

МДОУ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД «ГУСЕЛЬКИ»

Принято:
Педагогическим советом МДОУ
протокол № 3 от 27.04.2024



Утверждено: заведующим МДОУ
«Центр развития ребенка –
детский сад «Гусельки»:
О.А. Калабина
Приказ № 88 от 27.04.2024

ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЙ ДЕТСКИЙ САД»

п. Шексна
2024

СОДЕРЖАНИЕ:

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ:

- 1.1. Пояснительная записка (анализ текущей ситуации)
- 1.2. Принципы программы
 - Цель программы
 - Задачи
- 1.3. Направления программы
- 1.4. Особенности программы
- 1.5. Ожидаемые результаты
- 1.6. Подходы к реализации Программы

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Формирование культуры здорового образа жизни *у детей*, сохранение и укрепление их здоровья (на основе реализации социально-оздоровительной технологии Ю.Ф. Змановского)

- Основные направления подпрограммы
- Направление и содержание воспитательно-образовательной деятельности
- Проектирование и планирование педагогической деятельности.
- Обеспечение реализации основных направлений программы
- Формы и методы оздоровления детей
- Здоровьесберегающие педагогические технологии

2.2 Формирование культуры здорового образа жизни *у сотрудников*, сохранение и укрепление их здоровья

- план мероприятий с сотрудниками по обеспечению ЗОЖ (с учетом двигательной активности, питанию, профилактике и просвещению)

2.3. Формирование медико- психолого-педагогической грамотности *у родителей*

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1. Условия реализации программы ДОУ

- Модель организации работы в ДОО по формированию представлений и навыков здорового образа жизни
- Модель работы воспитателя с родителями

3.2 Критерии оценки результатов программы

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Здоровьеформирующий детский сад - объединенные усилия сотрудников, медицинских работников и родителей в целях создания условий для индивидуального развития ребенка, сохранения и укрепления его здоровья, формирования мотивации к здоровому образу жизни. Установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения, 60% детей в возрасте от 3 до 8 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, и только 105 детей приходят в школу совершенно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления.

Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении.

Не следует забывать, что только в дошкольном учреждении самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов, и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

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

1.2 Основные принципы программы:

- «Не навреди!» - на основе использования социально-оздоровительной технологии Ю.Ф. Змановского
- Принцип научности: подкрепление всех проводимых мероприятий, научно обоснованными и практически апробированными методиками;
- Принцип гармоничного сочетания обучающих, воспитывающих и развивающих педагогических воздействий в соответствии с возрастными особенностями ребенка;
- Принцип устойчивого развития (жизнеспособность программы);
- Принцип результативности: поэтапная оценка достижений в рамках программы.

Цели программы: формирование мотивации к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья у детей и сотрудников.

Задачи:

1.

Формирование культуры здорового образа жизни у детей и сотрудников.

2. Разработка и внедрение в воспитательный процесс здоровьесформирующих технологий.

3. Повышение уровня знаний о здоровье и здоровом образе жизни у детей их родителей, сотрудников.

4. Создание здоровьесберегающей среды в организации.

5. Взаимодействие с родителями, с другими социальными институтами по вопросам здоровья и здорового образа жизни.

6. Формирование положительного социально-психологического климата в организации.

7. Снижение числа пропусков посещений детского сада по болезни детьми и числа дней временной утраты трудоспособности у сотрудников.

8. Обеспечение повышения квалификации сотрудников в аспектах, связанных с данной программой.

1.3 Направления реализации программы

1. Формирование культуры здорового образа жизни у детей, сохранение и укрепление их здоровья (на основе реализации социально-оздоровительной технологии Ю.Ф. Змановского)
2. Формирование культуры здорового образа жизни у сотрудников, сохранение и укрепление их здоровья.
3. Формирование медико-психолого-педагогической грамотности родителей.
4. Создание здоровьесформирующей среды в образовательной организации.
5. Мониторинг и оценка эффективности программы

1.4 Особенности программы :

Основные участники (целевые группы) реализации образовательной программы:

- дети дошкольного возраста,
- родители (законные представители),
- педагоги.

Значимые характеристики

Основные участники реализации образовательной программы: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Индивидуализации профилактических мероприятий, создания определенных условий.

Приоритетное направление выбрано исходя из:

- заказа родителей;
- потребностей детей;
- условий (развивающая среда, наличие специалистов).

В основе нашей деятельности лежит программа, разработанная на основе программы Ю.Ф.Змановского «Здоровый дошкольник»

В детском саду созданы следующие условия для реализации поставленных задач:

физкультурные уголки в групповых комнатах, музыкальный зал, кабинет учителя-логопеда, педагога-психолога, в которых частично созданы условия предметно-развивающей среды физкультурно- оздоровительного направления, физкультурная площадка.

В учреждении работают специалисты: инструктор по физкультуре, учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальный руководитель, воспитатели, фельдшер

Индивидуализации профилактических мероприятий, создания определенных условий.

Приоритетное направление выбрано исходя из:

- заказа родителей;
- потребностей детей;
- условий (развивающая среда, наличие специалистов).

В основе нашей деятельности лежит программа, разработанная на основе программы Ю.Ф.Змановского «Здоровый дошкольник»

В детском саду созданы следующие условия для реализации поставленных задач:

физкультурные уголки в групповых комнатах, музыкальный зал, кабинет учителя-логопеда, педагога-психолога, в которых частично созданы условия предметно-развивающей среды физкультурно- оздоровительного направления, физкультурная площадка.

В учреждении работают специалисты: инструктор по физкультуре, учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальный руководитель, воспитатели, фельдшер

1.5. Ожидаемые результаты

- Создание действующей модели здоровьесформирующего детского сада
- Распространяются буклеты, пропагандирующие здоровый образ жизни.

Критерии оценки результатов программы:

- Повышение информированности по вопросам здоровья и здорового образа жизни среди родителей и сотрудников.
- Процент охвата детей, их родителей, сотрудников обученных вопросам здоровья и здорового образа жизни и участвующих в мероприятиях (не менее ...%).
- Оценка сотрудниками здоровьесформирующей деятельности учреждения в отношении основных целевых групп.
- Динамика показателей временной утраты трудоспособности педагогов.
- Динамика пропуска посещений детского сада детьми по болезни.
- Динамика соотношения детей к группам здоровья.
- Соответствие мероприятий установленным срокам.

1.6 Подходы к реализации Программы

1. Личностно-ориентированные подходы:

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребёнка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников.
- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию,
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности,
- психологическая защищённость ребёнка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации,
- развитие ребёнка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учётом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация).

2. Системно-деятельные подходы:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования,
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путём решения проблемных задач,
- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций,
- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребёнка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества и человечества в целом.

3.Индивидуальный подход – индивидуализация образования

- постоянное наблюдение, сбор данных о ребенке, анализ его деятельности и создание индивидуальных программ развития;
- помощь и поддержку ребенка в сложной ситуации;
- представление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность.

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в пяти образовательных областях: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие,

физическое развитие с учётом образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Формирование культуры здорового образа жизни у детей, сохранение и укрепление их здоровья (на основе реализации социально-оздоровительной технологии Ю.Ф. Змановского)

«Здоровый дошкольник» -

(реализация социально-оздоровительной технологии Ю.Ф. Змановского)

Одним из пропагандистов здорового образа жизни был доктор медицинских наук, профессор Юрий Филиппович Змановский (1929 – 1995), прекрасный шахматист, любитель лыжного слалома и тенниса. Ю.Ф. Змановский длительное время вёл на всесоюзном телевидении передачу «Если хочешь быть здоров!». Постоянное внимание к научным исследованиям и инновациям (физиологии, биоритмологии, спортивной медицине, педиатрии, нейропсихологии, организационно – деятельным играм и др.) прекрасно сочеталось с его педагогической и просветительской деятельностью. Одна из важных его инициатив – создание в 1995 году научно-практической школы оздоровления детей при РИПКРО (в последствии АПК и ППКО). Буквально с первых шагов деятельности школы на основе научных разработок Ю.Ф. Змановского и его последователей (Ю.Е. Антонов, Н.П. Гришаева, М.Н. Кузнецова, Г.К. Кулакина, Ю.Е. Лукоян, Т.К. Марченко, Е.И. Пронина, А.П. Щербак и другие) - удалось регламентировать и обосновать социально – оздоровительную технологию «Здоровый дошкольник».

Программа «Здоровый дошкольник» посвящена проблемам воспитательно – оздоровительной работы в дошкольных учреждениях и принципиально отличается от других программ воспитания в детских садах. Основные отличия заключаются в следующем:

1. *Комплексный подход*, включающий различные компоненты, совокупность которых объединены в понятие «здоровый образ жизни» ребёнка. Реализация программы носит преимущественно индивидуально – дифференцированный подход.
2. *Наличие физиологического обследования* в каждом из разделов программы наряду с учетом ряда закономерностей возрастной психологии, педагогической психологии и спортивной медицины.
3. Данная программа *может применяться* в дошкольном учреждении при *обязательном и добровольном выполнении рекомендаций*.
4. В ряде разделов программы предусмотрен *кластерный подход* (учет климато – географических и экологических особенностей региона).

В программе дано совокупное «*физиологическое*» определение здоровья ребёнка как *динамического и вместе с тем устойчивого к патологическим (болезнетворным) и экстремальным воздействиям состояния детского организма*, что достигается благодаря формированию комплекса функциональных систем, обеспечивающих, оптимальный приспособительный эффект. *Такое определение здорового ребенка дошкольного возраста включает большой набор характеристик – жизнерадостность, устойчивость к неблагоприятным внешне-средовым факторам, высокий уровень выносливости и работоспособности и т.д.*

Алгоритм реализации программы:

- *определение исходных показателей* состояния здоровья и психического развития детей;
- рациональная *организация двигательной активности* детей (особое место занимает оздоровительный бег, как наиболее эффективно влияющий на физиологические системы, биохимические процессы и психологические функции человека);
- система эффективного *закаливания* как в детском саду, так и дома для благоприятного становления аппарата физиологической терморегуляции;
- *комплекс* психогигиенических и психопрофилактических *средств и методов*, используемых в ДОУ;
- обеспечение *рационального питания* детей;
- создание *условий* для оздоровительных режимов детей.

В своё время Ю.Ф. Змановский говорил о минимальных финансовых затратах ДОУ для реализации его концептуального подхода. Исходя из базовых условий нашего дошкольного учреждения, в МДОУ разработана и реализуется следующая модель физкультурно-оздоровительной работы:

• Основные направления программы.

Программа предполагает проведение 1-2 занятий в неделю в первую и во вторую половину дня в образовательной и в совместной деятельности с детьми. Продолжительность образовательной деятельности: 15 минут - младшие группы, 20 – средние группы, 25 минут - старшие группы, 30 минут - подготовительные группы.

Педагогический анализ знаний и умений детей (мониторинг) проводится 1 раза в год: май
Программа составлена по образовательной области «Физическое развитие» с интеграцией различных видов деятельности: речевой, игровой, музыкальной, познавательной, художественно-эстетической.

Профилактическое.

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

Организационное.

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности; объективных и субъективных критериев здоровья с помощью мониторинга;
3. Составление индивидуальных планов оздоровления групп;
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников.

Лечебное.

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

- **Направление и содержание воспитательно-образовательной деятельности:**

Педагоги расширяют содержание работы по охране и укреплению жизни и здоровья детей, усиливают самостоятельную двигательную активность детей, проводится работа по развитию основных мышц и формированию физических качеств ребенка, способности к двигательному творчеству, импровизации.

Данные задачи решаются в процессе организованных форм детской активности и самостоятельной деятельности детей в воздушной, закрытой, открытой, природной сферах организации их жизнедеятельности. Основная форма - организованные виды деятельности. При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, интеграция речевых и физических упражнений. В занятия включены элементы психогимнастики и изучение способов жизнедеятельности..

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

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

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

- **Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности**

Режим дня:

Особое внимание уделяется:

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

Образовательная деятельность в ходе режимных моментов

Базовый вид деятельности	1 группа раннего возраста	2 группа раннего возраста	младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Чтение художественной литературы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Дежурства	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей (игра)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Режим двигательной активности детей

Режимные моменты	Количество и длительность занятий в зависимости от возраста				
	1,5 -3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно 10-20 мин	Ежедневно 10-20 мин	Ежедневно 10-20 мин	Ежедневно 10-20 мин	Ежедневно 10-20 мин
Утренняя гимнастика	4-5 мин (3-4 ОРУ)	5-8 мин (5-6 ОРУ)	8 мин (6-7 ОРУ)	8 мин (6-8 ОРУ)	10 мин (8-10 ОРУ)
Физ. занятия в зале	2 раза в неделю 8-10 мин	2 раза в неделю Не более 15 мин	2 раза в неделю Не более 20 мин	2 раза в неделю Не более 25 мин	2 раза в неделю Не более 30 мин
Физ. занятия на улице	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю

Физ. минутки во время занятий	1-2 мин	1-3 мин	1-3 мин	1,5-3 мин	1,5 -3 мин.
Муз. занятия	2 р в неделю	2 р в неделю	2 р в неделю	2 р в неделю	2 р в неделю
Прогулка	2 р в день 3 часа	2 р в день 3 часа	2 р в день 3 часа	2 р в день 3 часа	2 р в день 3 часа
Гимнастика после дневного сна	5 мин	5-8 мин	8 мин	10 мин	10 мин
самостоятельная двигательная активность, п/и вечером	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Физ. досуг	1 раз в мес 10 мин	1 раз в мес 20 мин	1 раз в мес 20 мин	1 раз в мес 30 мин	1 раз в мес 40 мин
Спортивные упражнения, игры	-	Ежедневно утром и вечером	Ежедневно утром и вечером	Ежедневно утром и вечером	Ежедневно утром и вечером
Спортивный праздник	-	-	2 р в год до 45 мин	2 р в год до 60 мин	2 р в год до 60 мин
День здоровья	-	1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал

• **Обеспечение реализации основных направлений программы.**

Техническое и кадровое обеспечение			
№п-п	Основные мероприятия	Организаторы и исполнители	Этапы и сроки
1.	Пополнение среды нестандартным оборудованием: - объемными модулями - тренажеры для развития глазомера - оборудование для лазания, прыжков, метания и др.	администрация	По мере поступления денежных средств
2.	Предоставление дополнительных услуг: кружок	Старший воспитатель	По запросу родителей
3.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ).	Педагоги	постоянно

• **Формы и методы оздоровления детей**

№п-п	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1.	Обеспечение здорового ритма	-щадящий режим (адаптационный период)	Группы всех возрастов

	жизни	-гибкий режим -организация микроклимата и стиля жизни группы.	
2.	Физические упражнения	-утренняя гимнастика -физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамические игры - профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения) - спортивные игры - занятия в физкультурных кружках - прогулки - гимнастика после сна - пешие прогулки	Группы всех возрастов
3.	Гигиенические и водные процедуры	- глубокое умывание - мытье рук - игры с водой	Группы всех возрастов
4.	Световоздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное) - сон при открытых фрамугах - прогулки на свежем воздухе - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Постоянно, все группы
5.	Активный отдых	- Дни здоровья - развлечения, праздники - игры-забавы - каникулы	Все группы
6.	Диетотерапия	- рациональное питание	Все возрастные группы
7.	Музыкальная терапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов - музыкальное оформление фона занятий	Все возрастные группы
8.	Пропаганда ЗОЖ	- занятия ОБЖ - беседы - консультации - папки-передвижки	Все возрастные группы

• Здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответстве нный
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
Гимнастика пробуждения	После сна, каждый день. Во всех возрастных группах	Комплексы упражнений подобранные для каждой возрастной группы	Воспит.

Аэробика	Один раз в неделю, начиная со старшей группы	По программе И.Бурениной	Инструктор по физ-ре
Динамические паузы	Во время занятий 2-5 мин. по мере утомления детей, начиная со второй мл.группы	Комплексы физминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз	Воспит.
Подвижные и спортивные игры	Как часть физ. занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы .	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр	Инстр.по физ-ре, муз.руководитель воспитатели
<i>Коррекционные технологии</i>			
Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в муз.зале, физ.зале, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Цель - фонематически грамотная речь без движений	Воспит., учитель-логопед, музыкальный руководитель
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами в любой отрезок времени	Воспит.
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста	Проветривание помещений и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	Воспит.
Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии.	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитатель, инструктор по физ.культ
Сказкотерапия	Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс.	Воспитатели.
<i>Технологии обучения здоровому образу жизни</i>			
Физкультурные занятия	3 раза в неделю в спортивном и музыкальном зале, на улице, в группе	Занятия проводятся в соответствии с программой	Инструктор по физ-ре, воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в муз. и спортивном залах. Все	Комплексы подбираются в	Инструктор по физ-ре

	возрастные группы.	соответствии с возрастными группами и особенностями детей	Воспитатели.
Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть занятия и целое занятие по познанию, начиная с младшей группы	Технология «Безопасность» Авдеева	Воспитатели.
Физкультурные праздники, досуги,	Проводятся 1 раз в квартал в муз. и спортивном залах, на прогулке, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие	Инструктор по физ-ре, муз.рук., воспит.
Веселые старты	Один раз в месяц во второй половине дня в физкультурном зале или в музыкальном, на прогулке, начиная со второй младшей группы	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме.	Воспитатели. Инструктор по физ-ре
СМИ (ситуативные малые игры)	Два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах, начиная с младшего дошкольного возраста.	Ролевая подражательная имитационная игра.	Воспитатели.

• **Здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ**

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 20-25 мин. со среднего возраста в физкультурно- музыкальном зале	Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор по физ. воспитанию
Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин.	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели, специалисты ДОУ

Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОО используем элементы спортивных игр	Воспитатели
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Используется спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Приводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога, использование ИКТ	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, до 10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках; ходьба по ребристым дощечкам, по массажным коврикам	Воспитатели
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физическая культура	2 раза в неделю в физкультурном зале +1 занятие на улице (кроме групп раннего возраста) Ранний возраст – 2 занятия в неделю, 8-10 мин. Младший возраст- не более 15 мин., средний возраст – не более 20 мин., старшая гр.- не более 25 мин. подг. гр. – не более 30 мин.	проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОО. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение, влажная уборка пола	Воспитатели

Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 25 мин. со старшего возраста	строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой др.	Воспитатели
Занятия по воспитанию здорового образа жизни	1 раз в неделю по 20 мин. со ст. возраста	Бывают включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели

Коррекционные технологии

Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в муз.зале, физ.зале, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Цель - фонематически грамотная речь без движений	Воспитатели., учитель-логопед, учитель-дефектолог, музыкальный руководитель
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами в любой отрезок времени	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста	Проветривание помещений и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	
Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии.	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Сказкотерапия	Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс.	Воспитатели.
выявление групп риска; индивидуальные образовательные маршруты; оздоровительные программы;	ежедневно	Коррекция здоровья и оздоровления	Воспитатели, специалисты ДОО

сопровождение психолога; социальная поддержка			
--	--	--	--

Технологии обучения здоровому образу жизни

Физкультурные занятия	3 раза в неделю в спортивном и музыкальном зале, на улице, в группе	Занятия проводятся в соответствии с ООП ДОО	Инструктор по физ-ре, воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в муз. и спортивном залах. Все возрастные группы.	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными группами и особенностями детей	Инструктор п физ-ре Воспитатели.
Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть занятия и целое занятие по познанию, начиная с младшей группы	«Безопасность» Авдеева	Воспитатели.
Физкультурные праздники, досуги	Проводятся 1 раз в квартал в муз. спортивном залах, на прогулке, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие	Инструктор по физ-ре, муз.рук., воспит.
Веселые старты	Один раз в месяц во второй половине дня в физкультурном зале или в музыкальном, на прогулке, начиная со второй младшей группы	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме.	Воспитатели. Инструктор по физ-ре
СМИ (ситуативные малые игры)	Два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах, начиная с младшего дошкольного возраст.	Ролевая подражательная имитационная игра.	Воспитатели.

2.2 Формирование культуры здорового образа жизни у *сотрудников*, сохранение и укрепление их здоровья

ПЛАН мероприятий с сотрудниками по обеспечению ЗОЖ

(с учетом двигательной активности, питанию, профилактике и просвещению)

Мероприятия	Срок исполнения	Исполнитель
Мероприятия, направленные на раннее выявление заболеваний и их профилактика		
Получение информации о порядке прохождения диспансеризации на бесплатной основе, прохождение диспансеризации	согласно графику	заведующий МДОУ
Медицинские осмотры сотрудников ДОУ: - формирование списка на медосмотры - заключение договора с медучреждением на проведение медосмотра сотрудников	июнь	заведующий МДОУ
Вакцинация сотрудников: - проведение разъяснительной работы среди сотрудников о необходимости вакцинации - согласование с поликлиникой графика вакцинации	в течение года	заведующий МДОУ
Мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни		
Организация мероприятий, направленных на повышение приверженности к здоровому образу жизни и занятиям спортом: - организация Дня здоровья для сотрудников (7 апреля); - обеспечение сотрудников путевками на санаторно-курортное лечение (в сотрудничестве с Профсоюзом);	в течение года	заведующий МДОУ
Организация конкурсных и образовательных мероприятий с целью популяризации ЗОЖ, правильного питания.	в течение года	Администрация МДОУ
Организация совместных мероприятий по повышению двигательной активности с детьми, родителями, сотрудниками: День здоровья, ГТО, веселые старты, туризм, соц. проекты, спорт. праздники и пр.	в течение года	Администрация МДОУ, соц. партнеры поселка

2.3. Формирование медико - психолого-педагогической грамотности *у родителей*

Задачи:

- Обучить родителей приемам эффективного взаимодействия с ребенком с целью сохранения его здоровья и создание в семье здорового нравственно-психологического климата;
- Оказать конкретную практическую помощь семье в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка;

- Привлечь родителей к осуществлению воспитательного процесса, созданию здоровой среды, с учетом их возможностей;
- Расширить спектр средств и способов работы с родителями;

Нетрадиционные формы организации общения педагогов и родителей

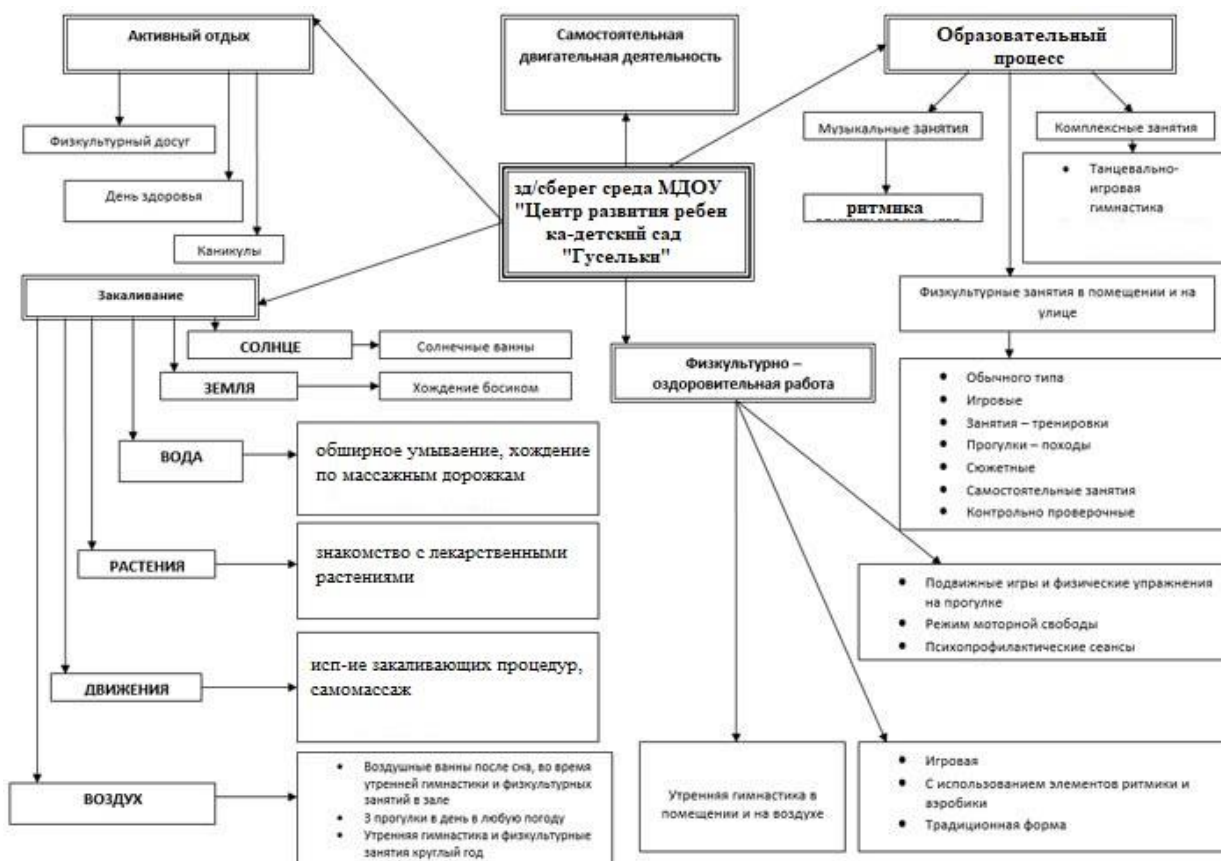
Наименование	С какой целью используется эта форма	Формы проведения общения
Информационно-аналитические	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности	Проведение соц. опросов
Досуговые	Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями, детьми	Совместные досуги, праздники, участие родителей и детей в выставках
Познавательные	Ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей	Семинары-практикумы, педагогическая гостиная, проведение собраний, консультаций в нетрадиционной форме, игры с педагогическим содержанием, педагогическая библиотека для родителей
Наглядно-информационные; информационно-ознакомительные; информационно-просветительские	Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, особенностями воспитания детей. Формирование у родителей знаний о воспитании и развитии детей Взаимодействие со специалистами ДОО в индивидуальном порядке по факторам риска здоровья детей	Информационные проспекты для родителей, организация дней (недель) открытых дверей, открытых просмотров занятий и других видов деятельности детей. Выпуск газет, организация мини-библиотек

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1. Условия реализации программы ДОУ:

- Модель здоровьесберегающей среды в образовательной программе
- Модель организации работы в ДОО по формированию представлений и навыков здорового образа жизни
- Модель работы воспитателя с родителями, педагога-психолога

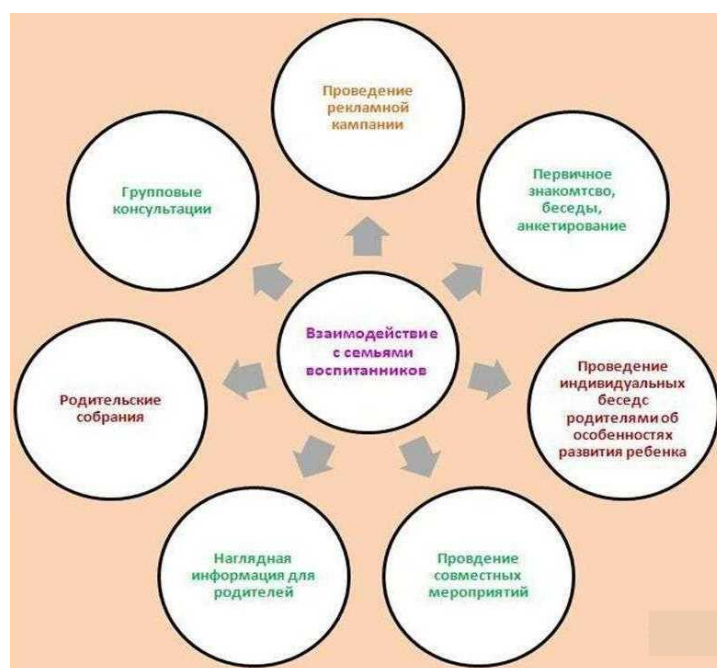
Модель здоровьесберегающей среды в образовательной программе



Модель организации работы в ДОО по формированию представлений и навыков здорового образа жизни



Модель работы воспитателя с родителями



Схема

взаимодействия педагога-психолога и воспитателя для повышения эффективности коррекционной работы

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

3.2 Критерии оценки результатов программы

ИНДИКАТОРЫ МОНИТОРИНГА КАЧЕСТВА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ:

1. Состояние физического, психоэмоционального и духовно-нравственного здоровья детей, здоровья сотрудников.
2. Анализ эффективности используемых технологий и программ, реализуемых в ДООУ.
3. Анализ физкультурно-оздоровительной, профилактической и лечебно-оздоровительной работы в ДОО
4. Уровень кадрового обеспечения, подготовки и качества работы специалистов, реализующих здоровьесберегающие технологии.
5. Материально-техническое оснащение МДООУ.

6. Особенности и специфика работы с семьей ребенка-дошкольника по внедрению в семейный быт ЗОЖ практики.

7. Культурно- просветительская деятельность в социуме по пропаганде здорового образа жизни.

Показатели здоровья и физического развития выпускника:

- физическое развитие соответствует норме;
- физически подготовлен к продолжению обучения;
- владеет своим телом, различными видами движений на уровне, соответствующем его возрасту;
- хорошо ориентируется в пространстве, координирует движения;
- подвижен и ловок;
- развита мускулатура;
- уверенно владеет ножницами, способен к сложной двигательной активности в различных видах продуктивной деятельности;
- сформирована привычка к здоровому образу жизни.