

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
№78 «Умка»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель заведующего по  
Воспитательно - методической работе  
МБДОУ № 78 «Умка»  
 О.М. Зеленкина  
«16» апреля 2022г.



ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»  
программа оздоровления детей  
в МБДОУ №78 «Умка»

На 2022-2027 годы

Принято на педагогическом совете  
№ 1 от 16.04. 2022г.

# СОДЕРЖАНИЕ

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка. Общие положения
- 1.2. Нормативные и нормативно-методические документы для осуществления деятельности
- 1.3. Цель и задачи программы
- 1.4. Назначение программы
- 1.5. Принципы формирования Программы
- 1.6. Подходы к реализации Программы
- 1.7. Особенности программы

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Основные направления программы
- 2.2. Направление и содержание воспитательно-образовательной деятельности
- 2.3. Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности
- 2.4. Обеспечение реализации основных направлений программы
- 2.5. Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение
- 2.6. Формы и методы оздоровления детей
- 2.7. Здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ
- 2.8. Взаимодействие с семьей.

## III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

- 3.1. Условия реализации программы ДОУ
- 3.2. Модель взаимодействия педагога-психолога и воспитателя для повышения эффективности коррекционной работы
- 3.3. Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями
- 3.4. Индикаторы мониторинга качества оздоровительной работы
- 3.5. Показатели здоровья и физического развития выпускника
- 3.6. Материально-технические условия
- 3.7. Кадровое обеспечение
- 3.8. Функциональные обязанности работников ДОУ в рамках реализации программы «Здоровье»
- 3.9. Мониторинг реализации программы

«Здоровье» Литература

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка. Общие положения.

Развитие современного общества предъявляет новые требования к дошкольным образовательным учреждениям, к организации воспитательно-образовательного процесса, выбору и обоснованию содержания основных и парциальных учебных программ, результатам и результативности их деятельности.

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: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

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

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения, 60% детей в возрасте от 3 до 8 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, и только 105 детей приходят в школу совершенно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

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 ДОУ;
- организация деятельности ДОУ, 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 ДОУ.

На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в до- школьном учреждении. Не следует забывать, что только в дошкольном учреждении самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным

результатам.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укрепления 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 времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

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

### **1.2. Нормативные и нормативно-методические документы для осуществления деятельности:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155.

3. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих» Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 г. Москва «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30.08.2013 №1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

6. Методические рекомендации по реализации полномочий органов государственной власти субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению оказания государственных и муниципальных услуг в сфере дошкольного образования. Письмо Министерства образования и науки РФ от 01.10.2013 №08-140

7. Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 78 «Умка».

### **1.3. Цель и задачи программы**

Цель программы: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Комплексно-целевая программа «Здоровье» направлена на:

- сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности за сохранение собственного здоровья;

- подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организма, единству духовного и физического;

- закрепление навыков сохранения и укрепления здоровья изученными способами;

- обеспечение условий для охраны психофизического здоровья и всестороннего развития ребенка.

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

- разумном приоритете ценностей здоровья и здорового образа жизни при организации воспитательно-образовательной работы с воспитанниками и их семьями;

- создание саморазвивающейся среды со здоровьесберегающими функциями (благодаря тесному сотрудничеству педагога-психолога, учителя-логопеда, медиков и родителей);

- формирование единого здоровьесберегающего пространства семьи и детского сада.

#### Задачи программы:

- заботиться о психофизическом здоровье детей, закаливать организм;
- формировать представления о здоровом образе жизни, двигательные умения и навыки, личностные качества;
- развивать интересы и потребности, создавать условия для успешности детей в любом виде деятельности, в том числе двигательной;
- создавать условия для налаживания взаимоотношений детей и взрослых, формировать благоприятный психологический микроклимат в группе;
- для формирования адаптации и мотивации к обучению в детском саду, обеспечить физическую и психическую готовность к общению и обучению в школе.

#### 1.4. Назначение программы

- определяет приоритеты в подходах к реализации содержания образования;

- способствует объединению и координации деятельности специалистов ДОУ;

- служит основой для разработки и совершенствования технологии управления образовательным процессом;

- является основанием для оценки качества реализации образовательных услуг;
- способствует обеспечению реализации права родителей на достоверную и исчерпывающую информацию об образовательных услугах дошкольного учреждения.

Основой для разработки образовательной программы ДОУ (далее - Программа) стал Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее - ФГОС ДО). В соответствии с его требованиями программа включает целевой, содержательный и организационный разделы, в каждом из которых отражены обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательного процесса.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа разработана творческой группы ДОУ и утверждена МБДОУ самостоятельно в соответствии с ФГОС ДО и с учетом примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

При разработке Программы, в соответствии с ФГОС ДО ДОУ определяет в соответствии с объемом решаемых задач образовательной деятельности предельную наполняемость групп.

### **1.5. Принципы формирования Программы**

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;
- сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и до- школьной педагогики;
- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;
- единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- принцип интеграции образовательных областей
  - социально-коммуникативное развитие;
  - познавательное развитие;
  - речевое развитие;
  - художественно-эстетическое развитие;
  - физическое развитие.
- в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.
- принципы гуманизации, дифференциации и индивидуализации, непрерывности и системности образования.

Отражение принципа гуманизации в образовательной программе означает:

- признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;
- признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;
- уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

Дифференциация и индивидуализация воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями. Осуществляется этот принцип через создание условий для воспитания и обучения каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей его развития.

Реализация принципа непрерывности образования требует связи всех

ступеней до- школьного образования, начиная с раннего и младшего дошкольного возраста до старшей и подготовительной к школе групп. Приоритетом с точки зрения непрерывности образования является обеспечение к концу дошкольного детства такого уровня развития каждого ребенка, который позволит ему быть успешным при обучении по программам начальной школы.

Соблюдение принципа преемственности требует не только и не столько овладения детьми определенным объемом информации, знаний, сколько формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной деятельностью - любознательности, инициативности, самостоятельности, произвольности и др.

Чтобы отвечать принципу системности, образовательная программа представляет со- бой целостную систему высокого уровня: все компоненты в ней взаимосвязаны и взаимозависимы.

Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятия направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практическими аprobированными методиками.

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

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 разно уровневого развития и состояния здоровья.

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

Содержание образовательной программы основывается на положениях культурно- исторической теории Л.С.Выготского и отечественной научной психолого-педагогической школы о закономерностях развития ребенка в дошкольном возрасте и обеспечивает в це- лом:

- сохранение и укрепление здоровья воспитанников;
- формирование у детей адекватной уровню образовательной программы целостной картины мира;
- интеграцию личности воспитанника в национальную, российскую и мировую культуру; формирование основ социальной и жизненной адаптации ребенка;
- развитие позитивного эмоционально-ценостного отношения к окружающей среде, практической и духовной деятельности человека;
- развитие потребности в реализации собственных творческих способностей.

## **1.6. Подходы к реализации Программы**

### **1. Личностно-ориентированные подходы:**

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребёнка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников.

- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию, поддержка инициативы детей в различных видах деятельности,
- психологическая защищённость ребёнка, обеспечение эмоционального

комфорта, создание условий для самореализации,

- развитие ребёнка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учётом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация).

## 2. Системно-деятельные подходы:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования,

- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в раз-личных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путём решения проблемных задач,

- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций,

- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребёнка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества и человечества в целом.

## 3. Индивидуальный подход – индивидуализация образования

- постоянное наблюдение, сбор данных о ребенке, анализ его деятельности и создание индивидуальных программ развития;

- помошь и поддержку ребенка в сложной ситуации;

- представление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в пяти образовательных областях: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие с учётом образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

## 1.7. Особенности программы

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

- в течение всего дня дети находятся под наблюдением и контролем педагогов и квалифицированных специалистов, заботящихся о максимальной интенсификации и оптимизации двигательного режима;

- полностью обеспечиваются такие гигиенические условия для физического развития, как правильный режим дня, полноценное питание, достаточное пребывание на свежем воздухе, закаливающие мероприятия, на основе чего формируются гигиенические навыки;

- создание благоприятных возможностей для эффективного сочетания всех

основных средств и форм физического воспитания и интеграции его с основными линиями детского развития (умственным, социальным, коммуникативным, художественно-эстетическим);

- использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий работы с детьми и их родителями, педагогами детского сада.

Отличительная особенность программы – нацеленность на формирование осмысленного отношения дошкольников к собственному телу, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, восприятие здорового образа жизни как ценность. Обучение умению расслабляться, охранять органы зрения и дыхания и т.д.

## 11. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Программа предполагает проведение 2 занятия (в помещении) 1 занятие (на улице) в неделю в первую и во вторую половину дня в образовательной и в совместной деятельности с детьми.

Продолжительность образовательной деятельности:

8-10 минут – вторые группы раннего  
возраста, 13-15 минут – младшие группы,  
18-20 минут – средние  
группы, 20-25 минут –  
старшие группы,  
28-30 минут - подготовительные группы.

Педагогический анализ знаний и умений детей (мониторинг) проводится 2 раза в год: октябрь - апрель.

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

### 2.1. Основные направления программы

#### Профилактическое

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации.
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
4. Проведение социальных, санитарных, специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

#### Организационное

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности; объективных и субъективных критериев здоровья с помощью мониторинга;
3. Составление индивидуальных планов оздоровления групп;
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 и сотрудников.

## Лечебное

1. Коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом развитии;
2. Оказание первой доврачебной помощи;
3. Осуществление профилактических мероприятий по оздоровлению детей.

## 2.2. Направление и содержание воспитательно-образовательной деятельности:

На основе сочетания комплексных и парциальных программ и выбора технологий определяется специфика их реализации.

Расширено содержание работы по охране и укреплению жизни и здоровья детей, усиlena самостоятельная двигательная активность детей, проводится работа по развитию основных мышц и формированию физических качеств ребенка, способности к двигательному творчеству, импровизации.

Данные задачи решаются в процессе организованных форм детской активности и самостоятельной деятельности детей. Работа осуществляется в воздушной, закрытой, от крытой, природной сферах организации их жизнедеятельности. Основная форма - организованные виды деятельности. При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, интеграция речевых и физических упражнений. В занятия включены элементы психогимнастики и изучение способов жизнедеятельности. Наряду с физкультурными занятиями - проводятся занятия аэробикой в кружке дополнительного образования.

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

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

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

## 2.3. Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности

### Режим дня:

Особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.), виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми обычных групп;

### Образовательная деятельность в ходе режимных моментов:

Возрастная группа	Базовый вид деятельности							
	Комплексы закаивающих процедур	Гигиенические процедуры	Ситуативные беседы при пр- ведении режимных моментов	Чтение художественной литературы	Дежурства	Прогулки	Самостоятельная деятельнос ть детей. Игра	Самостоятельная деятельность детей в центрах(уголках) развития
Вторая группа ран- него возраста (2-3 года)	Ежед.	Ежед	Ежед.	Ежед.	Ежед	Ежед	Ежед.	Ежед.
Младшая группа (3-4 года)	Ежед.	Ежед	Ежед.	Ежед.	Еже д.	Ежед	Ежед.	Ежед.
Средняя группа (4-5 лет)	Ежед.	Ежед	Ежед.	Ежед.	Еже д.	Ежед	Ежед.	Ежед.
Старшая группа (5-6 лет)	Ежед.	Ежед	Ежед.	Ежед.	Еже д.	Ежед	Ежед.	Ежед.
Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежед.	Ежед.	Ежед.	Ежед.	Ежед.	Ежед.	Ежед.	Ежед.

#### **2.4. Обеспечение реализации основных направлений программы**

№	Мероприятие	Ответственные	Сроки
1	- приобретение тренажеров для развития глазомера - приобретение оборудование для лазания, прыжков, метания и др.	Инструктор по физкультуле, Завхоз	По мере поступления денежных средств
2	Предоставление дополнительных услуг: - кружок профилактики нарушения осанки и плоскостопия; - кружок развивающей ритмики.	Зам. зав. по ВМР специалисты	Постоянно

3	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ).	Сотрудники ДОУ	постоянно
---	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------	-----------

## **2.5. Организационно-методическое и психолого- педагогическое обеспечение**

№	Мероприятие	Ответственные	Сроки
1	Контроль за физическим состоянием воспитанников	Воспитатели, медработники	постоянно
2	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик в образовательную деятельность	Зам. зав. по ВМР, педагоги	постоянно
3	Поиск, изучение и внедрение эффективных методик и техно- логий по оздоровлению	Зам. зав. по ВМР, медработники	постоянно
4	Проведение и упорядочение учебной нагрузки и активного отдыха детей (сокращение количества коллективных занятий, введение дней здоровья, неделей здоровья, гибкий график занятий)	Заведующий ДОУ, Зам. зав. по ВМР	постоянно
5	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей	Воспитатели	постоянно
6	Продолжение работы по совершенствованию предметно- развивающей среды ДОУ, внедрение новых эффективных моделей	Воспитатели	постоянно
7	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (беседы, консультации, оказание консультативной помощи, совместная деятельность детей и взрослых)	Воспитатели	постоянно

8	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, со-вещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	Заведующая, зам. зав. по ВМР, воспитатели	постоянно
---	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------	-----------

## 2.6. Формы и методы оздоровления детей

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

- |  |                                                                                                                                       |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- занятия ОБЖ</li> <li>- беседы</li> <li>- консультации</li> <li>- папки-передвижки</li> </ul> |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## **2.7. Здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ**

Комплексы упражнений	Возрастная группа	График проведения	Ответственный
Динамические паузы, Комплексы физкультурных минуток	Начиная с младшей группы	Во время занятий 2-5 мин, по мере утомления детей,	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Все возрастные группы	Как часть физ. занятия, на прогулке, в группе со сред-ней степенью подвижности, ежедневно. Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр	Инструктор по физической культуре музыкальные руководители, воспитатели
Артикуляционная гимнастика	Начиная с младшего дошкольного возраста	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в музыкальном и физкультурном, зале, на прогулке,	Воспитатели, учителя-логопеды, музыкальные руководители
Пальчиковая гимнастика	Начиная с младшего дошкольного возраста.	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно, в любой отрезок времени	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	Начиная с младшего возраста	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, Проветривание помещений и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	Воспитатели
Дорожки здоровья	Начиная с младшего возраста	После сна вся группа ежедневно, на физкультурном занятии. Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитатели инструктор по физической куль-туре

«Сказкотерапия»	Начиная со среднего дошкольного возраста	Два занятия в месяц во второй половине дня, Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс	Воспитатели
Физкультурные занятия	Все возрастные группы	3 раза в неделю в спортивном и музыкальном зале, на улице, в группе Занятия проводятся в соответствии с программой	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Утренняя гимнастика	Все возрастные группы	Ежедневно, в музыкальном и спортивном залах. Комплексы подбираются в соответствии с возрастными группами и особенностями детей	Инструктор по физической культуре, Воспитатели
Занятия по здоровому образу жизни	Начиная с младшей группы	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть занятия и целое занятие по познанию	Воспитатели
Физкультурные праздники, досуги	Начиная с младшего дошкольного возраста	Проводятся 1 раз в квартал в музыкальном и спортивном залах, на прогулке, в группе, Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие	Инструктор по физической культуре, музыкальные руководители воспитатели
Веселые старты, спартакиады	Начиная со второй младшей группы	Один раз в месяц во второй половине дня в физкультурном зале или в музыкальном, на прогулке, Подвижные игры, игры- эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме.	Воспитатели. Инструктор по физической культуре
Ситуативные малые игры	Начиная с младшего дошкольный возраст.	Два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах, Ролевая подражательная имитационная игра.	Воспитатели

Биоэнергопластика	Начиная со старшего дошкольного возраста	Два раза в неделю на занятии по развитию речи	Воспитатели, учителя-логопеды.
Релаксация	Начиная с младшего дошкольный возраст	Ежедневно по 5 минут.	Воспитатели
Су-Джок терапия	Начиная с младшего дошкольный возраст	Ежедневно по 5 минут.	Воспитатели

## 2.8. Взаимодействие с семьей

Основные направления в работе с родителями по организации физкультурной и оздоровительной работы с воспитанниками:

- Единство, систематичность и последовательность работы между родителями и до- школьным учреждением.
- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета интересов и способностей.
- Обязательная полная информированность дошкольного учреждения со стороны родителей о состоянии ребенка, хронических, аллергических заболеваний.
- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятий, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.
- Пропаганда здорового образа жизни через наглядную агитацию (стенды, памятки, папки - передвижки, устные журналы). Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
  - Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.
  - Организация совместных оздоровительных, физкультурно-спортивных мероприятий, праздников, досугов, акций направленные на формирование правильного отношения к своему здоровью и здорового образа жизни.

## III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

### 3.1. Условия реализации программы ДОУ

- управление реализацией программы;
- создание и обновление предметно-развивающей среды;
- постановка инновационной или экспериментальной работы;
- использование различных форм сотрудничества с семьей;

### 3.2. Модель взаимодействия педагога-психолога и воспитателя для

## повышения эффективности коррекционной работы

<i>Профилактика</i>
Создание условий. Наглядная пропаганда. Чтение психологической литературы. Консультативный диалог.
<i>Диагностика</i>
Беседы. Тесты, анкеты. Непосредственное наблюдение.
<i>Коррекция</i>
Советы и рекомендации. Специальные занятия с детьми. Практические занятия, тренинги, игры.

### **3.3. Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями**

- 1 этап. Ознакомительный (собеседование, анкетирование, наблюдение). Выделение группы риска;
- 2 этап. Обще-профилактический (стенды, памятки, печать). Встречи со специалистами;
- 3 этап. Работа с группой риска (тренинги, беседы);
- 4 этап. Индивидуальная работа (выступление на радио, в печати). Консультативная индивидуальная помощь (по запросам);
- 5 этап. Рефлексивный (беседы, наблюдения). Дополнительное обсуждение отдельных вопросов. (с привлечением специалистов), (с привлечением группы риска). Дискуссия (совместное обсуждение проблем).

### **3.4.Индикаторы мониторинга качества оздоровительной работы:**

1. Состояние физического, психоэмоционального и духовно-нравственного здоровья детей.
2. Качество здраво-творческих технологий и программ, реализуемых в ДОУ.
3. Качество физкультурно-оздоровительной, профилактической и лечебно-оздоровительной работы.
4. Уровень кадрового обеспечения, подготовки и качества работы специалистов, реализующих здраво-творческие технологии.
5. Материально-техническое оснащение оздоровительных проектов и программ.
6. Особенности и специфика работы с семьей ребенка-дошкольника по внедрению в семейный быт здраво-творческой практики.
7. Культурно-просветительская деятельность в социуме по пропаганде здорового образа жизни.

### **3.5.Показатели здоровья и физического развития выпускника:**

- физическое развитие соответствует норме;
- физически подготовлен к продолжению обучения;

3.6. В ДОУ созданы условия для осуществления физкультурной и лечебно-оздоровительной работы:

- Медицинские блоки, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:
  - медицинский кабинет;
  - изолятор
- Физкультурный зал для организации физкультурных занятий, проведения дополнительного образования и организации физкультурно-спортивной досуговой деятельности.
- Физкультурно-музыкальные залы для организации физкультурных и музыкальных занятий, проведения дополнительного образования и организации культурной, музыкальной и физкультурно-спортивной досуговой деятельности.
- Спортивные площадки (на улице) для организации уличных спортивных игр, проведения физкультурно-спортивной досуговой деятельности, организации подготовки воспитанников для прохождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
- Прогулочные групповые площадки для организации двигательной активности детей, проведения спортивной и физкультурной игровой деятельности.

В детском саду имеются бактерицидные лампы.

Организация развивающей предметно-пространственной среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. 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 оборудована: уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни создана: спортивные уголки, оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих мероприятий.

В зимнее время на участках строятся снежные постройки. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года 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.

### **3.7. Кадровое обеспечение**

Для обеспечения физкультурной и оздоровительной работы по примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой в штатное расписание ДОУ включены:

- заведующий
- зам.зав по воспитательно-методической работе
- зам. зав. по безопасности

- инструктор по физической культуре
- учителя-логопеды
- педагог – психолог
- музыкальные руководители
- воспитатели

В ДОУ, на каждое здание, прикреплены врачи педиатры и медицинские сестры На текущий момент штат укомплектован на 100%.

### **3.8. Функциональные обязанности работников ДОУ в рамках реализации программы «Здоровье»**

#### Заведующий ДОУ:

- общее руководство по внедрению программы
- анализ реализации программы - 2 раза в год
- контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья

#### детей Воспитатели, Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей
- внедрение здоровьесберегающих технологий
- включение в физкультурные занятия:
  - упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
  - упражнений на релаксацию
  - дыхательных упражнений
- закаливающие мероприятия
  - сниженная температура воздуха
  - облегченная одежда детей
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- пропаганда здорового образа жизни
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
  - закаливания
  - дыхательной гимнастики
  - самомассажа
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей
- реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану Заместитель заведующего по АХЧ:
- создание материально-технических условий
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы
- создание условий для предупреждения травматизма в ДОУ
- обеспечение ОБЖ

#### Медработник, повар, кладовщик:

- организация рационального питания детей
- контроль за соблюдением технологий приготовления блюд
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке Младший обслуживающий персонал:
  - соблюдение санитарно-охранительного режима
  - помочь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий

### **3.9. Мониторинг реализации программы «Здоровье»**

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки мониторинговых исследований	Ответственные
1. Состояние здоровья воспитанников	Посещаемость, заболеваемость детей	Карта анализа посещаемости и заболеваемости	Ежемесячно	Воспитатели
	Группы здоровья я детей	Профилакт. осмотр детей	Октябрь, апрель	Врач
	Хронические заболевания детей	Углубленный медосмотр детей	Март-апрель	Врач
	Физическое развитие детей: коэффициент выносливости (показатель состояния ССС)	Измерение артериального давления	Октябрь, апрель	Специалисты поликлиники
	Индекс Пинье (показатель пропорциональности физического развития)	Антропометрия		
2. Сформированность у дошкольников графической деятельности и мелкой моторики	Сформированность зрительно-ручной координации	Скрининг Семаго (в подг. группах)	Ноябрь Май	Педагог-психолог
	Качество выполнения графических заданий (ручная умелость)	Методики определения сформированности старш. группах)	Декабрь Май	
3. Эмоциональное благополучие детей в детском саду	Уровень адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ.	Адаптационный лист.	Сентябрь-Ноябрь	
	Отношение детей к детскому саду	Проективная методика «Мой детский сад» (дети старших - подготовительных групп, по выборке).	Март	



## Литература:

- Белая К.Ю., Зимонина В.Н. Как обеспечить безопасность дошкольников. М.,2000.
  - Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет.М.,2006.
  - Галанов А.С. Игры, которые лечат. М.,2001.
  - Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.ю,2004.
  - Картушина М.Ю Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6,6-7 лет. М.,2005.
  - Кудрявцев В.Т,Егоров Б.В. Развивающая педагогика оздоровления/ Программно- методическое пособие. М.,2002.
  - Леонов Е.В. Морма М.В. Дыхательная гимнастика. Двигательная разминка в кругу.
- // Психология в детском саду. 2001., №1-2.
- Мартынов С.М. Нетрадиционные методы реабилитации часто болеющих детей.М.,2002.
  - Ноткина Н.А., Кузмина Л.И., Бойнович Н.Н. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. СПб., 1998.
  - Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.М.,2000.
  - Семаго М.М. Психологомедико- педагогическое обследование ребенка. Комплект рабочих материалов. М.,1999.
  - Специальная дошкольная педагогика /Под ред. Е.А.Стребловой. М.,2002.
  - Чистякова М.И. Психогимнастика. М.,1995

Пронумеровано,  
прошнуровано и опечатано  
печатью 22 страницы

11 (листов)  
«26» апреля 2022 г.  
Заведующий МБДОУ  
№ 78 «Умка»

