

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление** | Укрепление и сохранение здоровья детей. |
| **Заказчик программы:** | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Тополек » (Далее - ДОУ) |
| **Наименование программы**  | «Здоровые дети»  |
| **Основные разработчики Программы:** | Педагогический совет ДОУ |
| **Основания для разработки программы**  | - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»  от 29.12.2012;-"Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний" от [24.07.98 № 125-ФЗ,](../../../Application%20Data/Microsoft/Word/6.doc) 22.04.2003 № 47-ФЗ (6);- "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от [24.07.98 г. N 124-ФЗ](../../../Application%20Data/Microsoft/Word/7.doc) (с изменениями от 20 июля 2000 г.) (7);-"Об иммунопрофилактике инфекционных болезней" от [17.09.98 г. № 157-ФЗ.](../../../Application%20Data/Microsoft/Word/9.doc) (9); - № 273-ФЗ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384);- Устав ДОУ. |
| **Координатор программы**  | Зверева Галина Станиславовна, заведующий МБДОУ детский сад «Тополек».  |
| **Разработчики**  | Рабочая группа: социальный педагог - Беликова Светлана Васильевна, воспитатели - Гончарова Н.С., Бубукина Т.В., Ларионова И.А. , Климанова В.В.медицинская сестра - Колоскова И.А. |
| **Исполнители программы**  | Работники МБДОУ детский сад «Тополек», родители и воспитанники. |
| **Актуальность**  |  Актуальность проблемы охраны и укрепления здоровья детей обоснована тем, что в последние годы состояние здоровья воспитанников ухудшается. По мнению большинства исследователей это вызвано следующими факторами:- ухудшением экологической обстановки,- отсутствием достаточной двигательной активности,- недостаточным уровнем знаний у педагогов и родителей по сохранению и укреплению здоровья детей,- сужением понятия «здоровья». |
| **Сроки и этапы реализации программы**  | 1 год (2020-2021)Первый этап: разработка документов, направленных на методическое, кадровое и информационное развитие образовательной организации, проведение промежуточного мониторинга реализации программы.Второй этап: реализация мероприятий, направленных на достижение результатов программы, промежуточный мониторинг реализации мероприятий программы, коррекция программы.Третий этап: итоговый мониторинг реализации мероприятий программы, анализ динамики результатов, выявление проблем и путей их решения, определение перспектив дальнейшего развития. Подведение итогов и постановка новых здоровьесберегающих задач.  |
| **Цель**  | Повышение качества здоровьеформирующих и коррекционных услуг в организации, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.  |
| **Задачи**  | - Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.- Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.- Усилить утренний фильтр в рамках предупреждения распространения COVID-19- Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.- Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно – психическое и физическое развитие.- Обеспечить квалифицированную диагностику состояния здоровья и развития детей с учётом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка. |
| **Система программных мероприятий**  | - Комплексная диагностика.- Организация образовательного процесса и режима.- Питание.- Мероприятия в период адаптации.- Организация оздоровительных и закаливающих мероприятий.- Организация двигательного режима.- Формирование навыков безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни в рамках предупреждения распространения COVID-19.-Профилактика и консультативно-информационная работа.- Обеспечение благоприятного психологического климата. |
| **Целевые группы**  | Дети дошкольного возраста в том числе - дети с ограниченными возможностями здоровья. |
| **Ожидаемые конечные результаты**  | Сохранение здоровья участников образовательного процесса   в том числе - детей с ограниченными возможностями здоровья.  Разработка программы психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетенции родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.   |
| **Основные направления деятельности программы:** | I.  Медицинское обеспечение детей:создание эффективной системы медико-социально-психологической поддержки детей на дошкольном этапе; совершенствование лечебно-диагностической помощи детям; обеспечение мониторинга состояния здоровья детей, посещающих ДОУ, и факторов среды воспитания и обучения;укрепление материально-технической базы. II. Управление здоровьем детей:оптимизация системы медицинского обеспечения и укрепления здоровья детей в ДОУ; создание постоянно функционирующей многоуровневой системы образования в области формирования здорового образа жизни; обеспечение использования безопасных технологий обучения в соответствии с возрастно-физиологическими возможностями организма детей на всём протяжении учебного процесса; обеспечение контроля за подготовкой детей 5 - 6 лет к школе; организация контроля за условиями обучения и воспитания в ДОУ; обеспечение мониторинга состояния здоровья детей ДОУ и факторов внутрисадовой среды обитания.III. Подготовка кадров, профилактическая работа:организация подготовки медицинских кадров, педагогов  и повышение их квалификации; проведение постоянной разъяснительной работы среди детей и родителей.IV. Повышение контроля за организацией охраны и укрепления здоровья детей. |

**ИННОВАЦИОННОСТЬ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Аннотация**  |  В программе представлен проблемно-ориентированный анализ исходной ситуации и основные направления работы по здоровьесберегающим технологиям на 2020 – 2021 годы. Материалы, представленные в программе, ориентированы на организацию работы с детьми, посещающими дошкольные учреждения с двух до семи лет, в том числе для детей с ОВЗ. Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения и укрепления здоровья в детей в условиях ДОУ. Программа призвана изменить подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ и создать новые условия для воспитания здоровой личности. Данная Программа может быть реализована при наличии: - стойкой мотивации педагогов к внедрению инноваций в образовательный, воспитательный и оздоровительный процессы; - развитой материально-технической базе (соответствующей требованиям к дошкольным образовательным организациям); - информационного обеспечения здоровьесберегающей деятельности ДОУ. |
| **Описание ИО**  | Дети:- увеличение числа воспитанников, имеющих стойкую положительную динамику в состоянии здоровья; - приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности и закаливания; - создание в ДОУ здоровой психологическаой среды, формирования у детей психоэмоциональной устойчивости; - повышение уровня валеологических знаний детей;- совершенствование системы работы с детьми, имеющими нарушение речи;  - увеличение числа выпускников ДОУ успешно социализирующихся в условиях школы. - введение в ДОУ дополнительных услуг; - создание системы медико-оздоровительного сопровождения процесса физического развития ребенка, которая корректируется с учетом современных тенденций.Педагоги:- обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления;- увеличение числа педагогов и специалистов, участвующих в инновационных процессах, владеющих и использующих в своей практике эффективные, современные здоровьесберегающие технологии; - участие педагогического коллектива ДОУ в распространении опыта на муниципальном, региональном и федеральном уровне и формирование имиджа ДОУ;- реализация социального заказа родителей.Родители и социум:- обновление системы взаимодействия с семьями воспитанников с целью активного включения их в образовательный процесс, в том числе для участия в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях; - совершенствование организации психолого–педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»;- укрепление сотрудничества с учреждениями здравоохранения. - развитие социокультурных связей ДОУ с социальными партнерами.  |
| **Приложения** | <http://topolek.68edu.ru/novosti/zagolovok_20201029/><http://topolek.68edu.ru/novosti/_20200925/><http://topolek.68edu.ru/novosti/pravilnaya-osanka--zalog-zdorovya_20200918/> |

 **I. Пояснительная записка.**

       В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья детей, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей являются одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье».

 Материалы, представленные в программе, ориентированы на организацию работы с детьми, посещающими дошкольные учреждения с двух до семи лет.

      Сохранение и укрепление здоровья детей является одним из  приоритетных направлений работы нашего ДОУ.

     Для выработки грамотного, эффективного плана действий была составлена программа «Здоровые дети», которая стала инструментом ориентации и интеграции усилий всего коллектива к будущим желаемым результатам, но уже не с позиции сегодняшнего дня, а с учетом перспективы.

      Программа была разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала, творческие объединения педагогов;

- научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);

- конкурентное преимущество ДОУ по физкультурно – оздоровительной работе;

- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);

- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);

- комплексная оценка здоровья  дошкольников (анализ заболеваемости: в  случаях, днях, в днях на одного ребенка);

- анализ результатов физической подготовленности детей;

- характеристика физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ (занятия, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

     Программа «Здоровые дети», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

**Цель программы:** повышение качества здоровьеформирующих и коррекционных услуг в организации, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

**Задачи программы:**

- Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.

- Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.

- Усилить утренний фильтр в рамках предупреждения распространения COVID-19

- Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.

- Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно – психическое и физическое развитие.

- Обеспечить квалифицированную диагностику состояния здоровья и развития детей с учётом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.

**Объекты программы:**

- Дети ДОУ;

- Педагогический коллектив;

- Родители детей,  посещающих ДОУ.

**II. Проблемно-ориентированный анализ.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Показатели** | **Настоящее** | **Желательное** |
| Образовательное пространство | Не всегда правильно организованное пространство, несогласованность программного материала приводят к повышению умственной нагрузки воспитанников. | Обновление Основной образовательной программы ДОУ, соответствующей ФГОС ДО. Оптимизация содержания физкультурно-оздоровительной работы на основе программы "Здоровый ребенок" при взаимодействии всех специалистов ДОУ. |
| Предметно-развивающая среда.Материально-техническая база, ресурсы. | Недостаток игрового современного оборудования. Средний уровень материального обеспечения ДОУ. | Разнообразие предметной среды в ДОУ, стимулирующей развитие ребенка. Расширение и укрепление материально-технической базы ДОУ. Оснащение спортивной площадки.  |
| Комплексное психолого-медико-педагогическое обеспечение. | Большой процент детей соматически больных и ослабленных.  | Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровые дети».Активизация работы психолого-медико-педагогического консилиума ДОУ.  |
| Кадровый потенциал и мастерство педагогов. Интеграция специалистов. | Недостаточный уровень овладения современными технологиями, инновациями. Отсутствует система в работе всех специалистов в рамках сопровождения индивидуального развития ребенка. | Повышение квалификации педагогов, обучение современным образовательным технологиям.Соответствие педагогов профессиональному стандарту.Повышение мотивации педагогов к овладению здоровьесберегающими технологиями.  |
| Включенность семьи.Социальное партнерство. | Слабая включенность семьи в работу ДОУ, недостаточное партнерство в воспитании и образовании детей. | Открытая система отношений педагогов и семьи, основанная на доверии. Максимальная включенность родителей и социума в жизнь ДОУ. |
| Медицинский персонал и специалисты. | Организован медицинский патронаж детей медперсоналом детской поликлиники. В штатном расписании ДОУ нет физрука, специалиста-дефектолога. | Профессиональное кадровое обеспечение ДОУ, качественное медицинское сопровождение ребенка. |

**III. Содержательный раздел программы.**

**Основные принципы программы:**

- научности (использование научно – обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);

- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);

- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);

- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);

- единства диагностики и коррекции (правильная  интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование способов, методов и приёмов коррекции, развития и оздоровления  на основе полученных данных);

- систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично,);

- целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели);

- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки);

**Основные направления программы:**

- валеологическое образование детей;

- комплексное исследование здоровья детей;

- физкультурно-оздоровительное;

- реабилитационно-коррекционная работа с детьми;

- консультативно-информационное.

**Программа реализуется  через следующие разделы:**

- Укрепление материально – технической базы ДОУ.

- Работа с детьми.

- Работа с педагогами.

- Работа с родителями.

Мероприятия в период адаптации детей

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  | МЕРОПРИЯТИЯ | РЕКОМЕНДАЦИИ |
| 1 | Режим (щадящий) | Укороченное пребывание в детском саду, постепенное увеличение времени пребывания в группе |
| 2 | Питание  | Сохранение привычного способа питания на период адаптации. Не кормить насильно. |
| 3 | Гимнастика  | В соответствии с возрастом при положительной реакции ребенка. |
| 4 | Закаливание  | В соответствии с индивидуальными особенностями, постепенное включение, при положительном эмоциональном настрое. |
| 5 | Непосредстаенно-образовательная деятельность | По возрасту при отсутствии негативной реакции. |
| 6 | Профилактические прививки | На период адаптации исключить. |
| 7 | Профилактика фоновых состояний | По рекомендации врача. |
| 8 | Симптоматическая терапия | По назначению врача – фитоаппараты, витамины |

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

К ПРОГРАММЕ "ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ" НА 2020 - 2021 ГОДЫ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятий | 2020 | 2021 |  |
| 1         | Оптимизация санитарно-гигиенического благополучия ДОУ:         | +         | +         | Коллектив ДОУ |
| 1.1.         | Участие в проведении семинаров, конференций, совещаний по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.         |  |  |  |
| 1.2. | Осуществлять ежегодный мониторинг деятельности ДОУ по созданию условий для охраны и укрепления воспитанников ДОУ по показателям: Соблюдение  натуральных норм питания детей; Здоровьесберегающая среда в ДОУ; Дополнительные программы  оздоровительной направленности; Диагностика физической подготовленности детей ДОУ; Состояние здоровья воспитанников ДОУ. |  |  |  |
| 1.3 | Проводить анализ мониторинга с ежегодным подведением итогов деятельности воспитателей групп по созданию условий для охраны и укреплению здоровья воспитанников |  |  |  |
| 1.4.         | Продолжить работу  по теме «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»         |  |  |  |
| 2         | Совершенствование системы физического воспитания детей         | +         | +         | Коллектив ДОУ |
| 2.1.         | Использовать разнообразные формы и методы физического воспитания в ДОУ для обеспечения физической потребности в движении не менее 6 часов в неделю.         |  |          |          |
| 2.2.         | Провести работы по благоустройству и оборудованию игровой площадки ДОУ         |          |  |  |
| 2.3. | Организовать проведение физкультурных занятий на открытом воздухе при благоприятных погодных условиях         |          |          |  |
| 2.4.         | Внедрять физкультурно-оздоровительные мероприятия  в режим рабочего дня в процессе учебно-воспитательной работы         |          |          |          |
| 2.5.         | Осуществлять контроль, оценку качества и результативности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ         |  |  |          |
| 2.6.         | Осуществлять мониторинг физического развития и физической подготовленности детей ДОУ, регулярное обсуждение и анализ его результатов         |  |  |  |
| 2.7.         | Обеспечить врачебно-педагогический контроль за организацией физического воспитания в ДОУ         |  |  |          |
| 2.8.         | Мероприятия по оптимизации питания детей в ДОУ:         |          |  |  |
| 3         | Проводить ежегодно сезонную (ноябрь-март) индивидуальную С-витаминизацию детей ДОУ         | +         | +         | Коллектив ДОУ |
| 3.1.         | Проводить контроль фактического питания детей в ДОУ         |          |          |  |
| 3.2.         | Подготовка кадров, издательская деятельность         | +         | +         | Коллектив ДОУ |
| 3.3.         | Организация проф.осмотров детей ДОУ         |  |          |          |
| 3.4.         | Продолжать работу по предотвращению жестокого обращения с детьми, нанесения вреда психическому и физическому здоровью детей         |  |  |          |
| 4.         | Продолжать  работу в ДОУ по вопросам здорового образа жизни         |  |  |  |
| 4.1.         | Организовать санитарно-просветительную работу с родителями по вопросам здорового образа жизни         |  |  |          |

**Укрепление материально – технической базы:**

На территории детского сада оборудованы: спортивная площадка для физического развития детей; игровые площадки для увеличения двигательной активности детей на прогулке;

- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, «полосой препятствий» для развития выносливости, гимнастическими  турниками;

- имеются разные виды картотек:  подвижные игры с необходимыми шапочками и другими атрибутами;  для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр и др.

- в каждой возрастной группе имеются физкультурные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов.

**Основные направления программы**

1. Валеологическое образование детей:

**Организованные виды деятельности с детьми направлены**

**в младшем дошкольном возрасте:**

- на развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;

- на развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;

- на развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;

- на развитие представлений о групповом помещении ДОУ, принадлежности к нему; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим людям;

- на развитие положительного отношения к себе и к своему имени;

- на развитие представлений детей о принадлежности к женскому или мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек.

**в среднем дошкольном возрасте:**

- на развитие представлений о своем теле:

а) знакомство с условным изображением строения человеческого тела;

б) органы чувств;

в) дыхательная и пищеварительная системы;

- на развитие представлений о себе и своей семье.

**в старшем дошкольном возрасте:**

- на приобщение к нормам здорового образа жизни;

- на обогащение представлений о здоровье, об организме, его потребностях, о способах предупреждения травматизма, закаливании.

**во всех возрастных группах:**

- на занятиях по физической культуре и ритмике беседы и пояснения о пользе и влиянии на организм физических упражнений.

2. Комплексное исследование здоровья дошкольников.

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами здравоохранения, выделение “группы риска”, выявление других функциональных нарушений.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДОУ с целью динамичного наблюдения за их развитием.

2.3. Определение соответствия образовательной среды (материально-техническое обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация образовательного процесса) состоянию здоровья ребенка и своевременное выявление факторов риска для его здоровья и развития.

3. Физкультурно-оздоровительная работа.

3.1. Занятия по физкультуре всех типов: традиционные, тренировочные, занятия-соревнования, занятия-зачеты, самостоятельные, интегрированные, музыкально-ритмические занятия, праздники, развлечения.

3.2. Система эффективных закаливающих процедур.

3.3. Активизация двигательного режима дошкольников.

3.4. Профилактическая работа с детьми.

4. Реабилитационная и коррекционная работа с детьми:

4.1. реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательных путей;

4.2. индивидуальная коррекционная работа с детьми, имеющими отклонения в здоровье;

4.3. коррекция нарушения осанки и плоскостопия;

4.4. коррекция эмоционально-волевой  сферы;

5. Консультативно-информационная работа:

5.1. сотрудничество с участниками педагогического процесса по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников.

5.2. работа консультационного пункта.

**Работа с детьми.**

   Осуществляется воспитателями, помощниками воспитателей, медицинскими работниками. Она включает в себя 10 разделов:

1.     Диагностика.

- медицинские работники, изучая анамнез развития ребёнка, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями;

- воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные программой, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни.

     Итогом обследования является проведение медико – психолого-педагогического консилиума, на котором обсуждаются диагностические данные по выявленным проблемам у детей, берутся под контроль наиболее сложные дети, намечается дальнейший план индивидуальной работы. Консилиум собирается 2 – 3 раза в год.

     При организации оздоровительной, лечебно – профилактической и коррекционной работы, учитывая физиологическое и психологическое состояние детей, в режим дня и сетку занятий вносятся изменения в связи с тем, что некоторые дети занимаются индивидуально, по щадящему режиму.

2.     Полноценное питание.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;

- гигиена приёма пищи;

- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;

- эстетика организации питания (сервировка);

- индивидуальный подход к детям во время питания;

- правильность расстановки мебели.

3.     Система эффективного закаливания.

Основные факторы закаливания:

- закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;

- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;

- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах;

- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;

- постепенно расширяются зоны воздействия, и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

     В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- соблюдение температурного режима в течение дня;

- соблюдение режима проветривания групп;

- правильная организация прогулки и её длительности;

- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей;

- облегченная одежда для детей в детском саду;

- сон в трусах и майке;

 - гимнастика после сна;

- мытьё прохладной водой лица и рук по локоть;

- полоскание рта водой;

- комплекс закаливающих процедур по «дорожке здоровья» (игровые дорожки «следы», «пуговицы», др. бугристые поверхности);

**Методы оздоровления:**

- ходьба по песку (летом), коврику (в межсезонье).

- контрастное обливание ног (летом);

- дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года);

- хождение босиком по спортивной площадке (летом);

 - релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);

 - использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре.

4.     Организация рациональной двигательной активности.

  Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;

- сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;

- обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений на повышение выносливости кардиореспираторной системы (занятия строить с учетом группы здоровья – подгрупповые);

- медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;

- включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

**Формы организации физического воспитания:**

- физические занятия в зале и на спортивной площадке с элементами психогимнастики;

- туризм (прогулки – походы);

- дозированная ходьба;

- оздоровительный бег;

- физкультминутки;

- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;

- утренняя гимнастика;

- индивидуальная работа с детьми;

     Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

- Традиционные.

- Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.

- Сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и др.

- Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч).

- Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.

- Занятия – зачёты для проведения диагностики по основным видам движения и развития и физических качеств (1 раз в квартал).

- Занятия – походы.

- Занятия в форме оздоровительного бега.

- Музыкальные путешествия – тесная интеграция  музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам.

- Занятия на «экологической тропе». Важным в занятиях является моторная плотность, которая обеспечивает тренирующий эффект. Так, моторная плотность  прогулок составляет до 60%, моторная плотность занятий – до 80%.

     Важным условием является проведение всех занятий в музыкальном сопровождении

**В перспективе:**

Проводить специальные коррекционные занятия для детей с нарушением осанки  и плоскостопия.

Организация занятий по группам здоровья, с учётом индивидуального подхода.

5.     Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

- Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырёхразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

- Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

- Достаточный по продолжительности дневной и ночной сон детей.

- Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.

- Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями.

6.     Создание представлений о здоровом образе жизни.

     Основная идея: здоровый образ жизни 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 культурно – гигиенических навыков.

- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.

-  Формирование элементарных представлений об окружающей среде.

- Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.

- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.

- Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.

- Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения.

- Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.

- Вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

9.     Лечебно - профилактическая работа.

     Осуществляет медицинская сестра. В неё входят:

- профилактика нарушения осанки, плоскостопия.

- витаминотерапия: аскорбиновая кислота, ревит, витаминизированные напитки.

- применение оксолиновой мази, глюконата кальция.

     Лечебно-профилактическую работу осуществляют медсестра детского сада, воспитатели. Она включает в себя:

1. Подвижные игры и физические упражнения на улице.

3. Утреннюю зарядку.

4. Дыхательную гимнастику после сна.

5. Спортивные игры и соревнования.

6.  Закаливание стоп (хождение по ребристой поверхности).

7.  Элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

8.  Общекорректирующие упражнения.

9.  Элементы психогимнастики, релаксации.

10. Летне-оздоровительные мероприятия.

**Формы организации оздоровительной работы:**

- Закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода;

- Физкультурные занятия;

- Физкультурные досуги и развлечения;

- Витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

**Работа с педагогами.**

     Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению  и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;

- просветительская работа по направлениям программы «Здоровый ребёнок» и т.д.;

- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;

- консультации воспитателей по основам здоровьесберегающих технологий;

- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в  физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

**Организационные методические мероприятия:**

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.

2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально – психологическом подходе.

3. Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в психическом и физическом развитии, а также системы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного  учреждения.

4. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.

5. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.

6. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.

7. Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.

8. Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.

9. Внедрение сбалансированного разнообразного питания. Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.

10. Пропаганда здорового образа жизни.

11. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

**Работа с родителями.**

  Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

     Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему сообща - семья, детский сад, общественность.

     Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей.

- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.

- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.

- Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.

- Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

- Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

# Консультативно-информационная работа с родителями.

- Привлечение родителей к проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий по годовому плану.

- Анкетирование родителей.

- Консультирование родителей по вопросам оздоровления и развития детей с привлечением специалистов детского сада, детской поликлиники, общественных организаций.

- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов.

- Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (учителя - логопеда, педагога - психолога, медицинской сестры).

- Организация совместных дел.

**Ожидаемые результаты реализации программы.**

- Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.

- Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.

- Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.

- Обеспечение статистического учёта, контроля и анализ  на всех уровнях.

- Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.

- Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.

- Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении  здоровья дошкольников.

- Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.

- Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

**Кадровое обеспечение программы «Здоровые дети»**

Заведующая ДОУ:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровые дети»;

- ежемесячный анализ реализации программы;

- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Социальный педагог:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровый ребёнок»;

- проведение мониторинга (совместно с медсестрой);

- контроль за реализацией программы «Здоровые дети».

Медицинская сестра:

- обследование детей по скрининг – программе и выявление патологии; утверждение списков часто и длительно болеющих детей;

- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;

- составление индивидуального плана реабилитации;

 - гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей.

Завхоз:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;

- создание материально – технических условий;

- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно – гигиенических условий при реализации программы «Здоровый ребёнок».

Повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания;

- проведение краткосрочной диетотерапии.

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;

- пропаганда ЗОЖ;

- закаливающие мероприятия;

- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;

- дыхательная гимнастика;

Помощники воспитателя:

- соблюдение санитарно – охранительного режима;

- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

**IV. Список используемой литературы:**

1. Волосникова Т. В. Проблема взаимодействия дошкольного учреждения и родителей по оздоровлению детей // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2011. - Т. 71. - № 1. - С. 31-35.
2. Епифанов В. А. Выпрями спинку : советы семьи академиков Епифановых. – М. : Эксмо , 2011. - 156 с.
Свердловская ОУНБ; КХ; Формат С; Инв. номер 2326710-КХ
3. Зайденварг Г. Положительный баланс // Счастливые родители. - 2011. - N 12. - С. 68-72.
4. Кириллова Ю. А. Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми от 3 до 7 лет // Дошкольная педагогика. - 2012. - № 2. - С. 4-8.
5. Коняева Л. Будь здоров, малыш! : валеологическая газета - одна из форм сотрудничества ДОУ с семьей // Дошкольное воспитание. – 2004. - N 11. - С. 16-21.
6. Малеина М. Н. Обязанность родителей заботиться о здоровье своих детей и отказ родителей от медицинского вмешательства в отношении своих детей в возрасте до 15 лет // Медицинское право. - 2011. - N 3 (37). - С. 21-25.
7. Панферова И. В. Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике // Логопед. - 2011. - N 2. - С. 17-30.
8. Сербина Т. Ю. Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического воспитания детей раннего возраста // Дошкольная педагогика. - 2011. - № 10. - С. 60-61.
9. Стратегия развития : здоровое поколение // Обруч : образование, ребенок, ученик. – 2007. - N 1. - С. 2-8.
10. Ушакова В. Т. Сотрудничество с семьей в вопросах оздоровления дошкольников // Дошкольная педагогика. - 2010. - N 8. - С. 55-56.
11. Юматова Д. Б. Технология самосбережения здоровья и жизненного оптимизма в работе со старшими дошкольниками // Дошкольная педагогика. - 2010. - N 4. - С. 8-12.