

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 78 комбинированного вида»

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО на Педагогическом Совете №\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | УТВЕРЖДЕНО Заведующая МДОУ «Детский сад №78 комбинированного вида» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.Н. Власова «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_г. Приказ №\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА *«ЗДОРОВЬЕ»***

**муниципального дошкольного образовательного учреждения**

**«Детский сад № 78 комбинированного вида»**

Срок реализации: 2023-2027 гг

Саранск, 2023

**СОДЕРЖАНИЕ:**

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

1.1. Актуальность 6

1.2. Цель и задачи программы 7

1.3. Основные принципы реализации программы 7

1.4. Этапы реализации программы 8

1.5. Ожидаемые результаты… 8

1.6. Краткое описание содержания и структуры 9

**2. АНАЛИЗ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ЗА 2017- 2022 гг. ДИНАМИКА ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**

**3. СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОО**

3.1. Организация профилактической и оздоровительной работы в ДОО 15

3.2. Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы 25

3.3. Организация полноценного питания 26

3.4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы. 27

3.5. Консультационно-информационная работа 31

**4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, ПРОГРАМНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

4.1. Организация предметно-развивающей среды ДОО 41

4.2. Нормативно-правовое обеспечение программы по организации оздоровительной деятельности… 44

4.3. Методическое обеспечение программы… 45

4.4. Кадровое обеспечение… 47

**5. КОНТРОЛЬ И РУКОВОДСТВО ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование**  **программы** | **Программа «Здоровье» на 2023-2027 гг.** |
| **Дата утверждения**  **Программы** | **Педагогический совет № 5 от 30.08.2022 г.** |
| **Основание для**  **разработки Программы** | Высокая заболеваемость детей. Повышение заинтересованности родителей в организации сотрудничества с детским садом в проведении физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по сохранению и  укреплению здоровья дошкольников и формированию привычки к ЗОЖ. |
| **Исполнители Программы** | Педагоги, медицинский персонал, дети, родители (законные представители). |
| **Цель Программы** | Сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья  воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ. |
| **Задачи Программы** | 1. Повышение показателей здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах, увеличение показателей двигательной активности детей. 2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ. 3. Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС   ДО. |
| **Целевые ориентиры Программы** | 1. Выполнение режима дня с включением в него здоровьесберегающих технологий. 2. Показатели заболеваемости (снижение количества дней пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях). 3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению. |
| **Сроки реализации**  **Программы** | Программа рассчитана на 4 года (2023-2027 гг.) |
| **Перечень разделов программы** | 1. Пояснительная записка. 2. Анализ физкультурно-оздоровительной работы за 2017-2022 гг. Динамика здоровья, физического развития и физической подготовленности воспитанников. 3. Система и содержание оздоровительной деятельности. 4. Материально-техническое, программно- методическое и медицинское обеспечение программы. 5. Контроль и руководство физкультурно- оздоровительной деятельности. |
| **Ожидаемые конечные результаты** | 1. Создание здоровьесберегающей, развивающей системы работы, способствующей не только сохранению, но и развитию физического, психического и социального здоровья воспитанников. 2. Снижение заболеваемости у детей не менее чем на 5%. 3. Снижение уровня сезонной заболеваемости (ОРВИ, грипп). 4. Снижение количества наиболее часто болеющих детей в ДОО. 5. Отсутствие травматизма, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья. 6. Увеличение показателей двигательной активности детей. 7. Вовлечение большего количества воспитанников в спортивные секции и учреждения дополнительного образования. 8. Повышение заинтересованности и непосредственного участия работников детского сада и родителей в оздоровлении детей. 9. Стимулирование внимания дошкольников и их родителей к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи. 10. Повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закаливающих   мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку.   1. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей (проверка знаний, опрос). 2. Сформированность умений и устойчивого желания ребёнка заботиться о своём здоровье   самому и с детства. |
| **Управление программой и осуществление ее реализацией** | Педагогический совет ДОО |

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**
   1. Актуальность программы

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Она остается самой острой социальной проблемой общества в настоящее время. Стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов. Это закон РФ «Об образовании», где определены принципы государственной политики в области образования, первым из которых является

«гуманистический характер образования, приоритет общечеловеческих ценностей жизни и здоровье человека, свободного развития личности», ФГОС ДО, а также Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; Указы Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации», Закон РФ «О физической культуре и спорте»,

«Конвенция о правах ребёнка» и другие.

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

Прошедшие года стали годами борьбы с новой коронавирусной инфекцией COVID-19. Администрацией нашего ДОО на 2020-2022 учебные года был разработан и реализован план профилактических мероприятий в ДОО по коронавирусу с целью сохранения здоровья воспитанников детского сада при обучении в условиях новой коронавирусной инфекцией COVID-19.

Анализ деятельности учреждения по профилактическим и оздоровительным мероприятиям ДОО в соответствии с предыдущей программой «ЗДОРОВЬЕ» позволил оценить и выявить проблемы и особенности учебно-воспитательного процесса в ДОО в современных условиях борьбы с коронавирусной инфекцией COVID-19 и выработать основные направления работы для реализации новой программы «ЗДОРОВЬЕ» на 2023-2027 учебные года.

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как одна из основных задач дошкольного образовательного учреждения, должна базироваться на осознанном отношении ребёнка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно- оздоровительной деятельности.

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

* 1. Цель и задачи программы

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

**Задачи:**

1. Повышение показателей здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.
2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ.
3. Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС ДО.
   1. Основные принципы реализации программы
4. **Принцип научности –** использование научно-обоснованных и апробированных программ технологий и методик.
5. **Принцип доступности** – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными и индивидуально-личностными особенностями детей.
6. **Принцип активности и сознательности** – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
7. **Принцип систематичности -** реализация профилактических и оздоровительных мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.
8. **Принцип комплексности и интегративности –** решение оздоровительных задач в системе образовательного процесса и всех видов деятельности в соответствии с ФГОС ДО.
9. **Принцип оптимальности –** разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки.
10. **Принцип гарантированности –** реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки.
11. **Принцип адресности –** поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья воспитанников.
    1. Этапы реализации программы
12. **й этап - аналитический, январь-май 2023 г.**
    * анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за 2017-2022гг.
    * анализ материально-технической базы и кадрового обеспечения
    * выявление острых проблем в работе детского сада
    * выдвижение гипотез, определение целей, задач работы
13. **й этап** - **разработка программы, июнь-август 2023 г.**
    * изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ
    * изучение современных оздоровительных технологий
14. **й этап** - **внедрение и реализация программы** , **2023-2026гг.**
    * отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей
    * методическое и организационное сопровождение
    * развитие педагогического потенциала и профессиональных компетенций сотрудников
    * сотрудничества с родителями
    * группового взаимодействия
15. **й этап** – **итогово-диагностический**, **2027 г.**
    * проведение сравнительного анализа результативности работы по всем направлениям программы
    1. Ожидаемые результаты реализации программы

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

**Основные участники реализации программы:**

* воспитанники дошкольного образовательного учреждения;
* педагогический коллектив;
* родители (законные представители) детей посещающих ДОО.

**Основные направления программы:**

**1.Профилактические мероприятия.**

Раскрываются новые подходы учреждения в организации физкультурно- оздоровительной работы, система работы специалистов, план улучшения здоровья детей. Организация условий при посещении ДОУ в период борьбы с новой коронавирусной инфекцией (COVID-19).

1. **Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы.**
2. **Организация рационального питания.**
3. **Комплексная физкультурно-оздоровительная работа.**

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

1. **Консультативно-информационная работа:**

* с педагогами и сотрудниками
* с родителями

1. **АНАЛИЗ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ЗА 2017-2022 гг. ДИНАМИКА ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ**

Анализ сведений о здоровье воспитанников за период с 2017 по 2022 гг. показал неуклонный рост процента заболеваемости детей и рост дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. В нашем детском саду ведётся большая физкультурно-оздоровительная работа, начиная с момента поступления ребёнка в детский сад. Здоровье детей зависит не только от уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране, физических особенностей, условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, но и от того, что наша жизнь изменилась с появлением новой коронавирусной инфекции.

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

**Анализ заболеваемости и посещаемости МДОУ «Детский сад № 78 комбинированного вида»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Показатели** | **2017 год** | | | **2018 год** | | | **2019 год** | | | **2020 год** | | | **2021 год** | | |
| Всего | Ясли | Сад | Всего | Ясли | Сад | Всего | Ясли | Сад | Всего | Ясли | Сад | Всего | Ясли | Сад |
| 1 | Среднесписочный состав |  |  |  | 323 | 33 | 292 | 330 | 46 | 284 | 340 | 61 | 282 |  |  |  |
| 2 | Д/д по плану |  |  |  | 46193 | 3903 | 42290 | 31785 | 2325 | 29460 | 59154 | 9301 | 49853 |  |  |  |
| 3 | Д/д по факту |  |  |  | 29556 | 1738 | 27818 | 22285 | 1161 | 21124 | 37620 | 4804 | 32816 |  |  |  |
| 4 | Д/д пропущенные |  |  |  | 17228 | 2203 | 15025 | 9029 | 1061 | 7968 | 21534 | 4497 | 17037 |  |  |  |
| 5 | Д/д по болезни |  |  |  | 4250 | 360 | 3890 | 2393 | 201 | 2192 | 4869 | 1482 | 3387 |  |  |  |
| 6 | Д/д прочие |  |  |  | 12970 | 1843 | 11127 | 6536 | 760 | 5776 | 16665 | 3015 | 13650 |  |  |  |
| 7 | Пропуск одного ребёнка  по болезни |  |  |  | 24,8 | 1,7 | 23,1 | 15,5 | 8,3 | 7,2 | 21,5 | 6,4 | 15,1 |  |  |  |
| 8 | Индекс здоровья  15% - 40% | 22 % | | | 22 % | | | 22% | | | 27% | | |  | | |

**Распределение по группам здоровья**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показат ели** | **Всего детей в ДОО** | | | | | **с 1 группой здоровья** | | | | | **со 2 группой здоровья** | | | | | **с 3 группой здоровья** | | | | | **с 4 группой здоровья** | | | | |
| **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** |
| Количество детей |  | 323 | 330 | 340 |  |  | 119 | 123 | 123 |  |  | 184 | 181 | 192 |  |  | 19 | 25 | 23 |  |  | 1 | 1 | 2 |  |
| % от общего числа детей в  ДОО |  | 100  % | 100  % | 100  % |  |  | 36,8  % | 37,3  % | 36,2  % |  |  | 57  % | 54,8  % | 56,4  % |  |  | 5,9  % | 7,6  % | 6,8  % |  |  | 0,3  % | 0,3  % | 0,6  % |  |

Анализ сведений о здоровье воспитанников дошкольного возраста (детей 3-7 лет) за период с 2017 по 2022 гг. показал небольшое, но уменьшение дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. Что же касается детей раннего возраста (1,5-3 года), то здесь ситуация обстоит иным образом, ежегодно прослеживается прирост процента заболеваемости и увеличение количества дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. Это обусловлено тем, что дети этого возраста тяжелее адаптируются к детскому саду, чаще болеют. Незначительно, но увеличивается количество детей с 3 и 4 группой здоровья, тогда как количество детей со 2 группой здоровья становится меньше. Данные указывают на то, что в дошкольное учреждение все реже приходят абсолютно здоровые дети. Поэтому работа с семьями воспитанников становится особенно важным моментом в процессе сохранения и укрепления здоровья детей.

**Травматизм детей в ДОО**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели** | **Случаи травматизма** | | | | |
| **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** |
| Количество случаев травматизма детей | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| % от общего числа детей в ДОО | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

**Адаптация ребёнка в ДОО**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Параметры** | **Всего поступило**  **детей в ДОУ** | | | | | **Легкая степень** | | | | | **Средней тяжести** | | | | | **Тяжелая степень** | | | | |
| **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** |
| Кол-во детей |  | 60 | 36 | 24 |  |  | 30 | 23 | 18 |  |  | 23 | 12 | 6 |  |  | 7 | 1 | 0 |  |
| % от общего  числа детей |  | 100% | 100% | 100% |  |  | 50% | 64% | 75% |  |  | 38% | 33% | 25% |  |  | 12% | 3% | 0% |  |

В детском саду проводится большая работа по созданию благоприятных условий для адаптации детей к условиям ДОО. Дети поступают в детский сад неравномерно, этот процесс проходит в течение с сентября по ноябрь. Педагогами осуществлялся весь комплекс адаптационных мероприятий, направленных на создание психологически комфортных условий пребывания ребёнка в группе: возможность нахождения в группе вместе с мамой в первый день, в течение 2-х часов, индивидуальный подход, щадящий режим пребывания ребёнка в детском саду, консультации для родителей, разработаны и раздаются памятки. Для родителей вновь поступающих детей ежегодно в начале сентября проводится родительское собрание. Отмечается стабильная положительная динамика по лёгкой, средней степени адаптации детей к

детскому саду. Это обусловлено тем, что у педагогов, работающих с детьми раннего возраста, высокий уровень профессиональных компетенций и используемые ими методы и технологии являются эффективными.

**Мониторинг физической подготовленности детей**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дети** | **Общая численность воспитанников** | | | | | **Всего обследовано детей** | | | | | **Высокий уровень** | | | | | **Средний уровень** | | | | | **Низкий уровень** | | | | |
| **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** | **2017** | **2018** | **2019** | **2020** | **2021** |
| Дети 3-7  лет |  | 323 | 330 | 340 |  |  | 282 | 258 | 184 |  |  | 138 | 115 | 43 |  |  | 137 | 138 | 138 |  |  | 7 | 5 | 3 |  |
| % от общего числа  детей |  | 100% | 100% | 100% |  |  | 97% | 90% | 54% |  |  | 49% | 44% | 23% |  |  | 49% | 54% | 75% |  |  | 2% | 2% | 2% |  |

Анализ результатов диагностики физической подготовленности показал, что процент подготовки высокого уровня детей по физическому развитию ежегодно снижается, средний уровень растёт, низкий – не меняется. Это объясняется сложностями, возникшими в связи с эпидемиологической обстановкой и невозможностью осуществлять ООД в соответствии с календарным планированием (образовательную деятельность пришлось адаптировать под уличные условия).

1. **СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**
   1. Организация профилактической и оздоровительной работы в ДОО

**Подходы, используемые в физкультурно-оздоровительной работе ДОО**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Направление деятельности** | **Виды деятельности** | **Обоснование** | **Частота занятий** |
| 1. | Физкультурно- оздоровительное | Организованная  образовательная деятельность | Основная образовательная программа муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад  № 78 комбинированного вида»  Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с тяжелыми нарушениями речи МДОУ  «Детский сад № 78 комбинированного вида» | 3 раза в неделю |
| Интегрированная  деятельность | По плану ДОО |
| Утренняя гимнастика  на свежем воздухе со средней группы | Ежедневно |
| Гимнастика после сна | Ежедневно |
| Физкультурные досуги,  дни здоровья | 1 раз в месяц |
| Физкультурные  праздники | 2 раза в год |
| 2. | Психо- эмоциональное развитие | Совместные занятия воспитателей, учителя- логопеда, музыкального руководителя и  инструктора по физической культуре | Тематическое планирование | По плану ДОО |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 3. | Работа с родителями | Совместные физкультурные праздники, дни  здоровья с родителями |  | По плану ДОО |

**Система и содержание оздоровительной деятельности воспитателей и специалистов ДОО**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Воспитатели и специалисты** | **Задачи работы** | **Формы работы, направления деятельности** | **Периодичность** |
| **Инструктор по физической культуре** | 1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; 2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями; 3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности; 4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни, выработка привычки к соблюдению режима дня, потребности в физических упражнениях и играх;   5. Воспитание физических | - Проведение диагностики физической подготовленности.  - Проведение физкультурных занятий. Проведение утренней гимнастики.  - Индивидуальная работа с детьми с ОВЗ, с детьми, имеющими отставание в физическом развитии.  - Проведение физкультурных праздников и развлечений.  - Консультации для педагогов и родителей. Участие в проведении ППк ДОО. | В соответствии с требованиями программы и возрастными особенностями детей. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | качеств, необходимых для  полноценного развития личности. |  |  |
| **Воспитатель** | 1. Укрепление здоровья ребёнка, его гармоничное психофизическое развитие, повышение работоспособности организма и приобщение к здоровому образу жизни; 2. Формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости и др.) и двигательных способностей (координации движений, дыхательных функций) у детей разных возрастных групп; 3. Формирование осознанности двигательных действий, развитие пространственных ориентировок, развитие внимание, памяти, мышления;   Воспитание двигательной культуры, нравственно- волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства. | 1. Обучение на занятиях: игровые, сюжетные, интегрированные; тематические; 2. Досуги, развлечения, праздники. | В соответствии с расписанием организованной образовательной деятельности по возрастной группе. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Воспитатель** | 1. Воспитание здорового ребенка через реализацию системы физкультурно- оздоровительных мероприятий. 2. Привлечение родителей к организации сотрудничества по вопросам оздоровления и закаливания детского организма. | 1. Соблюдение режима дня. 2. Проведение бодрящей, общеразвивающей, дыхательной и других гимнастик (пальчиковая, для глаз). 3. Проведение оздоровительного закаливания. 4. Работа с родителями. 5. Взаимодействие с инструктором по физической культуре, старшей медсестрой, учителем- логопедом. 6. Участие в проведении ППк ДОО. | В соответствии с расписанием организованной образовательной деятельности по возрастной группе. |
| **Учитель-логопед** | 1. Изучение уровня речевого, познавательного, социально- коммуникативного, физического развития индивидуально-личностных особенностей детей, нуждающихся в логопедической поддержке, определение основных направлений и содержания работы с каждым из них. 2. Систематическое проведение необходимой профилактической и коррекционно-речевой работы   с детьми в соответствии с их | 1. Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми. 2. Проведение диагностики. 3. Консультативная помощь воспитателям и родителям. 4. Интегрированные занятия с воспитателями, специалистами ДОО. 5. Организация и проведение ППк, руководство ведением индивидуальных образовательных маршрутов. | В соответствие с планом. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | индивидуальными программами.   1. Формирование у педагогического коллектива ДОО и родителей информационной готовности к логопедической работе, оказание им помощи в организации полноценной речевой среды. 2. Координация усилий педагогов и родителей, контроль качества проведения   речевой работы с детьми. |  |  |
| **Медсестра** | 1. Осуществление первичной профилактики. 2. Контроль организации питания. | 1.Контроль санитарно – гигиенических условий в ДОО.  2.Контроль состояния калорийности питания и анализ качества питания.   1. Контроль санитарно – гигиенического состояния пищеблока.   4.Бракераж готовой продукции. | Постоянно Ежедневно |
| 1. Контроль физического воспитания 2. Гигиеническое воспитание в детском коллективе. 3. Иммунопрофилактика. 4. Мероприятия по обеспечению благоприятной адаптации детей к ДОО. 5. Организация витаминотерапии. 6. Анализ состояния здоровья. Диспансеризация. | * 1. Распределение воспитанников на медицинские группы для занятий физкультурой.   2. Анализ эффективности физического воспитания с оценкой физической подготовленности детей.   3. Осуществление контроля организации физического воспитания, закаливающих мероприятий.   4. Рекомендации по организации и проведению гигиенического воспитания, формированию навыков здорового образа жизни.   5. Организация мероприятий по профилактике нарушения осанки и плоскостопия.   6. Контроль гигиенического воспитания.   7. Планирование и анализ вакцинации.   8. Осмотр детей перед прививкой.   9. Контроль состояния здоровья после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку.   10. Рекомендации по адаптации детей и ее коррекции (совместно с педагогом).   11. Контроль течения адаптации и проведение медико-педагогической коррекции.   12. Работа ППк ДОО.   7.1.Витаминизация 3 блюда витамином «С»  (аскорбиновой кислотой)  - витаминизация мультивитаминами (ревит, аскорбиновая кислота).  8.1.Анализ состояния здоровья воспитанников, разработка медико-педагогических мероприятий. 8.2.Проведение профилактических медицинских осмотров.  8.3.Рекомендации педагогам по коррекции  отклонений в состоянии здоровья. Контроль их выполнения. | 2 раза в год 2 раза в год Ежемесячно  По необходимости  Постоянно  В соответствии с национальным календарем прививок  Постоянно  Ежедневно осень, зима  Ежемесячно  Один раз в год  В течение года |

**Стратегический план работы МДОУ «Детский сад №78 комбинированного вида»**

**по улучшению здоровья детей**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Группа** | **Периодичность выполнения** | **Ответственные** | **Срок выполнения** |
| **Оптимизация режима** | | | | | |
| 1. | Организация жизни детей в адаптационный период, создание  комфортного режима | Все группы | Ежедневно | Воспитатели, медсестра | В течение года |
| 2. | Определение оптимальной нагрузки  на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей | Все группы | Ежедневно | Старший  воспитатель специалисты ДОО | В течение года |
| 3. | Физкультурные занятия (ООД) | Все группы | 3 раза в неделю | Инструктор по физической  культуре | В течение года |
| 4. | Гимнастика после дневного сна | Все группы | Ежедневно | Воспитатели, инструктор по физической  культуре | В течение года |
| 5. | Прогулки с включением  подвижных игровых упражнений | Все группы | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 6. | Музыкально – ритмические занятия | Все группы | 2 раза в неделю | Музыкальный  руководитель, воспитатели | В течение года |
| 7. | Физкультурные праздники и досуги | Все группы | 1 раз в месяц | Инструктор по  физической культуре | В течение года |
| 8. | Неделя здоровья | Все группы | 2 раза в год | Старший воспитатель  педагоги ДОО, медсестра, | В течение года |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | инструктор по физической культуре,  специалисты ДОО (по необходимости) |  |
| 9. | Пальчиковая гимнастика | Все группы | 3-4 раза в день | Воспитатели,  специалисты ДОО | В течение года |
| 10. | Физкультминутки | Все группы | Ежедневно | Воспитатели,  специалисты ДОО | В течение года |
| 11. | Подвижные игры | Все группы | Ежедневно | Воспитатели,  специалисты ДОО | В течение года |
| **Охрана психического здоровья** | | | | | |
| 1. | Использование приемов  релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы | Все группы | Ежедневно  несколько раз в день | Воспитатели, специалисты ДОО | В течение года |
| **Медико-профилактическое направление** | | | | | |
| 1. | Дыхательная гимнастика в игровой форме | Все группы | 3 раза в день | Воспитатели, инструктор по физической  культуре | В течение года |
| 2. | Витаминотерапия: ревит, аскорбиновая кислота | Все группы (по согласованию  с родителями) | 1 раз в день (10 дней) | Медсестра | 2 раза в год |
| 4. | Ароматизация помещений (чеснок) | Все группы | по плану профилактически х мероприятий | Медсестра, воспитатели | 4 раза в год октябрь, декабрь, февраль, апрель |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Закаливание, с учётом состояния здоровья ребёнка** | | | | | |
| 1. | Воздушные ванны | Все группы | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 2. | Прогулки на воздухе | Все группы | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 3. | Гимнастика после сна  (босохождение) | Все группы  (кроме малышей) | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 4. | Мытье рук по локоть после сна | Все группы  (кроме малышей) | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 5. | Игры с водой | Все группы | по плану | Воспитатели, инструктор по физической  культуре | В течение года |

* 1. Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы

**Исследование состояния здоровья детей специалистами ДОО и детской поликлиники:**

* + - Осмотр детей медперсоналом (врач-педиатр, старшая медицинская сестра), определение группы здоровья
    - Диспансеризация детей (с 3-х лет)
    - Выявление нарушений двигательной активности, координации движений и т.д. в беседах с родителями и педагогами
    - Антропометрия (до 3-х лет ежеквартально, дошкольные группы - 2 раза в год)

**Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДОО с целью динамического наблюдения за их развитием:**

* + - Диагностика по усвоению программ: Основная образовательная программа муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №78 комбинированного вида», Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с тяжелыми нарушениями речи МДОУ «Детский сад №78 комбинированного вида».
    - Диагностика физических качеств
    - Ведение индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ.
    - Диагностика адаптации ребёнка к условиям ДОО. Выявленные проблемы у детей, берутся под контроль, обсуждаются на педсовете, намечается план индивидуальной работы с детьми. На последнем педсовете (по итогам года), озвучиваются результаты.
  1. Организация полноценного питания

При организации питания рекомендуется придерживаться естественных потребностей воспитанников, исключить насильственное кормление, приучать к правильной, здоровой пище.

**Формы работы и направления деятельности:**

* Систематический контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к пищеблоку
* Контроль за соблюдением ассортимента продуктов
* Соблюдение нормативных требований к качеству и количественному объему пищи в соответствии с возрастом детей
* Обеспечение питьевого режима (вода, соки)
* Эстетика организации питания и гигиена приема пищи
  1. Комплексная система физкультурно- оздоровительной работы

**Проведение физкультурных занятий разных типов:**

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

**Использование оздоровительных технологий на занятиях:**

* Пальчиковая и артикуляционная гимнастика
* Дыхательная гимнастика
* Гимнастика для глаз
* Специальные коррекционные упражнения, рекомендуемые для использования в работе с детьми с ОВЗ
* Хождение по дорожкам «здоровья»
* Корригирующая гимнастика
* Логоритмические упражнения

**Комплекс психофизических мероприятий:**

* элементы музыкотерапии
* элементы сказкотерапии, смехотерапии
* обеспечение благоприятного психологического климата в ДОО
* выбор оптимального темпа работы в соответствии с личностными особенностями детей
* упражнения с использованием приёмов сенсорной интеграции с детьми с ОВЗ

**Система эффективных закаливающих процедур:**

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

**Основные факторы закаливания**:

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

**Формы работы:**

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

**Активизация двигательного режима детей:**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Виды занятий** | **Особенности организации** |
| **1. Физкультурно-оздоровительная работа** | | |
| 1.1. | Утренняя гимнастика | Ежедневно на открытом воздухе или в  спортивном и музыкальном залах. Длительность 6-12 мин. |
| 1.2. | Двигательная разминка | Ежедневно во время большого перерыва между  занятиями. Длительность 7-10 мин. |
| 1.3. | Физкультминутка | Ежедневно, по мере необходимости, в  зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 1-3 мин. |
| 1.4. | Подвижные игры и  физические упражнения на прогулке | Ежедневно во время утренней прогулки. Игры,  подобранные с учетом индивидуальных особенностей детей. Длительность 10-30 мин. |
| 1.5. | Оздоровительный бег | 1-2 раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек,  во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин. |
| 1.6. | Индивидуальная работа  по развитию основных видов движений | Ежедневно во время вечерней прогулки.  Длительность 5-15 мин. |
| 1.7. | Гимнастика после  дневного сна | Ежедневно, по мере пробуждения и подъема  детей. Длительность не более 10 мин. |
| **2. Самостоятельные занятия** | | |
| 2.1 | Самостоятельная  двигательная деятельность | Ежедневно, под руководством воспитателя, в  помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от возрастных особенностей детей. |
| **3. Праздники и развлечения** | | |
| 3.1 | Неделя здоровья | 1 раз в год. |
| 3.2 | Физкультурный досуг | 1 раз в месяц на улице или в спортивном зале.  Длительность 20-40 минут. |
| 3.3 | Физкультурно праздники  на воздухе | 2 раза в год.  Длительность 25-50 минут. |
| 3.4 | Игры – соревнования  между детьми разных возрастных групп | 1-2 раза в год на воздухе. Длительность 30-50  минут. |
| **4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОО и семьи** | | |
| 4.1 | Участие родителей в  родительских собраниях, индивидуальное консультирование. | В течение года |
| 4.2 | Участие родителей в физкультурно- оздоровительных праздниках и  развлечениях. | В течение года |

**Профилактические мероприятия в период пандемии и подъема ОРВИ и гриппа:**

* Своевременное выявление и изоляция детей с первыми признаками заболевания.
* Контроль за качеством проведения утреннего фильтра на группах.
* Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.
* Контроль за режимом проветривания в группах, регулярной влажной уборкой.
* Использование продуктов содержащих фитонциды для ароматизации помещений (чеснок, лук).
* Профилактические медикаментозные средства: витамины.
* Использование рециркуляторов для очистки воздуха групповых помещений и помещений общего пользования (в том числе спортивны, музыкальный залы, кабинеты учителей-логопедов).
* По мере необходимости, в связи со сложившейся эпидемиологической обстановкой, принятие ограничительных мер для родителей и сотрудников ДОО при посещении образовательного учреждения в соответствии с положением «Об организации работы МДОУ «Детский сад №78 комбинированного вида» в связи с распространением новой коронавирусной инфекции».

**Формирование представлений у воспитанников о здоровом образе жизни**

Основная мысль - ЗОЖ не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим **направлениям:**

* привитие стойких гигиенических навыков;
* обучение уходу за своим телом;
* формирование элементарных представлений об окружающей среде, опасных ситуациях в быту, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях;
* формирование привычки и стойкого желания ежедневных физических упражнений;
* развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, представлений о том, что полезно и что вредно организму;
* выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения; понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

**Факторы воздействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ:**

* Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду
* Рациональное питание
* Полноценный сон
* Соблюдение оптимального температурного воздушного режима
* Психологически комфортная обстановка пребывания ребенка в ДОО
* Социально-бытовые условия пребывания ребёнка в семье, её традиции

**Работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ:**

* Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребёнка, личностно-ориентированного общения взрослого и ребёнка.
* Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом).
* Обучение приёмам дыхательной и пальчиковой гимнастики, самомассажу, занятиям на тренажёрах, способам страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни.
* Проведение тематических занятий на группах.
* Проведение физкультурной ООД (занятий) 3 раза в неделю.
* Проведение недель здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.
  1. Консультационно-информационная работа

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

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

**Задачи:**

* внедрение новых технологий по развитию психического и физического здоровья воспитанников;
* внедрение современных методов мониторинга здоровья;
* пропаганда здорового образа жизни;
* организация сбалансированного питания (десятидневное меню);
* обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий;
* максимальное обеспечение двигательной активности в детском саду, использование физкультминуток, релаксации, элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.
* просветительская работа с родителями по направлениям программы

«ЗДОРОВЬЕ».

**Формы**:

* Анкетирование
* Индивидуальные беседы
* Консультации по запросу
* Педсоветы, круглый стол, семинары-практикумы
* Праздники и досуги
* Тренинги для педагогов по сохранению собственного психологического здоровья

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

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Тема** | **Ответственные** | **Год** |
| 1. | Педсоветы | По вопросам физкультурно-оздоровительной направленности. | Старший воспитатель | 2023-2027 гг |
| 2. | Совещание при заведующем | 1.Выполнение санитарно – гигиенического режима. 2.Охрана здоровья воспитанников.   1. Анализ питания, заболеваемости. 2. Санитарно – эпидемиологическая работа в ДОО. | Медсестра Заведующий ДОО | Ежегодно Ежегодно  1 раз в месяц 1 раз в месяц |
| 3. | Педагогические часы | 1.Анализ адаптации вновь поступающих детей. 2.Оздоровительная работа в ДОО.   1. Закаливающие процедуры. 2. Внедрение здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОО. | Старший воспитатель Медсестра Инструктор по физической культуре | 1 раз в год 2 раза в год 1 раз в год 1 раз в год |
| 4. | Семинары – практикумы, деловые игры, круглые столы, консультации и пр. | 1. Взаимодействие педагогов ДОО с целью оптимизации физического и психологического развития дошкольников. 2. Психологическое здоровье +физическое здоровье = здоровый ребёнок. 3. Комплексный подход к сохранению и укреплению психологического и физического здоровья детей дошкольного возраста.   Формирование здорового образа жизни дошкольников в условиях ДОУ и семьи.   1. Утренняя гимнастика одно из важных средств оздоровления и воспитания дошкольника. 2. Использование нетрадиционных форм в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОО. | Инструктор по физической культуре | 2023-2027 гг |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 1. Двигательная активность, как необходимое условие сохранения здоровья и успешного развития дошкольника. 2. Развитие двигательных качеств посредством подвижных игр. |  |  |
| 5. | Консультации, разработка буклетов, памяток | 1. Оформление участков зимой. 2. Адаптация в жизни ребёнка. 3. Психологические минутки в работе с детьми и т.д. | Старший воспитатель Инструктор по физической культуре Педагог-психолог  Воспитатели групп раннего возраста | По плану ДОО |
| 6. | Повышение профессиональ ного  мастерства | Курсы повышения квалификации | Медсестра Педагоги ДОО | 1 раз в 5 лет |
| 7. | Проверка  знаний | Сдача санминимума | Заведующий ДОО  Медсестра | 1 раз в 2 года |

**Работа с родителями и пропаганда ЗОЖ в семье**

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

**Задачи работы с родителями:**

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

**Формы работы**:

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

**Методы,** используемые педагогами в работе:

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

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

* причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний;
* профилактика ОРЗ в домашних условиях;
* закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении;
* значение режимных моментов для здоровья ребенка;
* о питании дошкольников;
* профилактика паразитарных и острых кишечных заболеваний у детей;
* вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье;
* воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников и др.

**План работы с родителями:**

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «дней здоровья», физкультурных праздников и досугов.
2. Проведение родительских собраний и индивидуальных консультаций.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **Ответственные**  **Форма проведения**  **мероприятия** | **Срок проведения** |
| * «Профилактика плоскостопия и осанки у детей дошкольного возраста» * «Что такое здоровый образ жизни» * «Речь на кончиках пальцев» * «Адаптация – это серьезно» * «Что нужно сделать, чтобы снять усталость и укрепить мышцы спины» * «Страховка ребёнка на спортивных снарядах и тренажёрах» * «Как воспитать здорового малыша» * «Закаливание детского организма» | Специалисты ДОО:  инструктор по физической культуре, медсестра, учитель-логопед, старшие воспитатели | В течение года по плану или по запросу родителей и педагогов |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * «Игровой массаж, как средство подготовки руки к письму» |  |  |
| «День здоровья» | Инструктор по физической культуре  По плану | Сентябрь - май |
| «День матери» | Музыкальный руководитель,  концерт | Ежегодно, ноябрь |
| Фестиваль семейного творчества  «Музыкальная гостиная» | Музыкальный  руководитель | Ежегодно,  сентябрь |
| «Бравые солдаты» | Физкультурно- музыкальный  праздник | Ежегодно, февраль |
| «Всемирный день здоровья» | Детская  спартакиада | Ежегодно,  апрель |
| «Здравствуй, лето» | Физкультурно-  музыкальный праздник | Ежегодно, июнь |

**План мероприятий по профилактике школьной дезадаптации**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Ответственный** | **Срок**  **исполнения** |
| 1. | Медицинский осмотр детей за год до поступления их в школу | Врачи детской поликлиники  Медсестра | По графику |
| 2. | Проведение комплексного психолого- педагогического  обследования выпускников ДОО | Специалисты ДОО | Сентябрь, май |
| 3. | Коррекционная работа с детьми с  общим недоразвитием речи | Учитель-логопед | В течение  года |
| 4. | Диагностика физической подготовленности | Инструктор по  физической культуре | Сентябрь, май |
| 5. | Ознакомление родителей с результатами проведения ППк по освоению основной и адаптированной образовательных  программ для детей с ОВЗ | Воспитатели Специалисты ДОО | Сентябрь, май |
| 6. | Анкетирование родителей  «Особенности развития личности вашего ребенка» | Воспитатели | По плану |
| 7. | Консультация для родителей  «Кризис 7 лет» | Воспитатели | По плану |

Спортивные праздники

«Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты» и др.

Консультации, памятки, информация о безопасном поведении в быту

Информационный стенд

Родительские собрания

(все специалисты)

Консультации о ЗОЖ (врач-педиатр, медсестра)

Пропаганда здорового образа жизни в семье

Совместные походы на природу (инструктор по физической культуре)

Организация досуга в семье (музыкальный руководитель)

Иинформация и консультации для родителей на сайте ДОО и на официальной странице в социальной сети ВК

Родительские практикумы по закаливанию

(инструктор по физической культуре)

Консультационный центр (все специалисты)

Празднование дня именинника в группах (воспитатели, инструктор по физической культуре)

* 1. **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МЕДИЦИНСКОЕ БЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

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

* + - Спортивный зал
    - Спортивная площадка на территории детского сада
    - Спортивные уголки в каждой группе
    - Музыкальный зал
    - 2 кабинета учителя – логопеда

**Медицинский блок:**

* + - Медицинский кабинет
    - Процедурный кабинет
  1. Организация предметно – развивающей среды ДОО

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Помещения** | **Условия** | **Мероприятия** |
| 1. | Спортивный зал | Спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий с детьми | * Утренняя гимнастика * Физкультурные занятия * Физкультурные развлечения, соревнования и праздники * Индивидуальная работа по освоению физических навыков и умений |
| 2. | Спортивная площадка ДОО | Оборудование: шведские стенки, горки, спортивные комплексы | * Утренняя гимнастика на воздухе * Физкультурные занятия на воздухе * Спортивные праздники и соревнования на воздухе |
| 3. | Музыкальный зал | Пианино, музыкальный центр, телевизор,  видеомагнитофон | * Музыкальные занятия * Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми * Спектакли |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | (диски, кассеты) музыкальные инструменты,  игровые пособия. | - Развлечения, праздники, утренники |
| 4. | Кабинеты учителя - логопеда | Методические пособия, наглядно- дидактический материал, диагностический и стимульный материал,  доска | * Групповые занятия по коррекции * Индивидуальные занятия * Консультирование родителей, педагогов |
| 5. | Методический кабинет | Методические пособия, наглядно- дидактический материал, доска, компьютерное  оборудование | * Консультации и мероприятия для педагогов * Консультации для родителей * Проведение ППк ДОО * Планирование и ведение документации ДОО |
| 6. | Медицинский кабинет (кабинет медицинский,  процедурный) | Документация, лекарственные препараты, оборудование | * Осмотр детей * Антропометрия * Вакцинация детей * Оказание медицинской помощи |
| 7. | Пищеблок | Оборудование, посуда, продукты | - Приготовление пищи, подготовка и раздача пищи |
| 8. | Прачечная | Оборудование, белье | - Стирка, сушка и глажение  белья |

**Перечень спортивного оборудования физкультурного зала**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование спортивного оборудования** | **Количество** |
| 1. | Шведская стенка | 3 пролета |
| 2. | Доска ребристая | 1 штука |
| 3. | Доска h=20 см | 2 штуки |
| 4. | Лестницы подвесные | 1 штука |
| 5. | Канат | 1 штука |
| 6. | Спортивные скамьи | 6 штук |
| 7. | Кольцебросы | 2 штуки |
| 8. | Мешочки с песком кожаные | 10 штук |
| 9. | Мяч большой массажный (фит-бол) | 2 штуки |
| 10. | Мячи резиновые большие | 20 штук |
| 11. | Мячи резиновые средние | 20 штук |
| 12. | Мячи d=20 см | 10 штук |
| 13. | Мячи пластмассовые | 35 штук |
| 14. | Мяч фит-бол с «рожками» | 14 штук |
| 15. | Мяч набивной | 1 штука |
| 16. | Кегли | 12 штук |
| 17. | Флажки на деревянной палочке | 30 штук |
| 18. | Цветные ленты на кольцах | 15 штук |
| 19. | Скакалка | 20 штук |
| 20. | Обруч | 30 штук |
| 21. | Скамейка гимнастическая | 5 штук |
| 22. | Щит для бросков в цель | 2 штуки |
| 23. | Кольцо баскетбольное | 1 штука |
| 24. | Сетка волейбольная | 1 штука |
| 25. | Мат большой чёрный | 1 штука |
| 26. | Мат большой зелёный | 1 штука |
| 27. | Мат маленький | 2 штуки |
| 28. | Мат – дорожка со следами | 1 штука |
| 29. | Гимнастические палки | 20 штук |
| 30. | Гантели маленькие | 2 штуки |
| 31. | Тоннель | 1 штука |
| 32. | Вело - тренажёр | 3 штуки |
| 33. | Массажная дорожка | 3 штуки |
| 34. | Массажёр деревянный | 1 штука |
| 35. | Мягкие модули | 19 штук |
| 36. | Маски-шапочки животных | 5 штук |
| 37. | Колпак цветной | 3 штуки |
| 38. | Массажные кочки | 10 штук |
| 39. | Массажные коврики резиновые | 5 штуки |
| 40. | Палатка | 1 штука |
| 41. | Дуги деревянные | 2 штуки |
| 42. | Эстафетная палочка | 2 штуки |
| 43. | Батут | 2 штуки |
| 44. | Мячи футбольные | 3 штуки |
| 45. | Набор (клюшка и шайба) | 1 штука |
| 46. | Бубен | 1 штука |
| 47. | Корзина для мячей | 2 штуки |
| 48. | Корзина для мячей пластмассовая | 2 штуки |
| 49. | Конусы большие | 2 штуки |
| 50. | Балансиры резиновые массажные | 5 штук |
| 51. | Шагоходы | 2 штуки |
| 52. | Обручи плоские | 10 штук |

* 1. Нормативно-правовое обеспечение программы по организации оздоровительной деятельности

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

* + 1. Конституция Российской Федерации, ст.43,72.
    2. Семейный кодекс Российской Федерации.
    3. Конвенция о правах ребёнка.
    4. Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273.
    5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования».
    6. «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений», утвержденная приказом Минздрава РФ № 139 от 04.04.2003г.
    7. Письмо Минообразования РФ от 14.03.00 №65/23 -16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».
    8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27.10.2020г.
    9. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» от 28.09.2020г.
    10. Устав и другие локальные акты ДОО.
  1. Методическое обеспечение (программы, технологии, методические рекомендации по организации оздоровительной деятельности)

**Комплексные программы дошкольного образования**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование программы** | **Количество групп** |
| 1. | Основная образовательная программа муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад  №78 комбинированного вида», разработанная на основе примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство» | Все группы |
| 2. | Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с тяжёлыми нарушениями речи МДОУ  «Детский сад №78 комбинированного вида», разработанная на основе примерной адаптированной основной образовательной программе для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи/ Под. ред. проф. Л. В. Лопатиной | Группы компенсирующей направленности |
| 3. | Примерный региональный модуль программы дошкольного образования «Мы в Мордовии живём"/ О. В. Бурляева, Л.П.Карпушина, Е.Н.Коркина и др. | Все группы |

**Парциальные программы:**

**□** «Приобщение к истокам русской народной культуры» (автор Т.П. Князева),

□ «Мы» Программа экологического образования дошкольников (автор С.Н. Николаева),

□ «Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста» (автор И.И. Авдеева),

□ «Я- человек» (автор С.А. Козлова),

□ «Музыкальные шедевры» (автор О.П. Радынова),

□ «Конструирование и ручной труд в детском саду»/ Л.В.Куцакова

□ «Цветные ладошки»/ И.А.Лыкова

□ «Волшебный мир театра»/ С.И.Мерзлякова

**Педагогические технологии в образовательном процессе**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название** | **Виды:** |
| **Личностно–**  **ориентированные технологии воспитания и обучения** | * Игровые, проблемные ситуации * Индивидуальные беседы * Коммуникативные игры |
| **Здоровьесберегающие технологии** | * Закаливание * Дыхательная гимнастика * Пальчиковая гимнастика * Корригирующая гимнастика (профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки) * Музыкотерапия * Динамические паузы * Подвижные и спортивные игры |
| **Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка** | * Психолого-педагогическое сопровождение развития ребёнка * Релаксация * Психогимнастика * Песочная терапия * Элементы арт-терапии и др. |

* 1. Кадровое обеспечение программы

**Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров**

Вопросы повышения педагогической культуры родителей необходимо рассматривать в тесной связи с повышением квалификации самих воспитателей и специалистов, поскольку уровень их профессионального мастерства определяет отношение семьи к детскому саду, педагогам и их требованиям. Педагоги детского сада постоянно повышают свою квалификацию через прохождение курсов повышения квалификации, тематических и целевых курсов при «Центр непрерывного повышения профессионального мастерства педагогических работников «Педагог 13.ру», Федеральной службе по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» Роспотребнадзора, ООО «Центр инновационного образования и воспитания», АНКО ДПО «НИИ ВОО содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования «Воспитатели России» и др.

В период с 2017-2022 годы педагоги нашего образовательного учреждения прошли обучение по таким направлениям, как «Основы здорового питания для дошкольников», «Оказание первой помощи пострадавшим в образовательной организации», «Коррекционная педагогика и особенности образования и воспитания детей с ОВЗ».

* 1. **Контроль и руководство физкультурно-оздоровительной деятельностью**

**Циклограмма контроля за осуществлением физкультурно-оздоровительной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тематика контроля** | **Вид контроля, Формы и методы**  **контроля** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1. | Выполнение инструкции по охране  жизни и здоровья детей | Оперативный | Постоянно | Заведующий ДОО |
| 2. | Результаты медицинского осмотра детей | Мониторинг | Постоянно | Медсестра |
| 3. | Проведение оздоровительных  мероприятий в режиме дня | Оперативный, плановый,  персональное наблюдение | Постоянно | Старший воспитатель |
| 4. | Организация питания | Персональное посещение групп, пищеблока,  изучение документации | Постоянно | Заведующий ДОО Медсестра |
| 5. | Выполнение здоровьесберегающего  режима | Персональное посещение | Постоянно | Старший воспитатель  Медсестра |
| 6. | Выполнение санэпидрежима | Оперативный | Постоянно | Старший воспитатель  Медсестра |
| 7. | Проведение закаливания, разумное  сочетание его различных видов | Оперативный | По плану ДОО | Медсестра |
| 8. | Анализ детской заболеваемости | Отчёт, мониторинг | Ежемесячно,  отчет 1 раз в квартал | Медсестра |
| 9. | Выполнения натуральных норм питания | Индивидуальные беседы, изучение меню, анализ  калорийности | Каждые 10 дней | Заведующий ДОО Медсестра |
| 10. | Моторная плотность физкультурных  занятий | Оперативный | 2 раза в год | Медсестра |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11. | Уровень педагогического мастерства  и состояние педагогического процесса по разделу «Физическое развитие» | Анкетирование, просмотр  занятий, диагностирование | 1 раз в год | Заведующий ДОО Старший воспитатель |
| 12. | Уровень физического развития и  здоровья детей | Посещение занятий,  беседы, диагностика | По плану ДОО | Старший воспитатель |
| 13. | Организация работы с родителями по  оздоровлению детей в семье | Анкетирование,  посещение мероприятий | По плану ДОО | Заведующий ДОУ  Старший воспитатель |

**Контроль физкультурно-оздоровительных мероприятий Группа № \_\_\_\_\_**

**Воспитатель:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Результат контроля** | | | |
| **1.** | Утренняя гимнастика |  |  |  |  |
| **2.** | Физкультурное занятие |  |  |  |  |
| **3.** | Гимнастика после сна |  |  |  |  |
| **4.** | Закаливающие мероприятия |  |  |  |  |
| **5.** | Использование здоровьесберегающих технологий |  |  |  |  |
| **6.** | Организация прогулки |  |  |  |  |
| **7.** | Подвижная игра |  |  |  |  |
| **8.** | Выполнение режима дня |  |  |  |  |
| **9.** | РППС |  |  |  |  |

+ выполнено в полном объёме; - не выполнено; + - выполнено частично

***Заключение***

Мы считаем, что система работы по основной оздоровительной программе «Здоровье» позволит нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей, в формировании у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это даст положительный эффект в нашей работе: у большинства детей уже наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

В результате внедрения и реализации основной оздоровительной программы

«Здоровье», дети МДОУ должны показать высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости и достаточный уровень развития основных движений.

**Что бы мы хотели видеть в перспективе?**  Портрет идеально здорового ребенка:

* Прежде всего, если он и болен, то очень редко и ни в коем случае не тяжело.
* Он жизнерадостен и активен, доброжелательно относиться к окружающим его людям - взрослым и детям.
* Положительные эмоциональные впечатления преобладают в его жизни,

тогда как отрицательные переносятся им стойко и без вредных последствий.

* Развитие его физических, прежде всего двигательных качеств, проходят гармонично. Нормальный, здоровый ребенок (это самое главное) достаточно быстр, ловок и силен.
* Неблагоприятные погодные условия, резкая их смена, здоровому ребенку не страшны, так как он закален, его система терморегуляции хорошо тренирована. Поэтому, как правило, он не нуждается в каких-либо лекарствах.
* Благодаря рациональному питанию и регулярным занятиям физкультурой такой ребенок не имеет лишней массы тела.