Принято
Решением Педагогического Совета
МАДОУ «Центр развития ребенка –
детский сад №14»
Протокол № 6 от «31» 08. 2020г

«Утверждаю»
Заведующая МАДОУ «Центр развития
ребенка-детский сад №14»»
_____ Н.А. Каникова
Приказ № 226 от «09» 09. 2020г.

Программа «ЗДОРОВЬЕ»
МАДОУ «Центр развития ребенка-детский сад № 14»
На период 2020 – 2025 гг.

Саранск 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка
Паспорт программы
I. Целевой раздел (общие положения)…….....
II. Организационный раздел….……...
III. Содержательный раздел…….…….....
План мероприятий по реализации программы «Здоровье»……..
Список использованных источников……..
Приложение……

Пояснительная записка

Программа «Здоровье». В настоящее время проблемы оздоровления и подготовки детей к школе стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией ухудшения здоровья дошкольников. Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются ухудшение здоровья и физического развития детей.

Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов:

- «Конвенцией о правах ребенка»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13) и др

Оказать реальное влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь с помощью создания 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 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.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Здоровье»
Руководитель программы	Старший воспитатель МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №14»
Организация-исполнитель	МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №14» г.о. Саранск
Адрес организации исполнителя	Г. Саранск, ул. Полежаева, 115А
Направленность программы	Развитие и сохранение психо-физического и эмоционального здоровья ребенка
Срок реализации программы	2020-2024 гг.
Вид программы Уровень реализации программы	Адаптированная Дошкольное образование
Актуальность	**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 ДОУ. Местом формирования здоровья ребенка сегодня является, к сожалению, не семья, где опыт родителей часто недостаточен, не медицинские учреждения, занимающиеся болезнями и больными детьми, а система образования. Поэтому целью современного образования является обеспечение не только педагогического, но и здоровьесберегающего эффекта. Проблема сохранения здоровья детей в настоящее время не теряет своей актуальности, и более того имеет тенденцию к нарастанию. К сожалению, в иерархии человеческих потребностей, здоровый образ жизни находится далеко не на переднем плане, а по сути своей именно он должен стать первейшей потребностью. Отсюда понятно, насколько важно, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, понимание того, что здоровье – самая величайшая ценность, дарованная человеку природой. Проблема оздоровления, воспитания и развития - дело не одного дня, а целенаправленная, систематически спланированная работа дошкольного общеобразовательного учреждения на длительный период времени. Поскольку

	физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то оздоровительную направленность должна иметь вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольной образовательной организации. Укрепление здоровья детей зависит от множества факторов. Еще в период внутриутробной жизни плод проходит путь физического развития, оказывающего огромное влияние на дальнейшую жизнь человека. Уже в этот период нужно создать условия для матери, обеспечивающие нормальное развитие ребенка. На этапе дошкольного детства происходят процессы созревания и совершенствования органов и систем организма, укрепляются адаптивные функции, повышающие устойчивость к воздействиям, происходит формирование костной системы, осанки, воспитываются качества характера, необходимые для здорового образа жизни. Недооценка развития физической культуры является причиной роста заболеваемости и слабой физической подготовленности в дошкольном возрасте. Очень важно поднять культуру отношения к физическому развитию детей на новый качественный уровень. Процесс приобщения ребенка к физической культуре имеет постоянный характер. Во всех видах деятельности, связанных с ребенком, присутствует элемент физического воспитания. Физическое воспитание зависит от экологического окружения, благоустроенности помещений и детских площадок, качества и регулярности питания, игрового оборудования, уплотненности групп в детских учреждениях, уровня организации процессов воспитания и обучения и многих других факторов. В этом вопросе нет мелочей, здесь важна каждая деталь. Ведь отсутствие или плохая организация какого-либо звена в этой цепи составляющих нормального физического развития может привести к опасным последствиям для здоровья ребенка. Следует отметить, что сохранению и укреплению здоровья способствует система здоровьесберегающих форм жизнедеятельности человека — здоровый образ жизни, который закладывается с раннего возраста. На формирование системы знаний и умений в области познания ребенком самого себя, своих возможностей и способов их развития наибольшее влияние оказывают образовательные организации, на которые возлагаются задачи по формированию культуры здорового образа жизни, исходя из социальных основ здоровья и осознания ответственности общества за здоровье детей.

Цель программы	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов и воспитанников ответственности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.
Задачи	В соответствии с целью, были определены следующие **задачи:** - сформировать у детей представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни; - снизить заболеваемость, создать систему мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников; -скоординировать деятельность детского сада и родителей по формированию у ребенка бережного отношения к своему здоровью; - формировать у детей культурно-гигиенические навыки, знания о правильном питании, умения в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.); - создать современную предметно – развивающую среду, обеспечивающую охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий; - применять в работе ДОУ здоровьесберегающие педагогические технологии для повышения результативности воспитательно-образовательного процесса, сформировать у педагогов и родителей ценностные ориентиры, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.
Этапы реализации программы	*1 этап Организационный (2020- 2021 гг.)* -разработка и оформление программы «Здоровье» на основе анализа нормативных документов, научно-педагогической, философской, психологической, социологической и методической литературы, изучено состояние проблемы в теории и практике и достижений педагогической науки по данной проблеме, выявлены запросы потребителей образовательных услуг; - изучение состояние ресурсов ДОО: материально-технических, кадровых, необходимых для реализации программы «Здоровье»; -формирование локальной документации, регулирующей деятельность участников образовательного процесса, разработка плана реализации программы. *2 этап –Практический (сентябрь 2021г. – май 2024 г.)* - разработка материалов и проведение работы по развитию

	навыков здорового образа жизни дошкольников посредством сохранения психо - физического и эмоционального состояния при реализации основной и дополнительных общеобразовательных программ, создание предметно-развивающего пространства, выявление их эффективности и корректировка; -повышение педагогической компетентности педагогов и родителей в области развития навыков здорового образа жизни дошкольников посредством сохранения психо - физического и эмоционального состояния; - установление взаимодействия с образовательными учреждениями и социальными объектами города и республики в целях совершенствования деятельности педагогов по развитию навыков здорового образа жизни посредством сохранения психо - физического и эмоционального состояния детей дошкольного возраста. *3 этап – Обобщающий* (*2024-2025 гг.*) -проведено обобщение и анализ результатов реализации программы «Здоровье» на основе результатов диагностики заболеваемости дошкольников, завершение статистической обработки и интерпретация результатов мониторинговых мероприятий; - организация распространения опыта работы по развитию навыков здорового образа жизни посредством сохранения психо-физического и эмоционального состояния дошкольников путем размещения материалов в СМИ, на сайте ДОУ, публикации научных статей, выступлений на городских, республиканских и всероссийских мероприятиях, проведения открытых просмотров, мастер-классов для педагогов, родителей, общественности, публикации методических рекомендаций и методических пособий по теме проекта.
Необходимые условия для проведения работы	1. Материально – технические условия: - спортивный зал; - спортивные площадки; - медицинский кабинет; -физеокабинет; - бассейн; - сенсорная комната; - кабинет психолога. 2. Кадровые условия: Общее количество педагогических сотрудников составляет 33 человека, из них: старший воспитатель – 1, воспитатели – 26, музыкальные руководители – 2; инструктор по физической культуре – 1; инструктор по плаванию, учитель-

	логопед – 1, педагог-психолог – 1. 3. Организационно-методические условия: - создание творческой группы для разработки для разработки, реализации и отслеживания результативности программы инновационной деятельности; - методическое пособие для работы по реализации программы «Здоровье»; -повышение квалификации и участие педагогов в семинарах и конференциях по проблеме формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста. 4. Информационные условия: - выход в сеть-Интернет, наличие электронной почты; - сайт МАДОУ ds14sar; -программное обеспечение (образовательные программы дополнительного образования).
Продукт деятельности при реализации программы «Здоровье»	Положение об организации работы по реализации программы «Здоровье» в МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №14» г. о. Саранск, перспективные планы работы, конспекты образовательной деятельности, дополнительные общеобразовательные программы по развитию навыков здорового образа жизни детей на основе сохранения психо – физического и эмоционального состояния дошкольников, центр познавательного развития, планы-конспекты мероприятий по работе с родителями по реализации программы «Здоровье», планы проведения совместных мероприятий с образовательными учреждениями и социальными объектами города и республики по развитию навыков здорового образа жизни детей на основе сохранения психо – физического и эмоционального состояния дошкольников, планы-конспекты методической работы с педагогами (консультации, семинары, семинары-практикумы и пр.), методические рекомендации по проблеме развития навыков здорового образа жизни детей на основе сохранения психо – физического и эмоционального состояния дошкольников, конспекты выступлений на городских, республиканских и всероссийских мероприятиях (научно-практических конференциях, семинарах, семинарах-практикумах).
Ожидаемые результаты	1. Формирование у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни; 2. Отсутствие частой заболеваемости, создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников; 3. Скоординированность деятельности детского сада и родителей по формированию у ребенка бережного

	отношения к своему здоровью; 4. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий для повышения результативности воспитательно-образовательного процесса, формирования у педагогов и родителей ценностных ориентиров, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников; 5.Создание современной предметно - развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий; 6. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.). 7. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы. 8.Пополнение предметно-развивающей среды по направлению «Физическая культура» и «Здоровье».
Распространение опыта и внедрение результатов проекта в массовую практику	Публикация методических рекомендаций по сохранению и укреплению здоровья детей на основе использования здоровье-сберегающих технологий; публикация материалов, научных статей на тему использования здоровье-сберегающих технологий в СМИ, на сайте ДОУ; выступление на городских, республиканских и всероссийских мероприятиях (научно-практических конференциях, семинарах, семинарах-практикумах), проведение открытых просмотров, мастер-классов для педагогов дошкольных образовательных организаций, родителей, общественности на уровне города и республики.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ (ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ)

Законодательно-нормативное обеспечение программы:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Образовательная программа ДОУ;
-Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
- Конвенция о правах ребенка;
- Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении;
-Федеральный Государственный Образовательный Стандарт Дошкольного Образования.

Актуальность 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 ДОУ.

Местом формирования здоровья ребенка сегодня является, к сожалению, не семья, где опыт родителей часто недостаточен, не медицинские учреждения, занимающиеся болезнями и больными детьми, а система образования. Поэтому целью современного образования является обеспечение не только педагогического, но и здоровьесберегающего эффекта. Проблема сохранения здоровья детей в настоящее время не теряет своей актуальности, и более того имеет тенденцию к нарастанию.

К сожалению, в иерархии человеческих потребностей, здоровый образ жизни находится далеко не на переднем плане, а по сути своей именно он должен стать первейшей потребностью. Отсюда понятно, насколько важно, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, понимание того, что здоровье – самая величайшая ценность, дарованная человеку природой.

Проблема оздоровления, воспитания и развития - дело не одного дня, а целенаправленная, систематически спланированная работа дошкольного общеобразовательного учреждения на длительный период времени. Поскольку физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то оздоровительную направленность должна иметь вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольной образовательной организации. Укрепление здоровья детей зависит от множества факторов. Еще в период внутриутробной жизни плод проходит путь физического развития, оказывающего огромное влияние на дальнейшую жизнь человека. Уже в этот период нужно создать условия для матери, обеспечивающие нормальное развитие ребенка.

На этапе дошкольного детства происходят процессы созревания и совершенствования органов и систем организма, укрепляются адаптивные функции, повышающие устойчивость к воздействиям, происходит формирование костной системы, осанки, воспитываются качества характера, необходимые для здорового образа жизни. Недооценка развития физической культуры является причиной роста заболеваемости и слабой физической подготовленности в дошкольном возрасте. Очень важно поднять культуру отношения к физическому развитию детей на новый качественный уровень.

Процесс приобщения ребенка к физической культуре имеет постоянный характер. Во всех видах деятельности, связанных с ребенком, присутствует элемент физического воспитания. Физическое воспитание зависит от экологического окружения, благоустроенности помещений и детских площадок, качества и регулярности питания, игрового оборудования, уплотненности групп в детских учреждениях, уровня организации процессов воспитания и обучения и многих других факторов. В этом вопросе нет мелочей, здесь важна каждая деталь. Ведь отсутствие или плохая организация какого-либо звена в этой цепи составляющих нормального физического развития может привести к опасным последствиям для здоровья ребенка.

Следует отметить, что сохранению и укреплению здоровья способствует система здоровьесберегающих форм жизнедеятельности человека — здоровый образ жизни, который закладывается с раннего возраста. На формирование системы знаний и умений в области познания ребенком самого себя, своих возможностей и способов их развития наибольшее влияние оказывают образовательные организации, на которые возлагаются задачи по формированию культуры здорового образа жизни, исходя из социальных основ здоровья и осознания ответственности общества за здоровье детей.

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у родителей, педагогов и воспитанников ответственности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

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

- сформировать у детей представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни;

- снизить заболеваемость, создать систему мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;

-скоординировать деятельность детского сада и родителей по формированию у ребенка бережного отношения к своему здоровью;

- формировать у детей культурно-гигиенические навыки, знания о правильном питании, умения в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.);

-создать современную предметно – развивающую среду, обеспечивающую охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах;

соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;

- применять в работе ДОУ здоровьесберегающие педагогические технологии для повышения результативности воспитательно-образовательного процесса, сформировать у педагогов и родителей ценностные ориентиры, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Принципы организации работы.

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 ДОУ.

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

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

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.

Ожидаемые результаты

1. Формирование у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни;

2. Отсутствие частой заболеваемости, создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;

3. Скоординированность деятельности детского сада и родителей по формированию у ребенка бережного отношения к своему здоровью;

4. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий для повышения результативности воспитательно-образовательного процесса, формирования у педагогов и родителей ценностных ориентиров, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников;

5.Создание современной предметно - развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;

6. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.).

7. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.

8.Пополнение предметно-развивающей среды по направлению «Физическая культура» и «Здоровье».

II. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Условия реализации программы:

Кадровые:

МАДОУ «Центр развития ребёнка – детский сад № 14» укомплектован высококвалифицированными педагогами, сформирован профессиональный, творческий коллектив.

Заведующий ДОО:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровье»;
- контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- анализ реализации программы «Здоровье» - 2 раза в год;
- проведение мониторинга (совместно с педперсоналом);
- контроль за реализацией программы «Здоровье».

Воспитатели, инструктор по физической культуре, инструктор по плаванию, музыкальный руководитель:

- внедрение здоровьесбеоегающих технологий;
- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- 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;
- проведение занятий по образовательной области «Физическое развитие»;
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий;
- дыхательной гимнастики;
- релаксационных;
- самомассажа;
- упражнений для профилактики плоскостопия и нарушения осанки;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей.

Медицинская сестра:
- пропаганда здорового образа жизни;
- реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану.

Заместитель заведующей по АХЧ:
- создание материально-технических условий;
- контроль за выполнением обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы;
- создание условий для предупреждения травматизма.

Шеф повар:
- организация рационального питания детей;
- контроль за соблюдением технологий приготовления блюд;
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке.

Помощник воспитателя
-соблюдение санитарно-охранного режима;
- помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Разработка и внедрение программы «Здоровье», обеспечивает комплексное медико- психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, сформирует, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

Материально-технические:

В детском саду созданы благоприятные материально-технические условия. Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

- медицинский кабинет;
- изолятор

• кабинет для массажа
• физиокабинет

В детском саду имеются бактерицидные лампы.

Также имеются музыкальный, физкультурный залы, кабинет логопеда, кабинет педагога - психолога, в которых имеются пособия по реализации задач физкультурно-оздоровительного и коррекционного направления.

Организация предметно-развивающей 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 гендерного воспитания, функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В помещениях групп созданы условия для самостоятельной целенаправленной и активной 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 закаливающих процедур.

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

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки.

Расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Таким образом, для достижения положительных результатов физкультурно- оздоровительной работы необходимо:

более эффективное взаимодействие всех участников образовательного процесса: учителя-логопеда, 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;

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 физкультурно-оздоровительного процесса, повышение компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения воспитанников.

Из всего вышеизложенного, можно сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровья», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление

детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

Учебно-методические:

Учебно-методическое обеспечение базируется на образовательной программе Муниципального автономного образовательного учреждения городского округа Саранск «Центр развития ребенка – детский сад № 14».

Физическое развитие детей в детском саду осуществляется инструктором по физической культуре на основе методических рекомендаций к программе.

Название программы	**Цель программы**	**Критерии освоения программы**
Алямовская В. Г. «Здоровье»	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование физических качеств и накопление двигательного опыта, необходимых в разнообразных жизненных ситуациях для сохранения жизни и здоровья	Показатели физической подготовленности детей; сформированность двигательной культуры.
Пензулаева Н. И. «Физическая культура в детском саду»	Создание в ДОО общей системы физвоспитания и закаливания детей в течение всего времени их пребывания дошкольном учреждении в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.	Освоение детьми различных видов двигательной деятельности; становление у детей ценностей здорового образа жизни.
Глазырина Л. Д. «Физическое воспитание - дошкольникам»	Реализация оздоровительного, воспитательного и образовательного направления физического воспитания, с учетом индивидуальных возможностей развития ребенка во все периоды дошкольного детства.	Творческое самовыражение детей в процессе физической активности.

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе перспективного планирования, разработанного педагогическим коллективом дошкольного образовательного учреждения.

Коррекция речевых патологий у детей осуществляется учителем-логопедом посредством ряда программ обучения и воспитания детей с фонетико- фонематическим и общим недоразвитием речи, рассчитанных на детей от 5 до 7 лет.

III. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Основные этапы реализации программы «Здоровье»

1 этап – Организационный
Цель: подготовка условий для реализации программы «Здоровье»
Основные задачи: - анализ нормативных документов, научно-педагогической, психологической, методической литературы, состояния проблемы в теории и практике, запросов потребителей образовательных услуг, изучение передового опыта по здоровьесбережению; - изучение состояния ресурсов ДОО: материально-технических, кадровых, необходимых для реализации программы «Здоровье», - исследование возможности привлечения дополнительных ресурсов и готовности педагогов к реализации программы. - формирование локальной документации, разработка плана реализации программы; - определение цели, задач и ожидаемых результатов программы «Здоровье»; - разработка и оформление программы «Здоровье».
2 этап – Практический
Цель: последовательная реализация программы «Здоровье»
Основные задачи: - разработка методических материалов по программе; - создание банка материалов по формированию навыков самообслуживания и здорового образа жизни; - разработка и реализация дополнительных общеобразовательных программ; - повышение педагогической компетентности педагогов и родителей в области сохранения здоровья детей и формирования у них здорового образа жизни; - обеспечение предметно-развивающей среды для развития навыков самообслуживания и здорового образа жизни; - разработка и апробация авторских методик по формированию навыков самообслуживания и здорового образа жизни; - установление взаимодействия с образовательными учреждениями и социальными объектами города и республики в целях совершенствования деятельности педагогов по развитию навыков самообслуживания и здорового образа жизни;
3 этап – Обобщающий
Цель: соотнесение результатов с поставленными целями, задачами, описание результатов, формулирование выводов, обобщение и тиражирование положительного опыта, результатов деятельности в рамках реализации программы.
Основные задачи: - обобщение и анализ результатов на основе результатов диагностики навыков самообслуживания и здорового образа жизни дошкольников, завершение статистической обработки и интерпретация результатов мониторинговых мероприятий; - обобщение и распространение значимого педагогического опыта (на мастер-классах и семинарах-практикумах внутри МАДОУ); - распространение опыта работы по развитию навыков самообслуживания и здорового образа жизни.

План мероприятий по реализации программы «Здоровье»

№	Наименование мероприятия	ответственный	Ожидаемый результат мероприятия
1 этап – Организационный (2020-2021 гг.)			
Подготовка условий для реализации программы «Здоровье»			
1.	Изучение состояния ресурсов ДОО: материально-технических, кадровых, необходимых для реализации программы	Заведующая, ст. воспитатель	Определение основных направлений повышения качества образовательного процесса по формированию навыков самообслуживания и здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.
2.	Формирование локальной документации, разработка плана реализации программы	Заведующая	Локальная документация, план реализации программы
3.	Определение цели, задач и ожидаемых результатов программы «Здоровье»	Заведующая, ст. воспитатель, рабочая группа	Оформление программы, определение цели, задач и ожидаемых результатов
4.	Разработка и оформление программы	Заведующая, ст. воспитатель, рабочая группа	Программа «Здоровье»
Работа с кадрами			
5.	Определение разработчиков программы «Здоровье», распределение функций и полномочий членов рабочей группы по разработке программы	Заведующая	Локальный документ (приказ) о создании рабочей группы разработчиков программы
2 этап – Практический (2021-2024 гг.)			
Работа с документами по реализации программы			
1.	Разработка методических материалов по программе «Здоровье»	Педагоги возрастных групп	Методические пособия, рекомендации, статьи
2.	Создание банка материалов по развитию навыков самообслуживания и формирования здорового образа	ст. воспитатель, педагоги возрастных	Перспективные планы работы, конспекты образовательной деятельности по физическому

	жизни дошкольников	групп	развитию
3.	Разработка дополнительных общеобразовательных программ	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп	Дополнительные общеобразовательные программы по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.
Работа с кадрами			
4.	Инструктивно-методическая работа с педагогами детского сада по развитию навыков самообслуживания и формированию здорового образа жизни дошкольников (консультации, семинары, семинары-практикумы и пр.). Повышение квалификации и профессиональная переподготовка педагогических кадров.	ст. воспитатель	Повышение квалификации педагогов в области сохранения здоровья детей и формирования у них здорового образа жизни
Работа с детьми			
5.	**Медико-профилактическая деятельность.** *Мониторинг здоровья детей*	ст. воспитатель, медицинская сестра, врач-педиатр, инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию, педагоги возрастных групп	**Показатели здоровья:** - общая заболеваемость; - заболеваемость детей в днях на 1 ребенка; - количество часто болеющих детей, в %; - количество детей с хроническими заболеваниями, в %; -результаты диспансерного осмотра детей врачами (в 3 года, 6 лет, 7 лет); - соотношение групп физического развития по состояния здоровья детей для организации занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная); - количество детей с выявленным ранним плоскостопием 5-7 лет; - количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях, в %;

			- индекс здоровья. **Показатели физического развития:** - уровень физического развития (антропометрические данные); - уровень физической подготовленности.
6.	***Профилактика и оздоровление детей*** -составление дифференцированных программ оздоровления с учетом состояния здоровья ребенка и его личностных особенностей; - фитонцидотерапия (лук, чеснок); - профилактика гриппа и ОРВИ - профилактические прививки; - приборы кварцевания воздуха во всех группах.	медицинская сестра, врач-педиатр, инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию, педагоги возрастных групп	Формирование у детей устойчивой мотивации на здоровый образ жизни, ответственности за состояние своего здоровья
7.	***Организация питания*** - сбалансированность и разнообразие рациона; - соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд; - обеспечение санитарно - гигиенической безопасности питания; - качество продуктов питания и приготовленных блюд; - соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов; - витаминизация 3-го блюда; - введение овощей и фруктов, зелени, соков в ежедневный рацион; - организация питьевого режима.	ст. воспитатель, медицинская сестра, шеф-повар, повар	Знания о правильном здоровом питании и возможность применять их в повседневной практической деятельности. Активное участие детей в анализе проблемных ситуаций в различных видах деятельности. Привлечение внимания родителей к ознакомлению с основами правильного здорового питания
8.	***Проведение закаливающих процедур*** - закаливание с учетом индивидуальных возможностей	педагоги возрастных групп, инстр. по физ.	В результате закаливания ребенок становится менее восприимчивым к резким изменениям температуры и простудным, и инфекционным заболеваниям.

	ребенка (контрастные воздушные ванны, ленивая гимнастика после дневного сна, хождение босиком, солнечные ванны, солевые дорожки, облегченная одежда, обширное умывание, полоскание рта кипяченой водой, туалет носа, утренний прием на свежем воздухе, широкая аэрация помещений, сон с доступом воздуха + 19°С); - максимальное пребывание детей на свежем воздухе.	культуре, инстр. по плаванию	Закаленные дети обладают хорошим здоровьем и аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, высокой работоспособностью.
9.	***Организация гигиенического режима*** - режим проветривания помещений; - режим кварцевания; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; - обеспечение чистоты среды; - смена и маркировка постельного белья; - проведение противоэпидемиологических мероприятий; - гигиенические требования к игрушкам.	педагоги возрастных групп, помощник воспитателя	Усвоение детьми дошкольного возраста культурно–гигиенических навыков; формирование привычки содержать свое тело в чистоте; привитие навыков здорового образа жизни.
10.	***Организация здоровьесберегающей среды*** - качество проведения утреннего приема, своевременная изоляция больного ребенка; - оптимизация режима дня; - санитарно-гигиенические требования к организации образовательного процесса; - организация и проведение прогулок; - организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима; - выполнение инструкций по охране жизни и здоровья	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп, инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию	Снижение заболеваемости детей дошкольного возраста или стабилизация здоровья (в зависимости от первоначального диагноза), увеличение числа детей, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни.

	детей; - соблюдение правил пожарной безопасности; - подбор мебели с учетом антропометрических данных; - подготовка участка для правильной и безопасной прогулки; - оказание первой медицинской помощи; - наличие аптечек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение.		
11.	***Физкультурно-оздоровительная работа:*** - **физическое развитие детей** (непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей; спортивные игры и упражнения на воздухе); - **развитие двигательной активности** (утренняя гимнастика; физкультминутки; двигательная разминка; подвижные игры и физические упражнения на прогулке; подвижные игры в групповом помещении; оздоровительный бег; индивидуальная работа по развитию движений); - **физкультурные праздники и развлечения** (дни здоровья; физкультурный досуг; физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе; спортивные игры-соревнования; спартакиады вне детского сада).	инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию, педагоги возрастных групп	Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни; усовершенствовать физические качества в совместной двигательной деятельности детей; повысить интерес детей к различным видам спорта, к занятию физкультурой.
12.	***Профилактика и нарушение в физическом развитии детей*** - дыхательная гимнастика; - массаж и самомассаж;	медицинская сестра, врач-педиатр, инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию,	Предупреждения нарушений осанки: сутулость, асимметрия плеч и лопаток, а также сколиозов (заболевание позвоночника, вызванные слабостью мышц спины и длительным пребыванием тела в физиологически неудобных положениях), укрепление

	- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки; - профилактика зрения.	педагоги возрастных групп	мышц спины, укрепление опорно-двигательного аппарата и мышц.
13.	**Обеспечение социально-психологического благополучия ребенка:** ***Адаптационный период*** - использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы; - организация работы с детьми в утренние часы (ритуалы вхождения в день).	педагоги возрастных групп, педагог-психолог	Создание в ДОУ атмосферы психологического комфорта и эмоционального благополучия, воспитания и развития свободной творческой и активной личности; создание в ДОУ условий, способствующих развитию произвольной саморегуляции психофизического и эмоционального состояния и двигательной активности детей; развитие коммуникативной компетентности детей; снижение гиперактивности; снижение тревожности, снятие страхов; развитие коммуникативных навыков, коррекция застенчивости; коррекция агрессивности и конфликтности; сформированность навыков позитивного взаимодействия детей и родителей; создание в семье здоровьесберегающего режима, освоение родителями правил психогигиены общения с детьми.
14.	**Здоровьесберегающая образовательная деятельность:** - физическое образование детей, осуществляемое в рамках примерной общеобразовательной программы дошкольного образования (ФГОС ДО); - формирование у детей здорового и безопасного образа жизни; - воспитание культурно- гигиенических навыков у детей.	инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию, педагоги возрастных групп	Снижение заболеваемости воспитанников; сформированная мотивация на здоровый образ жизни у детей дошкольного возраста; заинтересованность родителей как участников здоровьесберегающего образовательного процесса; эффективное и рациональное взаимодействие всех участников образовательного процесса: детей, педагогов.
15.	Реализация дополнительных общеобразовательных программ по физкультурно – оздоровительной работе.	Педагоги дополнительного	Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства,

		образования	формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника, формирование здорового образа жизни.
Работа с родителями			
16.	Анкетирование родителей по развитию навыков самообслуживания и формирования здорового образа жизни дошкольников	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп	Определение направлений работы с родителями по реализации программы. Планирование работы с родителями.
17.	Вовлечение родителей воспитанников в процесс реализации программы «Здоровье» , организация и проведение родительских собраний; организация групповых консультаций.	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп	- участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях; - ознакомление родителей с результатами диагностических обследований; - оформление информационных стендов, выставок; - индивидуальное консультирование родителей.
Создание материальной базы и предметно-развивающей среды			
18.	Обеспечение предметно-развивающего пространства для физического и психического развития дошкольников (центр физического развития, спортивные площадки, физ. кабинет и т. д.)	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп	Создание условий для побуждения детей к развитию навыков самообслуживания и формированию здорового образа жизни дошкольников.
Сотрудничество с внешними организациями			
19.	Установление взаимодействия и проведение совместных мероприятий с образовательными и спортивными организациями г. о. Саранск по формированию здорового образа у детей дошкольного возраста	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп, инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию	Создание системы взаимодействия ДОУ с учреждениями социума на основе договоров и совместных планов по проблеме развития навыков самообслуживания и формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

3 этап – Обобщающий (2024-2025 гг.)			
Работа с кадрами			
1.	Обобщение и распространение значимого педагогического опыта (на мастер-классах и семинарах-практикумах внутри МАДОУ)	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп	Обобщение и анализ результатов реализации программы «Здоровье»
2.	Завершение статистической обработки и интерпретация результатов мониторинговых мероприятий; обсуждение хода и промежуточных результатов реализации программы «Здоровье» на заседаниях педагогического совета, педагогических часах, заседаниях творческой группы	ст. воспитатель, рабочая группа	Выявление эффективности технологий для формирования здорового образа жизни дошкольников, готовности педагогов и родителей к осуществлению данной работы.
Работа с родителями			
3.	Обобщение опыта работы с родителями по реализации программы «Здоровье»	ст. воспитатель, рабочая группа, педагоги возрастных групп	Изучение эффективности взаимодействия с родителями в процессе развития навыков самообслуживания и формирования здорового образа жизни дошкольников в условиях семьи, выявление и обмен позитивным опытом семейного воспитания в данном вопросе.
Работа с детьми			
4.	Проведение диагностики сформированности здорового образа жизни детей в дошкольных группах. Отслеживание динамики развития навыков самообслуживания и сформированности здорового образа жизни каждого ребенка, его умений сбережения своего здоровья. Завершение статистической обработки и интерпретация результатов мониторинговых мероприятий.	ст. воспитатель, педагоги возрастных групп, инстр. по физ. культуре, инстр. по плаванию	Обобщение и анализ результатов реализации программы «Здоровье»
Работа с документами по направлению реализации программы «Здоровье»			
5.	Составление аналитического отчёта по реализации	ст. воспитатель,	Анализ деятельности по реализации программы,

	программы «Здоровье» и его размещение на сайте МАДОУ	рабочая группа	выявление наиболее эффективных форм, методов, приемов, технологий развития навыков самообслуживания и формирования здорового образа жизни дошкольников.
Сотрудничество с внешними организациями			
6.	Освещение опыта работы по развитию навыков самообслуживанию и формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста в СМИ, на сайте ДОУ, публикация материалов, научных статей, выступление на городских, республиканских и всероссийских мероприятиях (научно-практических конференциях, семинарах, семинарах-практикумах), проведение открытых просмотров, мастер-классов для педагогов, родителей, общественности.	ст. воспитатель	Распространение педагогического опыта по реализации программы «Здоровье».

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адамович, Г.Э. II Международная научно-практическая конференция "Славянская этносуггестология в повседневном бытии и обеспечении здорового образа жизни" / ред. С.Э. Ермакова, Г.Э. Адамович. - М.: Минск: Белхардгрупп; М.: Ладога-100, 2016. - 204 с.

2. Анастасова, Л. П. Биология. Формирование здорового образа жизни подростков. 6-9 классы. Методическое пособие / Л.П. Анастасова, В.С. Кучменко, Т.А. Цехмистренко. - М.: Вентана-Граф, 2016. - 208 с.

3. Байер, К. Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг. - М.: Мир, 2016. - 368 с.

4. Бакунина М.И. Основы здорового образа жизни 1-4 кл. ФГОС 15г.. - Москва: Гостехиздат, 2015. - 924 с.

5. Безруких, М. М. Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении. Начальная школа / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. - М.: Просвещение, 2016. - 128 с.

6. Блюменталь, Бретт Год, прожитый правильно. 52 шага к здоровому образу жизни / Бретт Блюменталь. - М.: Альпина Паблишер, 2016. - 450 с.

7. В здоровом теле - здоровый дух. Сценарии праздников, конкурсов, вечеров, посвященных здоровому образу жизни. - М.: Феникс, 2016. - 352 с.

8. Воронова, Е. А. Здоровый образ жизни в современной школе. Программы, мероприятия, игры / Е.А. Воронова. - М.: Феникс, 2015. - 179 с.

9. Все о здоровом образе жизни. - М.: Издательский Дом Ридерз Дайджест, 2015. - 404 с.

10. Гуменюк, Е. И. Будь здоров! Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста (+ 16 карточек) / Е.И. Гуменюк, Н.А. Слисенко. - М.: Детство-Пресс, 2016. - 162 с.

11. Д`Адамо, Питер 4 группы крови - 4 образа жизни: Здоровье, энергия и активность в любом возрасте / Питер Д`Адамо , Кэтрин Уитни. - М.: Попурри, 2015. - 464 с.

12. Дубровский, В.И. Валеология. Здоровый образ жизни / В.И. Дубровский. - М.: Флинта, 2016. - 560 с.

13. Елжова, Н. В. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении / Н.В. Елжова. - М.: Феникс, 2016. - 224 с.

14. Здоровый образ жизни семьи. Информационный стенд. - М.: Сфера, Ранок, 2015. - 552 с.

15. Здоровый образ жизни. - М.: Мой мир, 2015. - 208 с.

16. Красоткина, И.Н. Биоритмы и здоровье. Серия: Здоровый образ жизни / И.Н. Красоткина. - Москва: СПб. [и др.] : Питер, 2015. - 224 с.

17. Куценко, Г. И. Книга о здоровом образе жизни / Г.И. Куценко, Ю.В. Новиков. - М.: Профиздат, 2015. - 256 с.

18. Митяева, А. М. Здоровый образ жизни / А.М. Митяева. - М.: Academia, 2015. - 144 с.

19. Морозов, М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний / М.А. Морозов. - М.: СпецЛит, 2016. - 176 с.

20. Назарова, Е. Н. Здоровый образ жизни и его составляющие / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. - М.: Академия, 2016. - 256 с.

21. Рассел, Джесси Здоровый образ жизни / Джесси Рассел. - М.: Книга по Требованию, 2015. - 732 с.

22. Текучева, Лариса Здоровый образ жизни. Правильное питание / Лариса Текучева. - М.: Drugoe Reshenie, 2015. - 449 с.

23. Трча, Станислав Искусство вести здоровый образ жизни / Станислав Трча. - М.: Медицина, 2016. - 232 с.

24. Эй, Джей Джейкобс До смерти здоров. Результат исследования основных идей о здоровом образе жизни / Эй Джей Джейкобс. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. - 826 с.

25. Якуба, Анна Ежедневник Здоровый Образ Жизни. Гимнастика, питание, голодание, очищение / Анна Якуба. - М.: Питер, 2016. - 272 с.