

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
Протокол  
от « 30 » 08 2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом  
МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана»  
от « 20 » 08 2022 г. № 147 - ОД



**Рабочая программа  
«ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК»  
(система работы по формированию здорового образа жизни)**

**МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана»**

Авторы-составители:

Миняйло Н.Н., заведующий,  
Крылова Д.С., старший воспитатель,  
Алчинская Н.В., инструктор по  
физической культуре,  
Самохина Н.Г., учитель-логопед,  
Бобылева Е.Н., педагог-психолог.  
Царенкова Т.П., воспитатель,  
Полякова О.Н., воспитатель,  
Ковалева И.А., воспитатель,  
Петушкова В.К., воспитатель.

## Содержание программы

### Раздел I. ЦЕЛЕВОЙ.

- 1.1. Пояснительная записка ..... 3
- 1.2. Актуальность, цель, задачи и принципы реализуемой Программы ..... 4
- 1.3. Пути реализации и ожидаемые результаты реализации Программы ..... 6

### Раздел II. Содержательный.

#### 2. Аналитическое обоснование программы

- 2.1. Анализ оздоровительного процесса в дошкольном образовательном учреждении ..... 7
- 2.2. Анализ здоровья и физического развития воспитанников МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана»: констатирующий срез ..... 7
- 2.3. Анализ коррекционно-развивающей работы с детьми в условиях ДОУ ..... 10
- 2.4. Анализ ресурсного обеспечения программы ..... 12
- 2.5. Материально - технические условия ..... 14
- 2.6. Кадровое обеспечение ..... 14

### Раздел III. Организационный.

- 3.1. Концептуальные подходы к построению программы ..... 15
- 3.2. Сроки и этапы реализации программы ..... 18
- 3.3. Обеспечение здоровья и здорового образа жизни детей ..... 20
- 3.4. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровьесбережения ..... 27
- 3.5. Взаимодействие с семьей ..... 31
- 3.6. Мониторинг эффективности реализации программы ..... 33
- Литература ..... 34

## Раздел I. ЦЕЛЕВОЙ.

### 1.1. Пояснительная записка

Программа «Здоровый ребенок» (далее Программа) представляет собой систему оздоровительно-профилактической работы с часто болеющими детьми и детьми с ослабленным состоянием здоровья.

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

В Программе представлены рациональные подходы к организации и проведению оздоровительных и закаливающих мероприятий в группах детского сада.

Программа адресована работникам ДОУ, может быть использована родителями (законными представителями) в домашнем воспитании и оздоровлении детей.

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов, а именно:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказом Минпросвещения России от 21.01.2019 №31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155».
- Приказ Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 31.08.2020 № 59599).
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП-2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020г. № 61573).
- Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ»;
- «Конвенцией о правах ребенка» и другими законодательными актами.

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

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

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

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

Проблема здоровья часто болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОО;
- организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОО.

## 1.2. Актуальность, цель, задачи и принципы реализуемой Программы.

**Актуальность** проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОО.

Наиболее существенными для нашей проблемы являются **противоречия** между:

- общественной потребностью в сохранении, укреплении и развитии здоровья дошкольников и реальной социально-экономической ситуацией;
- стихийно сложившимся и целенаправленно управляемым положительным опытом коллективов по оздоровлению воспитанников ДОО;
- между необходимостью повышения уровня здоровья воспитанников и отсутствием медико-педагогических условий;
- между необходимостью осуществления эффективного управления оздоровительным процессом и отсутствием оздоровления.

Разрешение данных противоречий позволяет обосновать **проблему**: полноценное здоровье ребенка невозможно без создания программы оздоровления.

**Цель:** приобщение детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни, создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью, коллективом были определены следующие **задачи**:

1. Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОО.

2. Определить медико-педагогические условия, повышающие качество воспитательно-образовательного процесса.
3. Разработать концептуальную модель Программы.
4. Внедрить в практическую деятельность оздоровительную Программу.
5. Отследить результаты реализации оздоровительной Программы в условиях ДООУ.

**Ведущие линии реализации задач Программы:**

- обеспечение здорового образа жизни, гарантии здоровья на основе современных медико-педагогических и здоровьесберегающих технологий.
- забота о социальном благополучии ребёнка.
- охрана психического здоровья и всесторонне развитие ребёнка в деятельности.

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

- **принцип** научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

- **принцип** целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДООУ.

- **принцип** концентричного обучения заключается в повторяемости определенных тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.

- **принцип** систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

- **принцип** связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

- **принцип** повторения умений и навыков - один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

- **принцип** индивидуально - личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

- **принцип** доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

- **принцип** успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.

- **принцип** активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

- **принцип** целостно - смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДООУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

- **принцип** индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.

- **принцип** коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

- **принцип** креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально - двигательного музыкального тренинга.

- **принцип** взаимодействия ДООУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

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

Реализация Программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

**Пути реализации Программы:**

- внедрение здоровьесберегающих технологий и методик в учебно - воспитательный процесс ДООУ
- партнёрство с родителями на основе вариативного и конструктивного диалога

### **1.3. Ожидаемые результаты реализации Программы.**

У детей:

- оптимальное функционирование организма;
- повышение адаптивности к неблагоприятным факторам внешней среды;
- сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек;
- осознание своей жизни в определённом социуме, защита, эмоциональный комфорт;

У педагогов:

- осознание необходимости создания таких условий для развития детей, которые помогут им, расти здоровыми и гармонично развитыми;

У родителей:

- необходимый запас знаний, которые помогут в вопросах - что, как, когда и почему надо делать с ребёнком, чтобы обеспечить его здоровье и полноценное развитие.

## Раздел II. Содержательный.

### 2. Аналитическое обоснование программы

**2.1. Анализ оздоровительного процесса в дошкольном образовательном учреждении**  
**Сохранение и укрепление здоровья дошкольников** - одно из ведущих направлений деятельности нашего детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая специфику дошкольного учреждения (у каждого ребенка свой период оздоровления и пребывания в детском саду) и необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определены следующие особенности организации деятельности МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана»:

**1. Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель», через:**

- создание союза заинтересованных в здоровье детей партнеров;
  - мотивацию родителей на совместную оздоровительно-профилактическую работу;
  - преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка;
  - разработку индивидуальных маршрутов воспитания, обучения и оздоровления.
- 2. Изменение организации образовательного процесса** (распределение нагрузки при проведении НОД с учетом психофизических возможностей и состояния здоровья ребенка), усиленный медицинский контроль за организацией физкультурно-оздоровительного процесса.
- 3. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе** (дыхательная гимнастика, выполнение утренней гимнастики, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки, точечный массаж Ауглина и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.
- 4. Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах** с целью обеспечения профилактико - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДОУ.
- 5. Совершенствование профессионального мастерства педагогов** посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей культуры.
- 6. Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.**

**Оздоровительный процесс включает в себя:**

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (витамиотерапия, полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры, использование оксолиновой мази, применение чесночных бус,

- ароматерапии и др.);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд).
- десятидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
  - рациональный режим жизни;
  - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры, игровые часы);
  - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, солевые дорожки, обширное умывание);
  - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
  - использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, ритмопластика и мн. др.);
  - режимы проветривания.
- 7. *взаимодействие с социумом* с целью создания у ребенка целостной картины мира, расширение их кругозора через организацию взаимодействия с социумом:
  - МБОУ СОШ № 16;
  - МБОУ СОШ № 12;
  - ОГБУЗ ДКБ, детские поликлиники по месту жительства воспитанников;
  - Детские спортивные школы и секции.
  - Все эти формы взаимодействия с детьми позволяют выработать разумное отношение детей к своему организму, привить необходимые культурногигиенические навыки, наилучшим образом приспособить ребёнка к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды.

## **2.2. Анализ здоровья и физического развития воспитанников МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана»: констатирующий срез.**

Система физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий реализуемых в нашем детском саду включала в себя:

- закаливание;
- физкультурная образовательная деятельность;
- спортивные досуги, праздники;
- утреннюю гимнастику;
- физкультурные минутки;
- двигательную разминку во время перерыва между занятиями;
- подвижные игры и физические упражнения;
- индивидуальную работу по развитию движений на прогулке;
- совместные спортивные мероприятия с родителями;
- самостоятельную деятельную активность в группах;

- физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе;
- медицинский контроль;
- контроль за одеждой детей, за соответствием мебели ростовым показателям, за соблюдением режима в течение дня;

В режиме дня используются дыхательные упражнения: в утренней гимнастике, между различными видами непосредственно-образовательной деятельности, в упражнениях после дневного сна, во время проведения физкультурных занятий, в индивидуальной работе. Педагогами активно используется пальчиковая гимнастика, способствующая развитию мелкой моторики и тактильных ощущений. Существенное место в решении задач физического воспитания занимают различные формы активного отдыха: спортивные досуги, праздники.

Для успешного осуществления физкультурно-оздоровительной работы в детском саду созданы следующие условия: в групповых ячейках оборудованы спортивные уголки с разнообразным оборудованием, инвентарём и пособиями для занятий физкультурой и подвижных игр; оборудована общая спортивная площадка, зонированная для различных видов физической деятельности, а также отработки элементов спортивных игр; оборудован музыкально-спортивный зал, на прогулочных участках каждой группы имеются малые архитектурные сооружения для физической активности детей.

В течение года для старших дошкольников, согласно нормам СП, третье занятие проводилось на свежем воздухе.

Качество физкультурно-оздоровительной работы удовлетворительное. Физкультурно-оздоровительные и закаливающие мероприятия проводятся ежедневно.

В комплексе с оздоровительными мероприятиями активную позицию занимает сбалансированное питание, которое осуществляется в соответствии с требованиями СанПиН, и иных регламентирующих документов по организации питания детей в МБДОУ. В учреждении разработано двухнедельное меню с учетом потребностей детского организма в основных пищевых веществах, выполнения натуральных норм и калорийности. Имеются технологические карты приготовления блюд, документация по питанию, которая ведется по форме и своевременно заполняется. Ежедневно дети получают необходимое количество белков, жиров, углеводов, проводится витаминизация третьего блюда аскорбиновой кислотой. Меню включает разнообразный ассортимент первых, вторых овощных блюд, салатов. В рационе всегда присутствуют свежие овощи, фрукты, соки, витаминизированные напитки. Вопрос организации питания в детском саду находится под постоянным контролем.

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДОУ является **«мониторинг здоровья»** ребенка, который осуществляется медицинским персоналом.

**Цель мониторинга:** повышение уровня здоровья детей.

**Аспекты отслеживания:**

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ - статистический учет по результатам годовых отчетов ДОУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- периоды обострения детской заболеваемости в разных возрастных группах;
- оценка адаптации детей к ДОУ (медико-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- общее физическое развитие детей;

- уровень физической подготовленности детей.

**Оздоровительная работа включает в себя составление:**

- листов здоровья ребенка;
- индивидуального маршрута оздоровления ребенка;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий. Коррекционно-оздоровительная работа проводится с учетом результатов осмотра и рекомендаций врачей-специалистов при проведении ежегодных профосмотров.

Физкультурно-оздоровительная работа в МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана» направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. В ее организации выделены **три блока**:

1 блок. Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера-инициатора. Используются различные варианты физкультурных мероприятий: традиционные (НОД), игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные - интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями).

2 блок. Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает разные формы активности: ежедневный оздоровительный бег, динамические паузы между НОД, подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», спортивные праздники, физкультурные досуги, индивидуальная работа с детьми.

3 блок. Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности.

С этой целью в каждой группе организованы физкультурные уголки с необходимым оборудованием и атрибутикой.

Рационально организованная деятельность по физическому воспитанию позволяет получать положительную динамику физической подготовленности детей.

### **2.3. Анализ коррекционно-развивающей работы с детьми в условиях ДОУ.**

Роль речи в становлении ребенка как личности невозможно переоценить. Речь способствует формированию интеллекта, увеличивает познавательную активность, значительно расширяет кругозор маленького человека.

В последнее время наблюдается увеличение числа детей, имеющих недоразвитие речи. Речевые нарушения затрудняют коммуникацию, отрицательно влияют на мыслительную деятельность, ведут к изменениям в эмоциональной сфере ребенка, ограничивают овладение понятийными значениями и речевыми образцами, препятствуют усвоению грамоты.

Полноценное развитие всех средств речи и её основных функций в период дошкольного детства служит залогом сохранения нервно-психического здоровья и социализации детей, успешного становления учебной деятельности при включении в систематическое школьное обучение.

Специфика коррекционной работы в дошкольном учреждении заключается в формировании понятийного мышления, расширении познавательных возможностей воспитанников, способствует формированию нормальной психической жизни ребенка.

Необходимость максимально раннего коррекционного воздействия обусловлена, прежде всего, анатомо-физиологическими особенностями ребенка. Именно в раннем возрасте отмечается становление всех морфологических и функциональных систем организма, происходят первые социальные контакты.

Для работы с детьми с речевой патологией (ФФНР) в МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана» проводятся занятия с учителем-логопедом.

Учитель-логопед, наряду с традиционными формами работы, использует в работе современные инновационные технологии, направленные на создание педагогически целесообразной среды свободного вхождения ребенка в мир социальных и речевых норм:

- технология обеспечения саморегуляции личности дошкольника;
- тренинг по сказкотерапии «Погружение в сказку»;

Созданные условия для оказания коррекционно-педагогической помощи детям с 5 до 7 лет в рамках комплексного сопровождения индивидуального развития ребенка включают в себя:

- комплексное изучение анамнеза и развития ребенка;
- логопедическую диагностику;
- разработку и реализацию индивидуальной коррекционно-развивающей программы с подбором соответствующих технологий, методов и форм с учетом структуры дефекта и психомоторных способностей детей;
- анализ результатов работы;
- прогнозирование дальнейшего психомоторного, речевого, психосоматического развития детей.

**Коррекционно-педагогическая помощь осуществляется в тесном сотрудничестве:**

- с медицинскими работниками (педиатр детской поликлиники № 2), что позволяет на ранних стадиях определить и спрогнозировать задержку речевого и психического развития у детей с осложненными клиническими диагнозами, устранить их или облегчить с помощью организованного медицинского лечения;
- с педагогом-психологом, воспитателями, другими специалистами, что позволяет определить и уточнить степень нарушений психомоторного развития, составить индивидуальные планы и программы, которые анализируются и корректируются на ПМПк;
- с родителями, которые являются непосредственными участниками воспитательно-образовательного процесса ДОУ.

Благодаря такому сотрудничеству, осуществляется индивидуальное сопровождение ребенка и установлен положительный психологический настрой, возникающий в процессе постоянных контактов воспитателей, специалистов и родителей.

Для организации коррекционно-развивающей работы в условиях логопедического сопровождения были отобраны эффективные формы: индивидуальная и подгрупповая образовательная деятельность с 5 лет со всеми детьми, нуждающимися в профилактической и коррекционно-речевой помощи.

Результаты профилактической и коррекционной работы свидетельствуют об

адекватности применения комплекса условий коррекционно-развивающего воздействия, позволяющего выявить и скорректировать ранние признаки речевого и психического недоразвития. Это способствует гармоничному развитию личности ребенка. В процессе коррекционно-педагогической работы у ребенка активизируются:

-психическая и речевая активность;

-инициативность;

-эмоциональное и деловое общение;

-положительная динамика не только в речевом развитии, но и в физическом развитии в целом.

Для достижения более эффективных результатов в организации коррекционно-педагогической помощи необходимы:

- большая заинтересованность всех участников коррекционно-образовательного процесса в адаптации и интеграции ребенка, имеющего отклонения в развитии в среде нормально развивающихся сверстников;
- превращение семьи в активного субъекта коррекционного процесса, повышение компетентности родителей в вопросах развития речи детей;
- более эффективное взаимодействие всех участников коррекционно образовательного процесса: учителя-логопеда, педагога-психолога, педагогического коллектива и медицинского персонала, родителей детей для перехода к схеме субъект-субъектного взаимодействия: взрослый всегда - активно помогающий субъект, а ребенок всегда - самостоятельный субъект;
- предметно-пространственная организация образовательной среды, наиболее эффективно направленной на адаптацию ребенка в социуме.

#### **2.4. Анализ ресурсного обеспечения Программы**

Программно-методическое обеспечение базируется на **образовательной программе дошкольного образования, разработанной на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.**

Основная цель: всестороннее формирование и развитие личности ребенка с учетом особенностей его физического и психического развития, индивидуальных возможностей и способностей.

#### Задачи:

- 1) охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;
- 2) обеспечение физического, социально-личностного, познавательно-речевого, художественно-эстетического развития воспитанников;
- 3) формирование, с учётом возрастных особенностей воспитанников, гендерной, семейной, гражданской принадлежности, чувства принадлежности к мировому сообществу, нравственных и патриотических чувств;
- 4) осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии воспитанников;
- 5) взаимодействие с семьями воспитанников для обеспечения полноценного развития воспитанников;
- 6) оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития воспитанников.

**Физическое развитие** детей в ДОО осуществляется воспитателями и инструктором по физической культуре на основе развернутого комплексно-тематического планирования.

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом дошкольного образовательного учреждения во главе. В основе данного планирования лежит парциальная программа Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста». Проанализировав парциальную программу и учебно-методическое пособие «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной, разработанные на основе ФГОС ДО, которая является первым документом, способствующим решению социально-педагогической задачи - воспитанию у детей навыков адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях, воспитатели сделали вывод, что в данной программе представлено содержание работы по формированию безопасного поведения только для детей старшего дошкольного возраста. Поэтому, совместно с творческой группой педагогов нашего ДОО была разработана модифицированная программа на основе программы «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной, которая рассчитана на 4 возрастных периода (от младшей до подготовительной группы) «МОЙ БЕЗОПАСНЫЙ МИР».

Программа предполагает решение важнейшей социально-педагогической задачи - воспитания у ребенка навыков адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях. Разработана на основе ФГОС ДО. Содержит комплекс материалов, обеспечивающих стимулирование в дошкольном детстве (старшем дошкольном возрасте) самостоятельности и ответственности за свое поведение.

Ее цели — сформировать у ребенка навыки разумного поведения, научить адекватно вести себя в опасных ситуациях дома и на улице, в городском транспорте, при общении с незнакомыми людьми, взаимодействии с пожароопасными и другими предметами, животными и ядовитыми растениями; способствовать становлению основ экологической культуры, приобщению к здоровому образу жизни.

Состоит из введения и шести разделов, содержание которых отражает изменения в жизни современного общества и тематическое планирование, в соответствии с которыми строится образовательная работа с детьми: «Ребенок и другие люди», «Ребенок и природа», «Ребенок дома», «Здоровье ребенка», «Эмоциональное благополучие ребенка», «Ребенок на улице города».

Психическое здоровье ребенка - это не только биологическое, но и социальное понятие. Педагоги ДОО, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения. Педагог-психолог работает с детьми по рабочей программе в контексте ФГОС, автором-составителем которой она и является.

Коррекция речевых патологий у детей осуществляется учителем-логопедом по разработанной рабочей программе, на основе коррекционной программы «Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с фонетико-фонематическим недоразвитием» - авторы: Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина.

## **Материально - технические условия**

Детский сад не располагает специальными условиями для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми.

Организация образовательного процесса проходит с учетом соблюдения норм СП. Организация предметно-пространственной развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей детей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаляющих процедур.

В ДОУ имеется музыкально-спортивный зал для проведения занятий по физической культуре.

Прогулочные участки достаточно оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

Имеется спортивная площадка для проведения занятий по физической культуре на улице, обучения детей спортивным играм.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. Для обеспечения двигательной активности детей на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

## **2.6. Кадровое обеспечение**

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие штатные единицы специалистов, обеспечивающие реализацию образовательной программы дошкольного образования:

- старший воспитатель
- учитель-логопед
- музыкальный руководитель
- инструктор по физической культуре
- воспитатели
- педагог-психолог

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровый ребенок», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

## Раздел III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ.

### 3.1. Концептуальные подходы к построению программы «Здоровый ребенок»

Известно, что дошкольное детство - старт развития личности, во многом определяющий ее жизненный путь.

Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма. Вырастить крепких, здоровых детей - наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи.

**Цель программы:** сохранение и укрепление здоровья часто болеющих детей. Перевод из группы часто болеющих детей в группу эпизодически болеющих.

#### **Задачи:**

- Разработать индивидуальные маршруты оздоровления часто болеющих детей на основе взаимодействия с семьей;
- Обеспечить семьи часто болеющих детей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей;
- Разработать комплексный план оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов МБДОУ «Детский сад № 31 «Светлана».

Программа «ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК» нацелена на воспитание ребенка- дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого. Она включает в себя **3 основных направления:**



Каждое направление реализуется одной или несколькими подпрограммами.

Целевые ориентиры подпрограммы учитывают комплексный подход, включающий различные компоненты, совокупность которых объединена в понятии «*Полноценное здоровье ребенка*». Подпрограммы имеют физиологическое обоснование в каждом разделе наряду с учетом закономерностей возрастной психофизиологии и педагогической психологии.

#### **Физическое здоровье**

**Цель:** повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДОУ и в семье.

#### **Задачи:**

- изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;

- анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
- укрепление здоровья детей;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- организация специальной коррекционно-воспитательной работы с учетом индивидуальных особенностей детей, структуры их двигательного дефекта.

#### Принципы построения раздела «Физическое здоровье»:

1. *Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.*

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

2. *Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима.*

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

3. *Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.*

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе.

Необходимо своевременно корректировать содержание медикопедагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

4. *Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.*

Организованная образовательная деятельность по физической культуре (3 раза в неделю), игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

#### **Психическое здоровье**

Цель: создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

#### Задачи:

- создание в ДОУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
- купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

### Принципы построения раздела «Психическое здоровье»:

#### **1. Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.**

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДООУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

- формирование навыков общения;
- гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
- коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
- коррекцию самооценки ребенка

#### **2. Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов.**

Каждый ребенок требует индивидуального подхода, необходимо опираться на сензитивность данного этапа развития ребенка.

Реализация *деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательной работы - образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности.

С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках, свойствах и отношениях объектов реальной действительности проводятся специальные дидактические игры, используются специальные коррекционные упражнения (игровые варианты психотерапии, суггестивные - основанные на внушении, тренировочные, разъясняющие).

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности (бытовой, игровой, изобразительной, трудовой).

### **Социально-нравственное здоровье.**

Цель: формирование духовных общечеловеческих ценностей.

Задачи:

- воспитание основ духовности, гуманизма, созидательно-творческого отношения ребенка к миру;
- формирование высоконравственных начал личности через культуру речевого общения;
- формирование представлений у ребенка о взаимосвязи природы и человека.

#### Принципы построения раздела «Социально-нравственное здоровье»:

*Принцип постепенного усиления осознанности социально-нравственных представлений:*

- понимания красоты и смысла нравственных поступков;
- необходимости выбора той или иной линии поведения в зависимости от обстоятельств;
- осознания последствий положительных или отрицательных поступков;
- установление причинно-следственной связи между отношениями;
- чувствами к поступкам людей;
- усиление роли самооценки в поведении.

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительно-коррекционной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического, психического и социально-нравственного здоровья детей.

### **3.2. Сроки и этапы реализации программы**

Работа по реализации программы «Здоровый ребенок» рассчитана на пять лет 2022-2027 гг., и планируется в три этапа.

• *этап «Организационно-подготовительный», его продолжительность один год 2022-2023 учебный год*

**Цель:** Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.

**Тема:** Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей как необходимое условие для создания комплекса оздоровительно-профилактической работы.

#### **Условия достижения цели:**

- Наличие методик медико-педагогического диагностирования индивидуальных особенностей детей.
- Изучение особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей разного возраста.
- Разработка индивидуальных маршрутов развития детей дошкольного возраста.
- Наличие оптимальных условий для проведения оздоровительно-профилактической работы.
- Создание системы мер для усиления семейного воспитания по физическому, психическому здоровью и социально-нравственному развитию детей.
- **Предполагаемый результат:**
- Воспитатели имеют высокий профессиональный уровень и отлично владеют теорией и методикой диагностирования.
- Определен уровень физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.
- Укреплена материальная база для осуществления оздоровительно-профилактической работы.
- Налажен тесный контакт педагогического коллектива со специалистами и родителями.

*II этап «Поисково-внедренческий», его продолжительность один год 2023-2024 учебный год*

**Цель:** Организация оздоровительно-профилактической системы работы в условиях ДОУ.

**Тема:** Разработка комплекса оздоровительно-профилактической работы, как основа полноценного здоровья ребенка.

#### **Условия достижения цели:**

- Наличие системы контроля за динамикой физического, психического и социально-нравственного развития детей.
- Наличие резерва для повышения уровня полноценного здоровья детей.
- Создание творческих и проблемных групп.
- Создание моральных и материальных стимулов к профессиональному росту педагогов и их творчеству.

#### **Предполагаемый результат:**

- Повышена результативность работы индивидуально-групповым методом.
- Повышены тренированность организма и устойчивость к утомлению, создана атмосфера психологической защищенности; созданы условия для гуманистической направленности поведения ребенка.
- Создана творческая атмосфера и повышен уровень педагогического мастерства по вопросам полноценного здоровья ребенка.
- Отработан экономический механизм, определено экономическое стимулирование ответственных и творчески работающих сотрудников.
- Создан благоприятный психологический климат.

### ***III этап «Итогово-обобщающий», его продолжительность три года 2024-2027 гг.***

**Цель:** Реализация программы оздоровительно-профилактической работы в ДООУ.

**Тема:** Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса системы оздоровительно-профилактической работы в условиях ДООУ.

#### **Условия достижения цели:**

- Применение всех рациональных форм и методов организации работы с детьми по укреплению полноценного здоровья.
- Базирование оздоровительно-профилактической работы на новых достижениях в области педагогики, психологии и медицины.
- Выявление передового педагогического опыта семейного воспитания, обобщение и последующее его распространение среди родителей.
- Полное соответствие материально-технической базы.

#### **Предполагаемый результат:**

- Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
- Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.
- Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДООУ.
- Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

#### **Планируемый конечный результат:**

- Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.
- Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.
- Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.

### 3.3. Обеспечение здоровья и здорового образа жизни детей

**ЦЕЛЬ:** создание оптимальных условий для физического здоровья детей и их психического благополучия.

**ЗАДАЧИ:**

- совершенствовать систему физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня;

- оценить состояние гигиенического воспитания и обучения детей.

<i>Содержание основной деятельности</i>	<i>Срок исполнения</i>	<i>Ответственные</i>
<b>1. Создание условий</b>	Сентябрь	Воспитатели
- подбор мебели согласно ростовым показателям (маркировка); - пополнение развивающей среды (музыкально-физкультурный зал); - проведение физкультурных занятий различной формы (традиционные игровые, сюжетные, оздоровительные, занятия по развитию творческого мышления в двигательной деятельности, с родителями); - обеспечение двигательного режима детей на прогулках, в группах атрибутами, пособиями.	Октябрь Постоянно в течение года	Воспитатели Инструктор по физической культуре
<b>2. Организация рационального питания</b> - обеспечивать детей вторым завтраком (соки, фрукты); - использовать в ежедневном меню продукты, содержащие микроэлементы (йодированная вода и соль), - С-витаминизация третьего блюда - введение овощей и фруктов в обед и на ужин - выполнение суточных норм питания - соблюдение калорийности - введение новых блюд	Постоянно	Повара
<b>3. Работа с кадрами</b> - создание системы физкультурной работы по всем возрастным группам (картотека)	в течение года	Воспитатели Инструктор по физической культуре

В ДОУ созданы условия для обеспечения оптимального двигательного режима, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет 60% от всего времени бодрствования.

Двигательный режим Виды двигательной активности в режиме дня	Возрастные группы/ временные отрезки (мин)				
	Группа раннего возраста	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1. Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
2. Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 мин	Ежедневно 8мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин
3.Физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 8-10 мин	2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 15мин	2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 20 мин	2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 25 мин	2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 30 мин
4. Музыкальные занятия	2 раза в неделю 8-10 мин	2 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
4. Физкультминутки	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин
5. Двигательные разминки во время перерыва между НОД	Ежедневно 3 мин	Ежедневно 3 мин	Ежедневно 3 мин	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 5 мин

№ п/п	Содержание работы	1 этап	2 этап	3 этап	Ответственные
		2022-2023 г.	2023-2024 г.	2024-2027	
<b>1. Организационно-методическая деятельность по укреплению здоровья дошкольников</b>					
1.1.	Отбор детей в группы здоровья.	+	+	+	ст. медсестра
1.2.	Разработать модели внедрения здоровьесберегающих методик в воспитательно-образовательный процесс.	+			ст. воспитатель ст. медсестра творческая группа
1.3.	Разработать схемы мониторинга здоровья дошкольников, готовности к школьному обучению и скрининг - программу обследования детей.	+			ст. воспитатель ст. медсестра творческая группа педагог-психолог
1.4	На основе данных заболеваемости и мониторинга здоровья дошкольников разработать комплекс мер по снижению заболеваемости и улучшению здоровья детей.	+			ст. воспитатель ст. медсестра творческая группа
1.5.	Разработать цикл лекций и методических рекомендаций для педагогов по проблемам здоровья детей.	+			ст. воспитатель

1.6	Создать центр управления, контроля и коррекции состояния здоровья детей.	+			заведующий ст. воспитатель
1.7.	Проводить тематические совещания при заведующей и производственные собрания с вопросами в повестке дня: - анализ заболеваемости детей за месяц, квартал, год; - о состоянии здоровья воспитанников (по результатам мониторинга и обследований врачами-специалистами); - о мероприятиях по снижению заболеваемости; - об организации питания; - ежеквартально заслушивать отчёты педагогов групп о состоянии здоровья воспитанников, заболеваемости, мерах по её снижению; об организации закаливающих процедур, и другие вопросы; - результаты оперативного контроля.	+	+	+	заведующий ст. воспитатель ст. медсестра
1.8.	Рассматривать на Советах педагогов вопросы:	+	+	+	заведующий ст. воспитатель

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- о выполнении режима дня в группах;</li> <li>- о выполнении инструктивно методического письма Минобразования России от 14.03.2000 г. № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;</li> <li>- о реализации развивающей педагогики оздоровления;</li> <li>- итоги тематических и комплексных проверок по вопросам физического воспитания и оздоровления дошкольников;</li> <li>- об организации питания.</li> </ul>				ст. медсестра
1.9.	<p>Организовать консультативные встречи сотрудников ДОУ с врачами детской поликлиники по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о профилактике заболеваний позвоночника у детей дошкольного возраста;</li> <li>- организация работы педагогов по профилактике глазных заболеваний;</li> <li>- о профилактике плоскостопия у дошкольников;</li> <li>- гигиена полости рта и профилактика заболеваний кариесом и другими;</li> <li>- о витаминах - всерьёз.</li> </ul>	+			ст. воспитатель ст. медсестра
1.10.	<p>Семинар- практикум для педагогов по теме:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Физическая культура и укрепление здоровья ребёнка»;</li> <li>- «Условия обеспечения психического здоровья детей».</li> </ul>	+	+	+	ст. воспитатель
1.11.	<p>Развивающая дискуссия по итогам просмотренных открытых мероприятий: «Обеспечение безопасности жизнедеятельности детей - одна из основных задач ДОУ».</p>	+			ст. воспитатель
1.12.	<p>Круглый стол: «Пути активизации двигательной активности детей с учётом их индивидуальных и физиологических особенностей».</p>		+		ст. воспитатель
1.13.	<p>Консультация - тренинг. «Игра как фактор улучшения положительного эмоционального настроения».</p>	+	+		ст. воспитатель
1.14.	<p>Просмотр открытых мероприятий по изученным проблемам в целях передачи передового опыта с последующим проведением встреч за круглым столом (анализом):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закаливающие процедуры;</li> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- занятия (физкультурные, по валеоло-</li> </ul>	+	+	+	ст. воспитатель ст. медсестра воспитатели (взаимопосещение)

	гии, интегрированные и другие); - физкультурные паузы и минутки; - прогулка; - организация индивидуальной работы; - дифференцированный подход к детям при организации различных видов деятельности; - познавательные занятия по ОБЖ.; - формирование культурно гигиенических навыков; - другие формы работы с детьми.				
1.15.	Организовать Дни Диагностики, регулирования и корректировки по проблеме оздоровления и физического развития дошкольников	+	+	+	ст. воспитатель ст. медсестра воспитатели
1.16.	Организовать работу творческих групп по проблемам: «Совершенствование образовательного процесса с позиций здоровьесберегающей педагогики».	+	+		ст. воспитатель
1.17.	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: - игры «Лечимся сами»; - дыхательная гимнастика по А. Стрельниковой - игровой самомассаж; - пальчиковая гимнастика; - китайские оздоровительные системы; - психогимнастика; - ритмическая гимнастика; - дыхательная гимнастика игрового характера; - оздоровительно- развивающую программу по танцевально-игровой гимнастике «Са-фи-дансу».				медицинская, педагогическая, социально- психологическая службы
1.18.	Разработать и реализовать комплексы корригирующей гимнастики для детей с патологией опорно-двигательного аппарата (плоскостопие, нарушение осанки), страдающих ожирением.	+			ст. воспитатель
<b>2. Улучшение санитарных условий и совершенствование санитарно-оздоровительных мероприятий</b>					
2.1.	Пополнить ДОУ необходимым медицинским и спортивным оборудованием	+	+	+	заведующий завхоз
2.2.	Осуществить ремонт медицинских помещений, музыкально-спортивного зала	+	+		заведующий завхоз
2.3.	Оборудовать спортплощадку	+	+		ст. воспитатель завхоз
2.4.	Осуществлять контроль за соблюдением инструктивно-методического письма Минобразования России от 14.03.2000 г.	+	+	+	заведующий ст. воспитатель ст. медсестра

	№ 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»				
2.5.	Разработать инструкции по обработке помещений, графики генеральных уборок, инструкции по обработке посуды. Оформить санитарные уголки в каждой группе.	+			ст. медсестра
2.6.	Оформить в каждой группе физкультурные уголки.	+			ст. воспитатель воспитатели
2.7.	Пополнить оборудование для закрепления основных движений, повышения двигательной активности у воспитанников на участках для прогулок	+	+	+	воспитатели
2.8.	Приобрести бактерицидную лампу, детские тренажеры	+	+	+	заведующий завхоз
<b>3.Образовательно - оздоровительная деятельность</b>					
3.1.	Углубить совместную работу воспитателей, ст. медсестры, музыкального руководителя, учителя-логопеда, инструктора по физической культуре, педагога-психолога по укреплению здоровья детей.	+	+	+	воспитатели, инструктор по физической культуре педагог-психолог, музыкальный руководитель,
3.2.	Организовать дифференцированный подход к нагрузке детей на занятиях в соответствии с их группой здоровья	+	+	+	воспитатели, ст. медсестра
3.3.	Организовать утреннюю гимнастику различных видов: - традиционный комплекс; - подвижные игры; - оздоровительные пробежки; - преодоление полосы препятствий; - тренажеры; - ритмическая гимнастика; - танцевальный комплекс; - игровую гимнастику «Лечимся сами»; - танцевально-игровую гимнастику «Сафи-данс».	+	+	+	ст. воспитатель воспитатели, инструктор по физической культуре ст. медсестра
3.4.	Разработать и внедрить комплексы физминуток и динамических пауз во время занятий и в перерывах между ними	+	+	+	ст. воспитатель воспитатели, ст. медсестра
3.5.	Разработать комплексы физкультурно-развлекательных минуток для проведения во время организованных видов деятельности (в том числе на занятиях): - упражнения для развития мелкой моторики кистей рук; - имитационные упражнения; - общеразвивающие упражнения игрового характера;	+	+	+	ст. воспитатель воспитатели, ст. медсестра

	- элементы корригирующей гимнастики; - элементы «гимнастики мозга»; - танцевально-ритмические движения, другие.				
3.6.	Организовывать игры различной интенсивности, индивидуальную работу по совершенствованию основных движений на прогулках (вечерней, утренней и дневной) с учётом индивидуальных особенностей ребёнка и состояния его здоровья.	+	+	+	воспитатели
3.7.	Разработать картотеку прогулок с применением игр различной интенсивности по временам года, с учётом погодных условий, в соответствии с возрастом детей	+	+		ст. воспитатель воспитатели групп
3.8.	Продолжать работу по совершенствованию гимнастики после дневного сна, используя различные виды: - разминка в постели и самомассаж; - игровые упражнения; - сюжетно-ролевая гимнастика; - использование спортивных тренажёров; - ходьба и пробежки по «Дорожкам здоровья»; - корригирующая гимнастика; - дыхательные упражнения.	+	+	+	ст. воспитатель воспитатели, ст. медсестра
3.9.	Организовывать прогулки: походы по разработанному маршруту, предлагая детям двигательные задания, подвижные игры разной интенсивности, преодоление полосы препятствий с использованием природного окружения.	+	+	+	ст. воспитатель воспитатели групп родители
3.10.	Использовать различные формы организации занятий физической культурой: - традиционное; - сюжетно-ролевое; - игровое; - тренировочное; - с использованием спортивных тренажёров; - ритмическая гимнастика; - по интересам детей; - интегрированное; - тематическое; - контрольно-проверочные	+	+	+	ст. воспитатель инструктор по физической культуре воспитатели

Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования. Результаты мониторинга фиксируются в таблицах (разработанных Афонькиной Ю.А.) на основании которых дается оценка деятельности ДОУ.

**Реализация мониторинга осуществляется на основе документов и материалов, полученных в ходе:**

- самоанализа деятельности ДООУ в аспекте качества образования;
- отчетности.

### **3.4. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровьесбережения**

В нашем детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

В учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: музыкально-физкультурный зал оснащен спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДООУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

Однако, главное действующее лицо в педагогическом процессе - воспитатель, именно ему предъявляются требования, ориентируя его на получение качественных показателей.

В связи с этим, работа с кадрами предусматривает:

- реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- обеспечение дифференцированного подхода к физическому воспитанию с разными группами здоровья;
- снижение и профилактику детской заболеваемости;
- повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.
- Данная деятельность осуществляется в соответствии с программой развития ДООУ, а также нашла отражение в национальной образовательной инициативе «Наша новая школа».

#### **Обновление содержания работы по физическому воспитанию в ДООУ**

В рамках обновления содержания работы по физическому воспитанию в ДООУ постоянно повышается профессиональная компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводится мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДООУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводятся совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни открытых дверей», «Дни здоровья», «Олимпийские игры», в которых используется

нетрадиционное спортивное оборудование, организовываются «Веселые старты» с воспитанниками и родителями (законными представителями).

### **Современные оздоравливающие и здоровьесберегающие технологии, используемые в своей работе педагогами**

<b>Виды здоровьесберегающих педагогических технологий</b>	<b>Время проведения в режиме дня</b>	<b>Особенности методики проведения</b>	<b>Ответственный</b>
<b>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>			
1. Динамические паузы	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
2. Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - с малой и 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, инструктор по физической культуре
3. 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, педагог-психолог
4. Игровой час во вторую половину дня	Для всех возрастных групп, в игровых зонах.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.	Все педагоги ДОУ

5. 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)	Воспитатели, учитель-логопед
6. 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
7. Гимнастика пробуждающая	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
8. Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, инструктор по физической культуре
<b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			
10. Игротренинги и игротерапия	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, педагог-психолог
11. 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, педагог-психолог

12. Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели
13. 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
<b>3. Коррекционные технологии</b>			
14. Технологии музыкального 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 эмоционального настроения и пр.	Все педагоги
15. Сказкотерапия	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
16. Технологии воздействия цветом	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, педагог-психолог
17. Фонетическая ритмика	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 речи либо в профилактических целях. Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, учитель-логопед

Применяемые педагогами нашего дошкольного образовательного учреждения здоровьесберегающие педагогические технологии повышают результативность воспитательно-образовательного процесса, формируют у детей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

### **3.5. Взаимодействие с семьей.**

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
- Систематичность и последовательность работы (в соответствии с индивидуальным маршрутом ЧБД) в течение всего года.
- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей - в детском саду.
- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаляющих и оздоровительных мероприятий, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

- Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
- Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
- Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психофизическое

#### **Просветительское направление**

- Наглядная агитация (стенды, памятки, папки - передвижки, устные журналы)
- Собеседование (сбор информации)
- Анкетирование, тесты, опросы
- Беседы
- Встречи со специалистами
- Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- Индивидуальные консультации по возникшим вопросам

- Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
- Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

#### **Культурно - досуговое направление**

- Дни открытых дверей.
- Совместные праздники и развлечения.
- Организация вечеров вопросов и ответов.

#### **Психофизическое направление.**

- Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
- Спортивные соревнования.
- Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с часто болеющими детьми
- Открытые занятия педагога - психолога с часто болеющими детьми
- Тренинги, семинары - практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени удовлетворенности родителей оказанными образовательными услугами.

Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

### 3.6. Мониторинг эффективности реализации программы

**Цель:** Выявить и определить эффективность реализации программы на определенном этапе.

#### Эффективность работы

В оценке эффективности проведенных лечебно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости каждого часто болеющего ребенка в течение года оздоровления в сравнении с заболеваемостью за предшествующий выздоровлению год (об эффективности выздоровления судят по динамике заболеваемости за год до и после лечения).

Для оценки эффективности оздоровления дети подразделяются на 4 группы:

**I группа** - ребенок перешел из группы часто болеющих детей в группу эпизодически болеющих или не болеющих (выздоровление);

**II группа** - ребенок перенес на два и более заболевания меньше, чем до оздоровления, но по количеству перенесенных заболеваний остался в группе часто болеющих детей (улучшение);

**III - группа** уровень заболеваемости ребенка до и в период оздоровления одинаков (без перемен);

**IV - группа** после оздоровления число острых заболеваний стало больше, чем до того (ухудшение).

Кроме того, эффективность оздоровления часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным состоянием здоровья оценивается по следующим показателям:

- Положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- При уменьшении длительности каждого последующего эпизода острого заболевания;
- При снижении числа дней посещения ДООУ, пропущенных одним ребенком за год;
- Отсутствие осложненного течения острых заболеваний;
- При нормализации показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия);

Для всех групп риска рассчитывается показатель эффективности оздоровления (ПЭО):

(ПЭО) Показатель эффективности оздоровления	$\frac{\text{Число ЧБД снятых с учета по выздоровлению}}{\text{Общее число ЧБД, получивших оздоровление}} * 100\%$
---	--

Эффективным считается оздоровление при 23 % не менее. При общей заболеваемости не более 6 %.

## Литература

1. Б.Б. Егоров, Т.В. Нестерюк. Оздоровительно - воспитательная работа с ослабленными детьми в ДОУ. Пособие для практических работников. Элиста: «Джангар», 1999, - 64 с.
2. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей ДОУ. Под.ред. З.И. Бересневой. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 32 с.(Серия «Библиотека руководителя ДОУ».).
4. Змановский Ю.Ф. и Эффективное закаливание в дошкольных учреждениях - Педиатрия. 1989.— № 4.
5. М.Ю. Картушина. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. М. Творческий Центр Сфера, 2007.
6. Кузнецова М.Н. Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний в педиатрии. М., 1990.
7. М.Н. Кузнецова. Оздоровление детей в детском саду. М. Айрис Пресс, 2008.
8. Т.К. Марченко, Ю.Ф.Змановский. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 1996.
9. В.И.Орел, С.Н.Агаджанова. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. СПб.: Детство - Пресс, 2008.
10. М.А.Павлова, М.В.Лысогорская. Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград «Учитель», 2009.
11. В.А.Ревякина. Атопический дерматит у детей: Автореф. Дис. д-ра мед. наук. - М., 1993. - 32 с.
12. Романцов М.И. Реабилитационное лечение детей, часто болеющих респираторными заболеваниями. М., 1992.
13. А.В. Семенович. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. пособие для высш.учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 232 с.: ил.
14. М.Я.Студеникин, И.И.Балаболкин. Аллергические болезни у детей.-М.; Медицина, 1998.-347 с.