровые действия, используя для этого разнообразные предметы – заместители. Значительное увеличение словарного запаса приводит к появлению желания выразить с помощью речи свои впечатления, мысли, интересы. Интенсивно развивается фонематический слух. Расширяется сенсорный опыт ребенка: восприятие формы, величины, пространственных отношений.

**Младший возраст:** «Кризис 3 лет» проявляется в стремлении к самостоятельности. Ребенок чувствителен к оценкам взрослого, все больший интерес приобретает сверстник. Ребенок склонен заимствовать игровой опыт других детей и подражать им, появляются индивидуальные симпатии. В игре ребенок воспроизводит игровые действия, используя при этом разнообразные предметы – заместители. Продолжается формирование хороших привычек. Ребенку необходима двигательная активность. Продолжает увеличиваться словарный запас; речь в основном остается ситуативной и диалогической, но становится более сложной и развернутой. Изменяется словарный состав речи; возрастает доля глаголов, прилагательных и др. частей речи. Длина предложений увеличивается,

появляются сложные предложения. Совершенствуются и становятся более направленными, процессы сенсорного ознакомления с предметами. Память остается произвольной. Переключение внимания с помощью словесной инструкции часто требует неоднократного повторения. Устойчивость внимания возрастает, но зависит от степени заинтересованности.

**Средний возраст:** в развитии личности ребенка происходит развитие созидательного и познавательного отношения к предметному миру; происходит дальнейшее развитие целеполагания, которое идет по линии появления связанных между собой целей. В своем познании окружающего ребенок способен выходить за пределы того, с чем непосредственно сталкивается сам. В развитии деятельности изменяется отношение ребенка к продукту целенаправленных действий из уже достигнутых целей умение ставить вытекающие новые цели. Развивается самостоятельная и творческая деятельность. Впервые появляются эстетические чувства. В сфере социальных отношений ребенок остается в пределах своего непосредственного опыта, приобретенного в общении с другими детьми и взрослыми в наблюдениях за взаимоотношениями окружающих; ребенок начинает переходить к совместной игре и к эпизодическому неигровому общению со сверстниками в форме обмена мнениями, информацией, демонстрации своих знаний. Оценка и отношение к сверстникам, носят еще дифференцированный характер. Происходит бурный расцвет фантазии. Пятый год жизни – период наивысшей речевой активности. Ребенок легко подхватывает начатый разговор, любит делиться впечатлениями. Собственная инициативная речь отличается многословием и экспрессией; высказывания часто характеризуются отсутствием логичности, в согласовании слов в предложении допускаются ошибки. Увеличивается употребление различных частей речи. Значительная часть словарной работы осуществляется на основе усвоения этических норм и правил поведения.

**Старший возраст:** появление произвольности решающее изменение в деятельности ребенка – целью последней становится владение собственным поведением, что имеет решающее значение для успешности последующего школьного обучения. Изменяется представление о себе, появляются представления о желательных и нежелательных чертах и особенностях. Изменяется отношение к сверстникам, которые приобретают по-настоящему серьезное значение в жизни ребенка. Центральной фигурой по-прежнему остается взрослый. Дальнейшее развитие речи способствует взаимопониманию в общении со сверстниками. Накапливаются различные знания и сведения об окружающем, которые ребенок стремится осмыслить и упорядочить, которыми жаждет поделиться с окружающими. Ребенок самостоятельно налаживает и осуществляет совместную игру. Таким образом, изменяется роль взаимоотношений со сверстниками, которые усложняются в эмоциональной жизни. Познавательная сфера начинает играть существенную роль в общем познавательном развитии, наблюдается: стремление расширять познавательные горизонты действительности, т.е. свой кругозор; желание выявить и вникнуть в существующие в нашем мире связи и отношения; потребность утвердиться в отношении к окружающему миру. Ребенок овладевает всей сложной системой грамматики, достаточно высок уровень лексики. В речи появляются синонимы и антонимы, образные сравнения и противопоставления. В высказываниях появляется множество слов, относящихся к разным частям речи и обозначающих деятельность людей, их взаимоотношения, поступки и т.д. ребенок овладевает правильным произношением всех звуков речи.

**Подготовительный к школе возраст:** в жизни ребенка появляется ответственность. Решающее значение в готовности к усвоению новых знаний, умений и навыков имеет развитие познавательной сферы: упорядочивание информации, установление осмысленных взаимосвязей окружающего мира (причинно – следственные); дальнейшее формирование положительного отношения к миру. Ребенок овладевает некоторыми специальными знаниями и навыками: грамотой, счетом, решением задач, традиционно относящимся к школьным. Продолжается формирование привычки к здоровому образу

жизни, развитие двигательной активности. Функциональные возможности организма достаточно высоки. В свободной самостоятельной деятельности ребенок осуществляет выбор между игрой и продуктивными видами деятельности. Происходит «расцвет» игровой деятельности. Продолжается развитие рефлексии – способности осознавать и отдавать себе отчет в своих целях, полученных результатах, способах их достижения, переживаниях, чувствах и побуждениях. Продуктивное сотрудничество со сверстниками существенно отличается от совместной игры. Важные изменения в личности ребенка связаны с изменениями в представлении о себе и в осознании отношения к ребенку окружающих. Ребенку доступно моральное поведение, особенностью которого является расхождение между знанием норм и личным отношением к их соблюдению и нарушению. Продолжает развиваться интерес к художественной литературе, совершенствуется эстетическое восприятие, художественно – исполнительские навыки. Развиваются интеллект, творческое, продуктивное, абстрактное воображение и мышление. Ребенок овладевает всеми сторонами родного языка: звуковым составом, словарем, грамматическим строем. Овладение системой морфологических средств оформления грамматических категорий, способами словоизменения; увеличивается объем сложных предложений.

### **1.1.5. Реализация основных направлений**

*Профилактические:*

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации.
2. Выполнение санитарно - гигиенического режима.
3. Проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий.
4. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
5. Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики.
6. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

*Организационные:*

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.
3. Составление индивидуальных планов оздоровления.
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

### **1.1.6. Планируемые результаты.**

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости детей на 1-3%.
5. Повышение профессиональных знаний педагогов.
6. Ежегодное расширение и углубление межведомственных связей по вопросам здорового развития детей, их физического и нравственного совершенствования.
7. Формирование позитивного отношения и повышение активности родителей в работе по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, приобщения их к здоровому образу жизни, нравственным ценностям.

8. Регулярное повышение уровня квалификации и профессиональной компетентности педагогических и медицинских кадров через качественно новые формы методической работы в ДОУ, обучение на различных проблемных курсах и семинарах.
9. Распространение передового педагогического опыта специалистов учреждения по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.
10. Модель выпускника «Здоровый дошкольник» (Приложение 1).
11. Диагностика в ДОУ (Приложение 2, 3, 4).

## Раздел II. Содержательный раздел.

### 2.1. Анализ состояния здоровья детей по МБДОУ 154 г. Мурманска

#### Итоги медицинского осмотра воспитанников в 2022-2023 г

	Всего
1. Количество воспитанников всего: из них подлежало осмотру	98 чел
2. Количество детей, имеющих отклонения:	
зрение	8
слух	0
<u>хронические заболевания:</u>	
нервной системы  гипертенз. синдром	10
эписиндром	0
психические заболевания	0
болезни крови	5
болезни эндокринной системы	10
<u>болезни органов дыхания:</u>	36
ЧБД	14
аденоиды	7
респир. аллергоз	8
хр. тонзилит	3
прочее (ал. ренит)	9
<u>болезни органов пищеварения:</u>	2
ДЖВП	3
<u>болезни костной и мышечной системы:</u>	26
наруш. осанки	10
плоскостопие	27
<u>болезни кожи:</u>	12
келлоидн. рубцы	0
ал. дерматит	12
<u>болезни мочевыделительной системы:</u>	
ИМВП	3
тубинфицированных инвалидов	Нет
3. Число воспитанников по группам здоровья:	
I группа	21
II группа	60
III группа	17
IV группа	0



4. Индекс здоровья детей.	18,1%
5. Число часто болеющих.	7,2%

**Анализ заболеваемости  
воспитанников МБДОУ 154 за 2022- 2023 г.**

№	Наименование заболеваний	Группы раннего возраста		Дошкольные группы		Общая	
		абс. числ	%	абс. числ	%	абс. числ	%
1.	<b>Кишечные инфекции:</b> всего дизентерия сальмонеллез прочие	<b>0</b> - - -	<b>0</b> - - -	<b>3</b> - - -	<b>3,8 %</b> - - -	<b>3</b> - - -	<b>3,1%</b> - - -
2.	<b>Детские капельные:</b> всего дифтерия коклюш скарлатина ветряная оспа краснуха	<b>0</b> - - - 0	<b>0</b> - - - 0	<b>0</b> - - - 1	<b>0</b> - - - 1,3 %	<b>0</b> - - - 1	<b>0</b> - - - 1,0 %
3.	<b>Вирусный гепатит</b>	-	-	-	-	-	-
4.	<b>Прочие:</b> мононуклеоз туб. менингит	0 -	0 -	- -	- -	<b>0</b> -	<b>0</b> -
5.	<b>Паразитарные:</b> всего энтеробиоз аскаридоз прочие чесотка микроспория	-- 0 -- - -- --	-- 0 -- - -- --	- 0 -- 2 - -	- 0 - 2,6 % - -	- 0 -- 2 - -	- 0 - 2,0 % - -
6.	<b>Болезни органов зрения и слуха:</b> всего о. конъюнктивит о. отит прочие	<b>4</b> 3 1 -	<b>12%</b> 9 % 3 % -	<b>5</b> 2 3 -	<b>5,4 %</b> 2,2 % 3,2 % -	<b>10</b> 5 4 -	<b>7 %</b> 3,9 % 3,1 % -
7.	<b>Болезни органов дыхания:</b> всего	<b>91</b>	<b>335,3%</b>	<b>113</b>	<b>121,1%</b>	<b>2</b>	<b>161,9%</b>

	ОРЗ + бронхит	90	272%	112	120%		160,3%
	грипп	-	-	2	2,6 %	2	2,0 %
	пневмония	-	-	1	1,3 %	1	1,0 %
	ангина	1	3 %-	1	1,1%	2	1,6 %
	прочие						
8.	<b>Болезни органов пищеварения:</b>						
	всего	-		-			
	стоматит	-		-			
	о. аппендицит	-		-			
	прочие	-		-			
9.	<b>Болезни кожи:</b>						
	всего	-		-	-	-	-
	стрептодермия	-		-		-	
	фурункулез	-		-		-	
	прочие(аллерг.,лишай)	-		-		-	
10.	<b>Болезни почек:</b>						
	всего	-		-			
	ИМВП, о.п./нефрол.						
11.	<b>Травмы, отравления</b>	-	-	2	2,1%	2	2,1%
		-	-	-	-	-	-
12.	<b>Всего заболеваний</b>	<b>102</b>	%	<b>159</b>	153,1%	<b>75</b>	379,6%
13.	<b>Количество детей</b>	102		159			

#### Группы здоровья

Группы здоровья	2021 г детей	2022 г детей
I гр.	14	21
II гр.	66	60
III гр.	29	17
IV гр.	1	0

#### Физкультурная группа

Группы	2021 г	2022 г
основная	110	98
подготовительная		
специальная	--	--

#### Индекс здоровья

	2020 г	2021 г	2022 г
по детскому саду	22 %	23%	23%
по данным Поликл.№1	17,0 %	17.4 %	18.1 %

#### Частоболеющих детей

	2021 г	2022 г
по детскому саду	7,2%	7,9%

## 2.2. Формы и методы оздоровления детей.

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адапт. период) - гибкий режим - - организация микроклимата и стиля жизни группы на основании Кодекса	все группы -//- -//-
2	Физические упражнения	- утренняя гимнастика - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамичные игры - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопие, зрение) - спортивные игры - занятия в спортивных секциях - пешие прогулки	все группы -//- -//- мл.-подг.  ср., ст. подг. -//-
3	Гигиенические и водные процедуры	- умывание - мытье рук - игры с водой - обеспечение чистоты среды	все группы -//- -//- -//-
4	Активный отдых	- развлечения, праздники - игры-забавы - дни здоровья - каникулы	все группы -//- -//- -//-
5	Музотерапия	- музсопровождение режимных моментов - музоформление фона занятий - музтеатральная деятельность - хоровое пение (в том числе звуковое)	все группы  -//- -//- -//-
7	Аутотренинг и психогимнастика	- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний - коррекция поведения	ранний возраст  ср, ст, подг.  ст., подг. -//-
8.	Спецзакаливание	- ходьба босиком - - игровой массаж - - дыхательная гимнастика	Все группы
9.	Пропаганда ЗОЖ	- Эколого – валеологический театр - - периодическая печать - - курс лекций и бесед - - спецзанятия (ОБЖ)	Мл. – подг.гр. -//- -//- Ст., подг. гр.
10	Диетотерапия	- Рациональное питание	Все группы
11	Свето- и цветотерапия	- Обеспечение светового режима - цветное и световое сопровождение среды учебного процесса	Все группы -//-

### 2.3. Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№ п/п	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Продолжительность, мин
1	2	3	4	5
<b>1. Организация двигательного режима в ДОУ</b>				
1.1	Утренняя гимнастика	Все	8:00-8:30	7-10
1.2	Занятия по физической культуре	Все	По сетке занятий два-три раза в неделю	10-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Все	По необходимости	3 - 5
1.4	Физкультминутка	Все	Во время занятий	3-5
1.5	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей	Все	Во время прогулок	Не менее 3 ч
1.6	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все	В свободное от занятий время	30-40
1.7	Физкультурный досуг	Все	Один раз в месяц	15-30
1.8	Соревнования, эстафеты	Подготовительная группа	По плану	30
1.9	Спортивные праздники	Дошкольные группы	Три раза в год	30
1.10	Походы, экскурсии в парк и т. д.	Старшая и подготовительная группы	1раз в месяц	60
1.11	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: - Неделя здоровья - "Папа, мама, я — спортивная семья" - "Веселые старты" - Участие родителей в массовых мероприятиях вне ДОУ (семейные эстафеты) -	Все	По желанию родителей и педагогов Ежемесячно Ежеквартально  На прогулке	45-60
1.12	Индивидуальная работа по развитию движений	Все	Ежедневно	12-15

1.13	Посещение спортивного зала: подвижные игры, эстафеты и др.	Все	2 раза в неделю	10-15
<b>2. Оздоровительная работа с детьми</b>				
2.1	Закаливающие мероприятия: - прием детей на улице  - проветривание помещений - воздушные ванны - гимнастика после сна  - обширное умывание - сон без маек - ходьба по дорожкам здоровья	Все  Все 1-я и 2-я мл. гр. Все  II мл. и ср. гр. То же	В завис. от погоды  По графику После сна После сна  После сна После сна	35  В соотв. с СанПиН 5,10,15 7-15 10-20  5 — 10
2.2	Профилактические мероприятия: - самомассаж ушных раковин - самомассаж стоп - полоскание рта и горла (простое и контрастное) - фитотерапия	То же То же Ст. и подг. гр.  Все	На физ. зан. То же После приема пищи	По плану По плану По плану
2.3	Просветительская работа: - Островок безопасности, ПДД - Уголки здоровья - Выставки детских рисунков и семейных работ, посвященных формированию здорового образа жизни	Все Все  Все	Материал используется на месте или берется в группу для изучения в повседневной жизни. По желанию детей, родителей, педагогов	По желанию детей
<b>3. Коррекционная работа</b>				
3.3	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия	Все	На физ. занятиях	3 — 5
3.4	упражнения на формирование правильной осанки	Все	На физ-х занятиях	3 — 5
<b>4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни</b>				
4.1	Формирование навыков личной гигиены: - наличие индивидуальных и общих туалетных принадлежностей; - обучение (объяснение, напоминание, поощрение и т. д.); - демонстрация различных схем, моделей, правил, способствующих выполнению	Все	В соответствии и с реж. питания, с учетом необходимости	

	самостоятельных действий; - беседы о полезности, целесообразности и необходимости выполнения правил личной гигиены; - демонстрация информативного и дидактического материала на тему "Я и мое здоровье"			
4.2	Формирование навыков культуры питания: - сервировка стола; - эстетика подачи блюд; - этикет приема пищи и т. д.	Все	В соотв. с режимом питания, с уч. необходимости	-

### План оздоровления ЧБД

№ п/п	Мероприятия	Дата	Сроки
1	Осмотр врачом: - педиатр - отоларинголог - стоматолог - хирург - дерматолог	1 раз в квартал	Июнь, сентябрь, декабрь, март, май
		1 раз в год	Май-июнь
2	Лабораторные исследования: - общий анализ крови - общий анализ мочи - анализ кала на выявление гельминтов	1 раз в год	Март
3	Сезонная профилактика простудных заболеваний: - поливитамины - аскорбиновая кислота (витаминизация третьего блюда) - витаминизация полиненасыщенными жирными кислотами «ОМЕГА 3»	2 раза в год	15 дн. 30 дн. 30 дн. 2 раза в год
		1 др. – 3 р. в день 0,1-3 р. в день 3 р. в день	
4	Специальные закаливающие процедуры: - влажное протирание лица, рук, шеи. - босохождение	Ежедневно	В холодное время года В теплое время года
5	Физкультурно-оздоровительная работа: - утренняя гимнастика; - физкультурные занятия в зале (хождение по ребристой дорожке и др.) - ежедневные прогулки в летнее время. воздушные, солнечные ванны, водные процедуры, босохождение	Ежедневно. 2 раза в неделю	В холодное время года
		4ч в день	В теплое время года
6	Массаж грудной клетки	2 раза в год	По 2 недели

7	Лечебное питание: — соки, овощи	Ежедневно	Декабрь
8	Сквозные проветривания	Ежедневно	

## 2.4. Работа с детьми.

### 2.4.1. Педагогические наблюдения

Диагностика – комплекс мероприятий, определяющий исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, критерии здоровья, проблемы и потенциальные возможности детей.

Медицинские работники, изучая анамнез развития ребёнка, выявляют часто болеющих детей, детей с хроническими заболеваниями, дают рекомендации педагогам по организации оздоровительной работы.

Воспитатели изучают особенности физического развития детей, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни и в игре.

Педагог-психолог выявляет индивидуальные особенности поведения и эмоционально-волевой сферы.

Музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

Учитель – логопед изучает и корректирует особенности речевого развития детей.

Итогом обследования является проведение ППК, на котором обсуждаются диагностические данные по выявленным проблемам у детей, берутся под контроль наиболее сложные дети, намечается дальнейший план индивидуальной работы.

### 2.4.2. Полноценное питание.

*Принципы организации питания:*

- выполнение режима питания.
- гигиена приёма пищи.
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания.
- эстетика организации питания.
- правильность расстановки мебели.

### 4.2.3. Система закаливания.

*Комплекс закаливающих мероприятий:*

- соблюдение температурного режима в течение дня.
- правильная организация прогулки и её длительность.
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей.
- облегчённая одежда для детей в детском саду.
- сон с доступом свежего воздуха в тёплое время года.
- гимнастика после сна.
- мытьё рук прохладной водой.
- полоскание рта водой комнатной температуры.
- ходьба по дорожкам «Здоровья».
- контрастное обливание ног (летом).
- хождение босиком (летом).
- игровой массаж А. Уманской и К. Дейнеки.

#### **2.4.3. Условия организации оздоровительных режимов для детей.**

1. Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи, сон, общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.
2. Оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
3. Достаточный по продолжительности дневной сон детей. Длительность сна определяется индивидуальным проявлением структур головного мозга.
4. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Основными изменяющимися компонентами являются состояние периодов сна и бодрствования, двигательной активности детей на открытом воздухе и в помещении.
5. Санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями.
6. Присутствие в режиме дня элементов психо - эмоциональной разгрузки.
7. Вариативность режимов с учётом нестандартных ситуаций.

#### **2.4.4. Формирование представлений о здоровом образе жизни.**

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 состояния и ощущения.
8. Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
9. Систематическая работа по ОБЖ. («Познай себя»).

#### **2.4.5. Использование психологических и психопрофилактических средств и методов.**

*Психологический блок программы включает 3 направления:*

1. Общение.
2. Психотерапия.
3. Пространственно-педагогическая среда.

##### *1. Принципы общения:*

- выявление факторов, способствующих возникновению стрессовых состояний у детей.
- сотрудничество с детьми и взаимопонимание.
- исключение неприязни к детям и своих отрицательных эмоций.
- игнорирование неудач.
- качественные объективные оценки.
- запрет на сравнение детей с кем-либо в невыгодном свете, не ставить в пример.
- использование форм невербальной поддержки.
- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребёнка.



- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДООУ в целом.
- использование психолого-педагогических приёмов, направленных на предупреждение аффективных проявлений: индивидуальные беседы, применение подвижных игр, сюжетно-ролевых и режиссёрских игр.
- проведение эмоционально-стимулирующей гимнастики, специально организованных практических занятий, направленных на обучение детей основам коммуникации, обогащения эмоционального опыта ребёнка, смягчению и устранению эмоциональной неустойчивости, агрессивности, тревожности (Цикл занятий «Азбука общения»).

## *2. Виды терапии:*

- основой психотерапии является психогимнастика (М.И.Чистякова «Психогимнастика») – курс специальных упражнений, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка, как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.
- песочная терапия. Формы и варианты песочной терапии определяются особенностями конкретного ребёнка, специфическими задачами работы и её продолжительностью.
- музыкотерапия. Музыкотерапия включает в себя регулярное, ежедневное использование музыкальных пауз, игру на детских музыкальных инструментах, использование музыкальных игр в свободной деятельности.
- сказкотерапия. Интегративные технологии, оказывающие положительное влияние на психическое развитие в целом.

## *3. Требования, предъявляемые к развивающей среде ДООУ.*

- соблюдение комфортности и безопасности через создание сходства обстановки интерьера групповой комнаты с домашней обстановкой.
- обеспечение богатства сенсорных впечатлений.
- обеспечение самостоятельной индивидуальной двигательной деятельности.
- обеспечение возможности для исследовательской деятельности.
- создание развивающей предметно-пространственной среды, использование экспериментирования как одного из аспектов развития личности.
- наличие разнообразной предметной среды для развёртывания опытно-экспериментальной деятельности: мерные стаканы, нестандартные мерки, приборы, вода, глина, песок и т.д.

### **2.4.6. Коррекционно-педагогическая работа с детьми.**

1. Коррекционно-педагогическое воздействие, направленное на устранение речевого дефекта у детей: специально организованная образовательная деятельность, гимнастика артикуляционного аппарата, пальчиковые игры.
2. Специальная непосредственно организованная образовательная деятельность, направленная на развитие психической, физической, личностной сферы, а так же оздоровление всего организма ребёнка.

### **2.4.7. Лечебно-профилактическая работа.**

1. Специальные физкультурные комплексы: дыхательная гимнастика; упражнения на коррекцию осанки, плоскостопия; Формы организации индивидуальная, комплексная.
2. Фитотерапия: отвары, настои из трав (по назначению врача). Фитонциды.
3. Витаминотерапия: аскорбиновая кислота, витаминизированные напитки.
4. Иммуномодуляторы (по назначению врача).

### **2.4.8. Летние оздоровительные мероприятия.**

### Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон при открытых фрамугах, ходьба босиком.
- физкультурные занятия на воздухе.
- физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе.
- обливание ног водой.
- интенсивное закаливание стоп.
- витаминизация.

### 2.5. Взаимодействие с родителями (законными представителями).

Сроки	Мероприятия	Ответственные
Сентябрь	1. Анкетирование родителей. 2. Оформление «Уголка здоровья» 3. Консультация для родителей «Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка». 4. День здоровья «В гостях у осени»	Воспитатели Воспитатели, старшая медсестра.
Октябрь	1. Общее родительское собрание «Безопасность детей – забота общая». 2. Консультации в «Уголке здоровья» - «Кариеса можно избежать», - «Точечный массаж при ОРЗ». 3. Выставка овощных блюд, включающих чеснок, лук	Заведующий, ст. воспитатель, старшая медсестра  Педиатр.  Воспитатели, шеф-повар
Ноябрь	1. Консультация для родителей «Изготовление чесночных бус, кулончиков для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей». 2. День открытых дверей «Роль оздоровительных упражнений для развития равновесия, гибкости суставов (сюжетно-игровые занятия с элементами акробатики)	Старшая медсестра.  Воспитатели
Декабрь	1. Выступление родителей на тему физического оборудования в домашних условиях. 2. Показ фрагментов физкультурных занятий с использованием нетрадиционного оборудования	Родители  Воспитатели
Январь	1. Оформление стенда «Культура здоровья». 2. Консультации в «Уголке здоровья». - «Значение подвижных игр и развлечений в оздоровлении детей»; - «Как уберечь детей от простуды». 3. День здоровья «Зима спортивная»	Старшая медсестра  Воспитатели

Февраль	<ol style="list-style-type: none"> <li>Музыкально- физкультурное развлечение с родителями, посвященное Дню защитника Отечества «Богатырские игрища»</li> <li>Консультация в «Уголке здоровья» «Основы правильного питания».</li> <li>Выходы с родителями и детьми подготовительных групп на лыжню в выходные дни</li> </ol>	<p>музыкальный руководитель, воспитатели.</p> <p>Старшая медсестра</p> <p>Воспитатели</p>
Март	<ol style="list-style-type: none"> <li>Музыкально-спортивное развлечение «Проводы зимы».</li> <li>Дегустация витаминного чая (из брусники, шиповника, боярышника и др.).</li> <li>Консультация в «Уголке здоровья» «Роль витаминов в детском питании»</li> </ol>	<p>Музыкальный руководитель Воспитатели.</p> <p>Старшая медсестра</p>
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> <li>«День здоровья» Музыкально-спортивный праздник с родителями</li> <li>Консультация в «Уголке здоровья» «Как уберечь ребенка от травм»</li> </ol>	<p>музыкальный руководитель старшая медсестра</p>
Май	<ol style="list-style-type: none"> <li>Общее родительское собрание «Здоровый ребенок умный ребенок»</li> <li>Диагностика состояния здоровья выпускников детского сада</li> <li>«Организация летнего отдыха детей в МБДОУ».</li> <li>Консультация в «Уголке здоровья» «Контрастное воздушное и водное закаливание»</li> </ol>	<p>Заведующий.</p> <p>Воспитатели</p> <p>Старшая медсестра</p>
Июнь-август	<ol style="list-style-type: none"> <li>Мини-походы детей вместе с родителями в лес.</li> <li>Консультация в «Уголке здоровья» «Изготовление ароматических подушек».</li> <li>Физкультурный праздник «Здравствуй, лето!»</li> <li>Спортивная игра «Джунгли зовут!».</li> <li>Игра-путешествие «В гостях у доктора Айболита»</li> </ol>	<p>Воспитатели.</p> <p>Воспитатели.</p> <p>Воспитатели и дети старшей, подготовительной группы. Воспитатели и дети старшей, подготовительной группы</p>

### План спортивно-массовых мероприятий с детьми и родителями

Месяц	Вид мероприятия	Название мероприятия
Сентябрь	Музыкально-спортивный праздник	День знаний
Октябрь	День здоровья	«Осенняя олимпиада»
Ноябрь	Спортивно-конкурсная программа	«Веселый мяч»
Декабрь	Новогодние весёлые старты	«Здравствуй зимушка-зима!».
Январь	Физкультурное развлечение.	«Страна - Спортландия»

	совместно с родителями.	
Февраль	Спортивный праздник Развлечение совместно с родителями.	«Богатырские игрища»  «Славный праздник наших пап»
Март	Физкультурное развлечение.	«Проводы зимы»
Апрель	Спортивный шуточный праздник Спортивный праздник	Ко Дню смеха «День здоровья»
Май	Развлечение с играми, эстафетами	«Лету спортивному – УРА!»
Июнь, Июль, Август	Физкультурные развлечения по плану летней оздоровительной работы.	«Летний физкультурный день»

### Раздел III. Организационный.

#### Обеспечение реализации основных направлений программы

##### 3.1. Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение

1	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: - Дыхательная гимнастика Стрельниковой - лечебные игры Галанова.	<i>Старший воспитатель</i>
2	Проведение валеологизации всего учебного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, длительность занятий, санитарно-гигиенические условия)	<i>Старший воспитатель</i>
3	Деятельность педагога-психолога - психолого-педагогическое сопровождение воспитательно-образовательного процесса - коррекционные занятия с детьми - консультирование педагогов и родителей	<i>педагог-психолог</i>
4	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, журналов, проведение цикла лекций, консультативного пункта)	<i>Воспитатели, специалисты</i>
5	Налаживание тесного контакта с медико - психологическими и социальными службами города.	<i>Заведующий Старший воспитатель</i>
6	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	<i>Заведующий</i>

### 3.2. Условия реализации задач, намеченных программой «Здоровый малыш»:

В детском саду имеется:

- физкультурно-музыкальный зал, оборудованный необходимым инвентарём.
- спортивная площадка для занятий на воздухе, оснащённая необходимым инвентарём и оборудованием.
- картотека подвижных игр с необходимыми атрибутами.
- картотека физкультминуток и пальчиковых игр.
- в каждой возрастной группе уголки движения (спортивные уголки) для самостоятельной и совместной деятельности.
- медицинский блок.
- территория детского сада оборудована малыми игровыми и спортивными формами для организации двигательной деятельности. Площадки озеленены, что даёт возможность для детского отдыха, организации поисковой и опытнической деятельности.
- наличие специалистов: педагога-психолога, музыкального руководителя, учителя - логопеда.
- наличие кабинета психологической разгрузки, в каждой возрастной группе имеются уголки уединения для снятия эмоционального напряжения.

### 3.3. Техническое обеспечение.

1	Для обеспечения полноценной двигательной активности детей - оснащение физкультурным оборудованием музыкально – спортивного зала, спортивных уголков в возрастных группах, прогулочных площадок, спортивной площадки	Воспитатели
2	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ)	Начальник хозяйственного отдела
3	Технические средства обучения: - интерактивная доска (1 шт.) - мультимедийный проектор (3 шт.) - ноутбук (5 шт.) - телевизор (4 шт.) - планшет для песочной анимации (11 шт.)	Воспитатели, специалисты

### 3.4. Методическое обеспечение программы

Программы, технологии	Использующиеся в ДОУ элементы данных программных технологий
Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш» под ред. Бересневой	Система эффективного закаливания, ежедневные физкультурные занятия, преобладание циклических упражнений, организация ДА, доведение плотности занятий до 80%, психогигиена и психопрофилактика
«Здравствуй» М.Л. Лазарева	«Уроки здоровья», дыхательная гимнастика, логоритмика
Технология обучения в условиях активной сенсорно-развивающей среды	Отдельные технологии, оборудование, гимнастика для глаз, логоритмика

### 3.5. Кадровое обеспечение.

В целях эффективной реализации Программы в ДОУ создаются условия для профессионального развития педагогических и руководящих кадров, в т. ч. Их дополнительного профессионального образования.

Комплектование кадрами осуществляется в соответствии со штатным расписанием:

Должность	Кол-во работников	Образование		Квалификационная категория		
		Ср.- проф.	Высшее	соотв. з.д.	Первая	Высшая
<b>Руководящий состав</b>						
Заведующий	1		1			1
Начальник хозяйственного отдела	1	1				
<b>Педагогические работники</b>						
Старший воспитатель	1	1		1		
Воспитатели	10	5	5	6	1	2
Музыкальный руководитель	1		1			1
Учитель - логопед	1		1	1		
Педагог - психолог	1		1			1
<b>Учебно – вспомогательный персонал</b>						
Младшие воспитатели	7	4	3			
Старшая медсестра						

*Для успешной реализации программы обеспечиваются следующие психолого – педагогические условия:*

- уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным способностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития ребенка);
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

### **Работа администрации и педагогов ДОУ.**

**Цель:** координировать усилия коллегиальных органов в достижении результатов по реализации утвержденной оздоровительной программы.

**Ответственные:** администрация и педагоги ДОУ.

Вид коллегиального органа	Мероприятия	Сроки
---------------------------	-------------	-------

1. Семинар	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация оптимальной модели двигательного режима ДОУ.</li> <li>2. Коррекционно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста</li> <li>3. Результативность реализации программы по формированию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ.</li> </ol>	<p>Сентябрь 2023 г. Декабрь 2023 г.</p> <p>Апрель 2024 г.</p>
2. Медико-педагогические совещания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обсуждение планов по оздоровительной работе.</li> <li>2. Анализ выполнения комплексно-целевой программы.</li> <li>3. Организация коррекционной работы в группах раннего возраста.</li> <li>4. Анализ эффективности проведения закаливающих мероприятий.</li> <li>5. Анализ мониторинга результативности используемых оздоровительных программ.</li> <li>6. Анализ организации питания в ДОУ.</li> <li>7. Анализ коррекционной работы межведомственных связей по формированию у детей ЗОЖ.</li> <li>8. Утверждение планов и анализ результативности проведения совместных мероприятий ДОУ с семьями воспитанников.</li> <li>9. Персональный отчет педагогов, специалистов и медицинских работников о положительных результатах внедрения нетрадиционных подходов в оздоровлении детей.</li> <li>10. Анализ проведения летних оздоровительных мероприятий.</li> <li>11. Обсуждение, утверждение, анализ проведения смотров-конкурсов по физкультурно-оздоровительной работе.</li> <li>12. Анализ работы с детьми ЧБД и с детьми группы риска.</li> <li>13. Адаптация детей в группах раннего возраста.</li> <li>14. Результаты коррекционной работы с детьми на логопункте</li> </ol>	<p>Ежегодно 1 раз в кв.</p> <p>1-й год</p> <p>1 р. в полг.</p> <p>Ежегодно</p> <p>1 раз в кв. Ежегодно Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p>
3.Административные совещания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Утверждение локальных актов по организации оздоровительной работы.</li> <li>2. Анализ результативности работы специалистов по оздоровительной работе.</li> <li>3.Анализ заболеваемости детей.</li> <li>4. Анализ организации питания детей.</li> <li>5. Анализ организации летней оздоровительной работы.</li> </ol>	<p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно</p> <p>1 раз в кв. Ежегодно Ежегодно</p>
4.Производственные совещания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Утверждение документов нормативно-правовой базы, локальных актов по оздоровительной работе в ДОУ.</li> <li>2. Анализ заболеваемости детей в ДОУ.</li> <li>3. Анализ организации питания в ДОУ.</li> <li>4. Анализ физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ.</li> </ol>	<p>Ежегодно</p> <p>Ежегодно Ежегодно Ежегодно</p>

5.Родительский комитет.	<b>1.</b> Ознакомление с локальными актами по оздоровительной работе. <b>2.</b> Анализ результативности оздоровительной работы.	Ежегодно Ежегодно
-------------------------	--	----------------------

**Методическая работа с кадрами.**

**Цель:** координация деятельности всех участников педагогического процесса в соответствии с поставленными задачами, совершенствование профессионального мастерства всех участников педагогического процесса по приобщению детей к здоровому образу жизни, профилактике асоциальных явлений.

№	Мероприятия	Срок	Ответственные
<b>1</b>	Семинары: 1. «Формирование навыков эффективной социальной адаптации у дошкольников». 2. «Экология и здоровье» 3. «Моделирование проведения Дня здоровья в ДОУ». 4. «Новые подходы и направления в оздоровительной работе ДОУ»	январь 2024 г.  апрель, 2024 май 2024  ноябрь, 2023 г.	Ст.воспитатель, педагог - психолог  Старший воспитатель  Ст.воспитатель, м/сестра
<b>2</b>	Семинары-практикумы: 1. «Здоровье дошкольника. Новые подходы к оздоровлению». 2. «Модель выпускника ДОУ»	ноябрь, 2023г. декабрь, 2023г. февраль, 2024г.	Ст.воспитатель  Старший воспитатель
<b>3</b>	Консультации: 1. «Использование игр, заданий, упражнений для профилактики асоциальных явлений» 2. Формирование у детей привычки к ЗОЖ	сентябрь, 2023г.  март, 2024г.	Ст.воспитатель, педагог - психолог  Старший воспитатель
<b>4</b>	Работа творческой группы по разработке плана и конспектов занятий цикла «В здоровом теле – здоровый дух»	октябрь, 2023г.	Ст.воспитатель, воспитатели
<b>5</b>	Открытые просмотры: 1. Уроки здоровья. 2. Дни открытых дверей для родителей по вопросам оздоровительной работы. 3. Творческие отчеты по обобщению опыта работы педагогов. 4. Открытые просмотры фрагментов оздоровительной работы в режиме дня.	ноябрь, 2023г. февраль- апрель 2024г.  апрель, 2024г.  март, 2024г.	Старший воспитатель воспитатели
<b>7</b>	Конкурсы: 1. На самую здоровую группу 2. «Педагог года по оздоровительной работе»	апрель, ежегодно	Ст.воспитатель



ПРИЛОЖЕНИЯ:

**Критерии оценки эффективности программы  
«Здоровый малыш».**

<b>№</b>	<b>критерии</b>	<b>ответственные</b>	<b>выполнение</b>
1.	Степень адаптации ребёнка в детском саду: -поведение, -настроение, -работоспособность, -характер засыпания и пробуждения, утомляемость, -аппетит, -поведение на организованных занятиях	педагоги	
2.	Пропуск одним ребёнком по болезни	педагоги, ст.медсестра.	
3.	Детская заболеваемость	ст.медсестра	
4	Индекс здоровья	ст.медсестра	
5.	Результат профилактических осмотров, антропометрия.	ст.медсестра.	
6	Динамика распространённости хронических заболеваний.	ст.медсестра.	
7.	Реализация на практике деятельности по развитию и укреплению здоровья, следование принципам здорового образа жизни, ценностное отношение к здоровью, культуре здоровья.	педагоги	
8.	Уровневая оценка психофизического развития детей: -личностное развитие (контактность, статус в детском коллективе, выраженность эмоций). -развитие познавательных психических процессов: внимание, память, мышление, воображение, речь, восприятие. -кругозор. -двигательное развитие.	педагоги.	

## Модель выпускника «Здоровый дошкольник»

### 1. Здоровье и физическое развитие

- 1.1. Физическое развитие соответствует возрастной норме.
- 1.2. Физически подготовлен к обучению в школе:
  - Хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения;
  - Обладает свободными непринужденными движениями;
  - Подвижен, ловок;
  - Развита мелкая моторика рук (уверенно владеет карандашом, ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности);
  - Проявляет эмоциональные состояния в движении;
  - Имеет выразительную живую мимику.
- 1.3. Сформирована потребность к здоровому образу жизни:
  - Имеет элементарные представления о пользе занятий физической культурой и спортом;
  - Сформированы основные гигиенические навыки;
  - Имеет представление о простейших способах закаливания;
  - Знает основы безопасного поведения на улице, в общественных местах, в критических жизненных ситуациях.

### 2. Социально-личностное развитие.

- 2.1. Владеет приемами и навыками эффективного межличностного общения:
  - Легко вступает в контакт со взрослыми;
  - Избирательно и устойчиво взаимодействует с детьми;
  - Умеет попросить о помощи и оказать ее.
- 2.2. Принимает и соблюдает социальные и этические нормы:
  - Регулирует свое поведение усвоенными нормами и правилами;
  - Сдерживает агрессивные реакции;
  - Чувствует настроение окружающих, может оказать поддержку;
  - Умеет пользоваться формами речевого этикета;
  - Способен управлять своим поведением и способами общения;
  - Способен давать адекватную оценку своему поведению, деятельности.

### 3. Развитие речи и коммуникативных умений.

- 3.1. Активен в общении, умеет слушать и понимать речь, строит общение с учетом ситуации.
- 3.2. Правильно произносит все звуки родного языка, умеет выделять звуки в слове.
- 3.3. Ясно и последовательно выражает свои мысли, умеет понимать смысл текста и передавать его содержание.
- 3.4. Устная речь содержательна, эмоциональна, выразительна.

### Познавательное развитие.

- 3.5. Кругозор выпускника:

- Сформированы развернутые и конкретные представления об окружающей действительности;
- Имеет представления о живой и неживой природе;
- Имеет элементарные представления о своем городе, стране, мире.

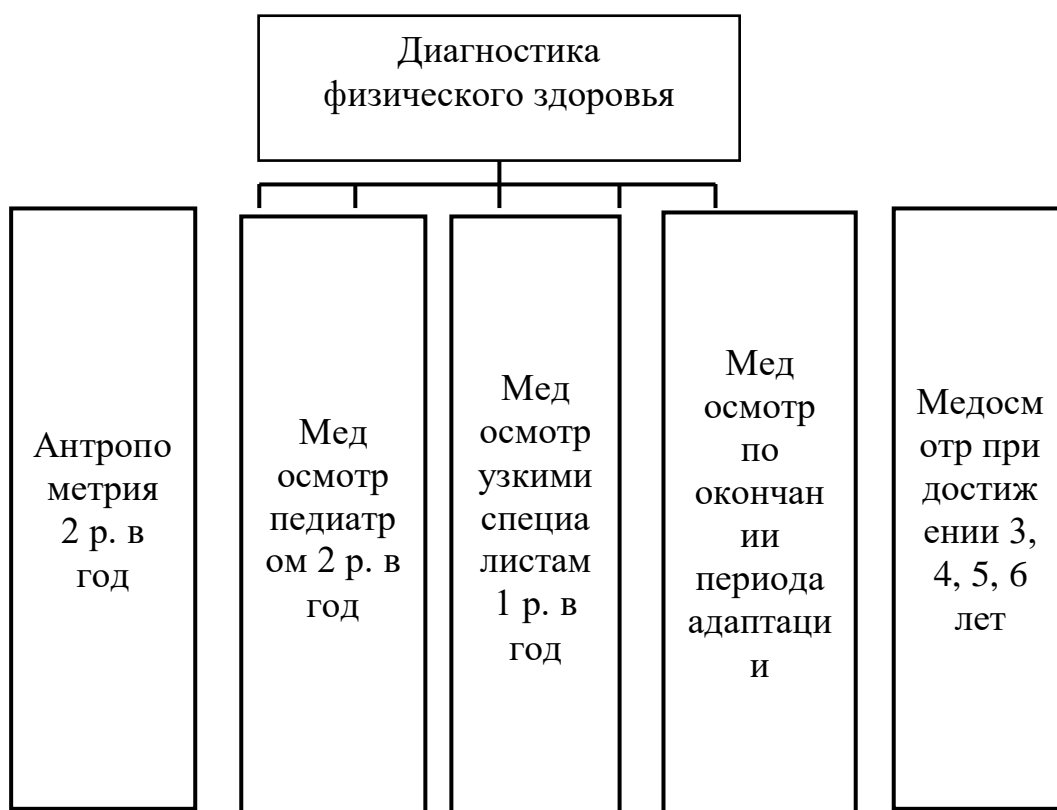
### 3.6. Познавательные способности:

- Способен к длительному наблюдению;
- Находит максимальное число признаков у любого объекта; классифицирует предметы по одному (или нескольким признакам);
- Устанавливает доступные причинно-следственные связи и зависимости в объектах и явлениях окружающего мира;
- Все мыслительные операции сопровождаются полным словесным отчетом.

### 3.7. Сформированы элементы учебной деятельности.

## Диагностика в ДОО.

Диагностика в ДОО проводится с целью фиксации достижений ребенка, отслеживания результатов его развития и предназначена для индивидуализации работы с детьми.



## Средние показатели физической подготовленности детей четырех лет.

Двигательные качества и способности	Контрольные задания	Уровень показателя	
		Мальчики	Девочки
Ловкость (координационные способности)	Челночный бег 3x10м (с)	13,0-12,8	14,0-12,9
	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во раз)	10-12	7-10
	Сохранение равновесия при стойке – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги при открытых глазах.	4-16	11-20
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке	1-3	2-3
Скорость Скоростно-силовые качества	Бег на 10 м с ходу (с)	3,2-2,9	3,4-3,0
	Прыжок в длину с места (см)	82-90	79-87
	Бросок набивного мяча весом 1 кг. из-за головы стоя (см)	120-160	110-150

## Средние показатели физической подготовленности детей пяти-семи лет (основные)

Двигательные качества и способности	Контрольные задания	Уровень показателя					
		5 лет		6 лет		7 лет	
		М	Д	М	Д	М	Д
Ловкость (координационные способности)	Челночный бег 3x10 м (с)	12,8-11,1	12,9-11,1	11,2-9,9	11,3-10,0	9,8-9,5	10,0-9,9
	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во раз)	15-25	15-25	26-40	26-40	45-60	40-55
	Сохранение равновесия при стойке – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги при открытых глазах (с)	12-20	15-28	25-35	30-40	35-42	45-60
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя (см)	3-6	6-9	4-7	7-10	5-8	8-12
Скорость	Бег на 10 м. с ходу (с)	2,8-2,7	3,0-2,8	2,5-2,1	2,6-2,2	2,3-2,0	2,5-2,1
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (см)	85-130	85-125	100-150	90-140	130-155	125-150
	Бросок набивного мяча весом 1 кг. из-за головы двумя руками стоя (см)	160-230	150-225	175-300	170-280	220-350	190-330

Состояние физического развития дошкольников определяется по положительным изменениям в физическом и функциональном развитии ребенка; устойчивости к изменениям внешней среды (хорошая сопротивляемость заболеваниям, сравнительно легкое, непродолжительное их течение, без осложнений).

## Литература:

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «Радуга» Т.И.Гризик, Т.Н.Дороновой, Е.В.Соловьевой, Е.А.Екжановой
2. Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш», под ред. З.И.Бересневой
3. «Двигательная активность ребенка в детском саду», М.А. Рунова, М.: Мозаика-Синтез, 2004г.
4. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста», Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин, М.: ВЛАДОС, 2003г.
5. «Педагогика здоровья» В.Н. Касаткина, М.: Линка-Пресс, 2000г.
6. «Реализация Конвенции о правах ребенка в дошкольных образовательных учреждениях», С.А. Соловей, М.: Педагогическое общество России, 2004г.
7. «Игры, которые лечат. Для детей от 2 до 7 лет», А.С. Таланов, М.: Педагогическое общество России, 2005г.
8. «Сценарии оздоровительных досугов. Для детей 4-7 лет» М.Ю. Картушина, М.: Сфера, 2004г.
9. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», А.П. Щербак, М.: ВЛАДОС, 2002г.
10. «Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми», Н.Н. Королева. Справочник руководителя дошкольного учреждения №11, 2006г.
11. «Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Г.В. Каштанова, М.: АРКТИ, 2006г.
12. «Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников» Г.В. Каштанова, М.: АРКТИ, 2006г.
13. Иванова С. С. Здоровьесберегающая среда в ДОУ как фактор внедрения ФГОС ДО [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы VII междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, июль 2015 г.). — СПб.: Свое издательство, 2015. — С. 14-16.