



## 1. Паспорт программы

Наименование программы	Программа оздоровления детей в МДОУ-детский сад «Лесная полянка» «Здоровый дошкольник» на 2022- 2024 г.
Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 № 273ФЗ</li> <li>- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.13 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»</li> <li>- Приказ Минобрнауки РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений» от 04.04.2003г. №139.</li> <li>- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28)</li> <li>- Постановление главного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года N 16 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"</li> <li>- Устав МДОУ-детский сад «Лесная полянка», пгт. Уральский от 02.12.2021 г.</li> </ul>
Постановление об утверждении Программы	Педагогический совет № 1 от 31.08.2022 г.
Основание для разработки Программы	Высокая заболеваемость детей. Заинтересованность родителей в проведении физкультурно-оздоровительной работы с детьми в ДОУ.
Объекты Программы	Воспитанники МДОУ, родители (законные представители), педагогический коллектив МДОУ.
Цель Программы	Сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет эффективного проведения физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
Задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Повышение показателей здоровья воспитанников за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.</li> <li>2.Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в здоровом образе жизни, как показателей общечеловеческой культуры.</li> <li>3.Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса на его соответствие требованиям здоровьесбережения.</li> </ol>
Важнейшие	- Выполнение режима дня с включением в него

<p>целевые Индикаторы Программы</p>	<p>здоровьесберегающих технологий.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Показатели заболеваемости (снижение количества дней, пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях).</li> <li>- Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению.</li> <li>- Рабочие материалы по контролю: диагностические карты, опросники, анкеты, циклограммы.</li> </ul>
<p>Сроки и этапы реализации Программы</p>	<p>Работа по реализации программы «Здоровый дошкольник» рассчитана на три года 2022-2025 гг., и планируется в три этапа.</p> <p><b>1 этап «Организационный» (2022-2023 учебный год)</b> Цель: диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей. Тема: Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей как необходимое условие для создания комплекса оздоровительно-профилактической работы. Условия достижения цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей разного возраста;</li> <li>- разработка индивидуальных маршрутов развития детей дошкольного возраста;</li> <li>- наличие оптимальных условий для проведения оздоровительно-профилактической работы;</li> <li>- создание системы мер для усиления семейного воспитания по физическому, психическому здоровью и социально-нравственному развитию детей.</li> </ul> <p>Предполагаемый результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определен уровень физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей;</li> <li>- укреплена материальная база для осуществления оздоровительно-профилактической работы;</li> <li>- налажен тесный контакт педагогического коллектива со специалистами и родителями.</li> </ul> <p><b>2 этап «Формирующий» 2023-2024 учебный год.</b> Цель: организация оздоровительно-профилактической системы работы в условиях ДОУ. Тема: Разработка комплекса оздоровительно-профилактической работы, как основа полноценного здоровья ребенка. Условия достижения цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие системы контроля за динамикой физического, психического и социально нравственного развития детей;</li> <li>- наличие резерва для повышения уровня полноценного здоровья детей;</li> <li>- создание творческих и проблемных групп;</li> <li>- создание моральных и материальных стимулов к</li> </ul>

	<p>профессиональному росту педагогов и их творчеству.</p> <p>Предполагаемый результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повышена результативность работы индивидуально-групповым методом;</li> <li>- повышены тренированность организма и устойчивость к утомлению, создана атмосфера психологической защищенности; созданы условия для гуманистической направленности поведения ребенка;</li> <li>- создана творческая атмосфера и повышен уровень педагогического мастерства по вопросам полноценного здоровья ребенка;</li> <li>- отработан экономический механизм, определено экономическое стимулирование ответственных и творчески работающих сотрудников;</li> <li>- создан благоприятный психологический климат.</li> </ul> <p><b>3 этап «Итоговый» 2024 – 2025 учебный год.</b></p> <p>Цель: реализация программы оздоровительно-профилактической работы в ДОУ.</p> <p>Тема: Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса системы оздоровительно-профилактической работы в условиях ДОУ.</p> <p>Условия достижения цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применение всех рациональных форм и методов организации работы с детьми по укреплению полноценного здоровья.</li> <li>- Базирование оздоровительно-профилактической работы на новых достижениях в области педагогики, психологии и медицины;</li> <li>- выявление передового педагогического опыта семейного воспитания, обобщение и последующее его распространение среди родителей;</li> <li>- Полное соответствие материально-технической базы.</li> </ul> <p>Предполагаемый результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- созданы все условия для полноценного здоровья детей;</li> <li>- организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка;</li> <li>- работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДОУ;</li> <li>- материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.</li> </ul>
<p>Планируемый итоговый результат</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.</li> <li>2. Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.</li> <li>3. Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.</li> </ol>

## 2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стали занимать во всем мире приоритетные позиции, поскольку современная социально-экономическая ситуация убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей.

В условиях вариативности дошкольного образования расширился круг программ обучения и воспитания детей. Все это можно, безусловно, отнести к числу достижений. Разрабатывая программу «Здоровый дошкольник», мы стремились к тому, чтобы наша система оздоровительной работы с детьми включала инновационные формы и методы, а также органически входила в жизнь детского сада.

Программа направлена на создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, а также на пропаганду и внедрение здорового образа жизни среди родителей воспитанников.

### **Актуальность.**

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом. Именно поэтому дошкольное образовательное учреждение призвано создать основу для дальнейшего развития ребенка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития.

Роль педагога ДООУ состоит в организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

Программа предоставляет педагогам возможность самостоятельного отбора методик, содержания обучения и воспитания дошкольников, позволяет сочетать в работе как традиционные программы и методики, так и инновационные, способствующие укреплению и сохранению здоровья детей, педагогов и родителей.

Возможность постоянного поиска путей укрепления здоровья детей, формирование у них основ здорового образа жизни, развитие двигательных способностей убеждает в том, что до настоящего времени в ДООУ не полностью реализуется физкультурно-оздоровительная работа. Поэтому актуален поиск новых средств сохранения и укрепления здоровья детей.

Для этого необходимо:

- повысить профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДООУ;
- организация деятельности ДООУ, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение здоровьесберегающих технологий, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;

- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

В результате проделанной работы в МДОУ-детский сад «Лесная полянка» была разработана программа «Здоровый дошкольник», которая комплексно подходит к решению проблемы сохранения, укрепления и коррекции здоровья детей. Именно разработка этой программы привела коллектив ДОУ к переосмыслению работы с детьми раннего возраста и их родителями в вопросах отношения к здоровью ребенка. Возник вопрос о необходимости актуализации внимания воспитателей для передачи родителям основ валеологического просвещения.

#### **Цель и задачи программы:**

Цель: сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к здоровому образу жизни, как показателей общечеловеческой культуры.

В соответствии с целью, педагогическим коллективом были определены следующие задачи:

- Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- Разработать и реализовать Программу оздоровления детей в детском саду исходя из особенностей их психофизического развития, направленных на сохранение здоровья, оздоровление детей и обучение их здоровому образу жизни.
- Совершенствовать и преобразовывать здоровье сберегающую среду в ДОУ в соответствии с ФГОС ДО.
- Отследить результаты реализации оздоровительной Программы в условиях ДОУ.

#### **Основные принципы реализации программы.**

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно-обоснованными и практически адаптированными методиками.
- принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинского персонала ДОУ.
- принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- принцип повторения умений и навыков - один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические

стереотипы.

- принцип индивидуально - личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- принцип успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- принцип целостно - смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.
- принцип индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.
- принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **3. АНАЛИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1 Создание условий для сохранения здоровья воспитанников**

Медицинское обслуживание детей в МДОУ-детский сад «Лесная полянка» осуществляется совместно с Уральской амбулаторией ГБУЗ СО «ЦРБ Белоярского района на основе следующих нормативно-правовых документов: Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28); приказ Минздрава России и Минобрнауки России от 30.06.1992 № 186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»; письмо Минобрнауки России от 22.04.2009 № 03-768 «О медицинском обслуживании детей в дошкольных образовательных учреждениях»; Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 05.11.2013 № 822н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях».

Медицинская сестра осуществляет контроль за своевременной вакцинацией детей, ведет контроль за физическим развитием детей, заболеваемостью, питанием.

В МДОУ имеется медицинский кабинет. Кабинет оборудован: весами, ростомером, медицинским оборудованием, шкафами для медикаментов, рабочими столами, имеется процедурный кабинет.

Общее санитарно-гигиеническое состояние детского сада соответствует требованиям Санитарных правил, световой и воздушный режимы поддерживаются в норме.

В начале каждого учебного года педагогами, медицинской сестрой ДОО проводится обследование здоровья и физического развития детей. Учитывая индивидуальные особенности состояния здоровья детей, намечаются пути их оздоровления.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – является одним из направлений деятельности нашего детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

На основе мониторинга координируется содержание педагогического процесса инструктором по физической культуре и воспитателями. Наряду с традиционными формами работы по физической культуре: (образовательной деятельности педагога с детьми в области физической культуры, утренней гимнастикой, физкультминутками, подвижными играми на прогулке), введены и нетрадиционные формы (оздоровительный бег (в летнее время года), дыхательная гимнастика, йога).

В МДОУ реализуется комплекс развивающих и оздоровительных технологий. Система совместной деятельности педагога с детьми ориентирована на потенциальную социально-психологическую, интеллектуальную и физическую



подготовку дошкольников.

Сотрудники детского сада считают, что полноценное физическое воспитание и развитие детей возможно лишь при тесном взаимодействии детского сада и семьи. Для установления более тесной связи между семьей и МДОУ проводятся индивидуальные беседы с родителями вновь поступивших детей, где выясняются условия жизни, режима, питания, ухода и воспитания ребенка в семье, его биоритмы, особенности развития и поведения.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег, ежедневные прогулки, самомассаж, упражнения на релаксацию и др.) способствует формированию навыков здорового образа жизни и оказывает положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

В групповых помещениях ДОУ создана оздоровительная развивающая предметно-пространственная среда, содержащая все необходимые пособия, снаряды, атрибуты: ленты, платочки, мячи разных материалов и фактуры, султанчики, кегли, обручи, дорожки здоровья, ортопедические коврики, массажные мячики и др.

В ДОУ создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей раннего возраста. Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия, просветительскую работу с сотрудниками и родителями воспитанников;
- организацию рационального питания. В детском саду 5-ти разовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин) согласно 10-дневному меню. Меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические мероприятия:
  - соблюдение режима дня;
  - рациональное питание;
  - двигательная активность во время образовательного цикла (физкультминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры и др.);
  - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, воздушные ванны, «дорожка здоровья», обливание ног прохладной водой (в летнее время года);
  - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
  - использование здоровьесберегающих технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, ритмопластика и др.);
  - режимы проветривания и кварцевания.

### 3.2. Анализ посещаемости воспитанниками ДОУ

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДОУ является «мониторинг здоровья» ребенка, который осуществляется медицинским работником.

**Цель мониторинга** - повышение уровня здоровья детей.

**Аспекты отслеживания:**

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ - статистический учет по результатам годовых отчетов ДОУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- периоды обострения детской заболеваемости в группах;
- оценка адаптации детей к ДОУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- общее физическое развитие детей;
- уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа медицинской сестры включает в себя составление индивидуальной карты здоровья ребенка, разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей и выполнению культурно-гигиенических норм.

Соотношение количества обучающихся и проектной наполняемости ОУ 2021-2022 учебный год

Учебный год	Проектная наполняемость	Фактическое количество воспитанников	Количество выпускников	Среднее количество воспитанников в группе
2019-2020	142	139	24	23
2020-2021	142	134	34	22
2021-2022	142	112	25	19

#### Здоровье и заболеваемость за три года

Группы здоровья	2019-2020	2020-2021	2021-2022
1	36	22	44
2	56	99	59
3	8	18	9
4	-	-	-

**Средний показатель заболеваемости на 1 ребёнка в год:**

2019-2020 – 3,8 дня;

2020-2021 – 2,6 дня;

2021-2022 – 3,9 дня.

Прослеживается тенденция к повышению заболеваемости и сравнительно

стабильные показатели групп здоровья у воспитанников за последние 3 года. Это объясняется приходом в детский сад ослабленных детей уже с рождения, боязнью некоторых родителей закаливающих процедур и профилактических мероприятий. Все это требует активизации работы педагогического, медицинского персонала по внедрению эффективных здоровьесберегающих технологий по профилактике заболеваний.

### **3.3. Анализ физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.**

Ведущей целью физкультурно-оздоровительной работы в МДОУ является общее оздоровление и укрепление детского организма. Основными задачами нашей работы являются:

- охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;
- формирование основ базовой культуры личности;
- всестороннее развитие и психических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями;
- подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Эти цели и задачи реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, двигательной. Работа по физическому воспитанию детей в ДОУ проводится с учетом состояния здоровья детей и осуществляется инструктором по физической культуре, воспитателями групп при контроле со стороны медсестры и старшего воспитателя.

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. В ее организации выделены три блока:

**1 блок.** Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера-инициатора. Используются различные варианты физкультурных занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные - интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации).

**2 блок.** Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает различные формы активности: подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», спортивные праздники, физкультурные досуги и развлечения, индивидуальная работа с детьми.

**3 блок.** Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности.

С целью обеспечения разных видов двигательной активности детей в ДОУ оборудован физкультурный зал (отдельно от музыкального) с необходимым оборудованием и атрибутикой. Территория детского сада оборудована спортивной площадкой, в каждой группе имеются физкультурные уголки.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ во многом зависит от взаимосвязи инструктора по физической культуре с воспитателями групп, медсестрой и музыкальным руководителем. С этой целью ежегодно в начале

учебного года составляется план совместной деятельности, который включает консультации для воспитателей, родителей, выступления на педагогических советах, родительских собраниях, праздники и досуги в ДОО.

#### **3.4. Материально - технические условия.**

В МДОУ имеется медицинский кабинет. Кабинет оборудован: весами, ростомером, медицинским оборудованием, шкафами для медикаментов, рабочими столами, имеется процедурный кабинет.

Организация развивающей предметно-пространственной среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. Расположение мебели, игрового и дидактического оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения «Страна неприкосновенности». Это место, где ребенок может посидеть, подумать, помечтать, вспомнить что-то приятное. Дети любят уголок уединения, поскольку в нем можно почитать в одиночестве книжку, посидеть с любимой игрушкой и просто отдохнуть. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни во всех группах ДОО создан «Медицинский уголок», оснащенный наглядно-демонстрационным материалом, дидактической куклой (доктором), инструментами для лечения, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой группе имеется оборудование и инвентарь для обеспечения двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур.

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

#### **3.5. Кадровое обеспечение**

Для реализации данной Программы разработана структура управления, которая состоит из взаимосвязанных между собой служб: методической, медицинской, хозяйственной. Система управленческих действий охватывает методическое, дидактическое, кадровое, материально-техническое обеспечение, а также взаимодействие учреждения с семьей через создание единого оздоровительного пространства «Детский сад – семья».

##### **Совет Программы**

Киршина Галина Евгеньевна - заведующий детского сада;

Рогозина Людмила Петровна – старший воспитатель;

Калпазанова Светлана Рамазановна – медицинская сестра;

Яковлева Татьяна Владимировна – инструктор по физической культуре.

Образовательную и оздоровительную деятельность по реализации Программы осуществляет коллектив в количестве 17 человек.

Медицинскую деятельность в учреждении осуществляет медсестра Калпазанова С.Р., и по договору с ГАУЗ СО Белоярская ЦРБ.

№	Возрастная группа	Ф.И.О. педагогов	Образование	Педагогический стаж	Квалификационная категория
1.	I младшая группа 2-3 лет	Горбатенко О.А. Дворникова С.Ю.	Высшее Высшее	20 9	Первая Первая
2.	II младшая группа	Корозникова О.Э. Кожевникова О.А.	Высшее Среднее специальное	20 16	Первая Первая
3.	Средняя группа №1 4-5 лет	Блохина Н.В. Брушевская Т.Н.	Высшее Среднее специальное	35 14	Высшая Первая
4.	Средняя группа №2 4-5 лет	Горбатенко Н.Н. Безносюк Е.В.	Высшее Высшее	- 11	Первая Первая
5.	Старшая группа 5-6 лет	Лебедева Т.Н. Терёшина И.А.	Высшее Высшее	16 3	Первая Первая
6.	Подготовительная группа 6-7 лет	Копытова И.Ф. Тедикова Л.М.	Среднее специальное Среднее специальное	52 39	Соответствие занимаемой должности
7	Музыкальный руководитель	Неверова Е.Е.	Высшее	11	Первая
8	Инструктор по физической культуре	Яковлева Т.В.	Высшее	34	Первая
9	Учитель-логопед	Королева Е.В.	Высшее	11	Первая
10	Педагог-психолог				

### 3.6. Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение

1	Изучение здоровьесберегающих технологий и разработка Программы оздоровления	Администрация ДОУ
2	Поиск, изучение и внедрение эффективных здоровьесберегающих технологий и методик оздоровления в работу с дошкольниками	старший воспитатель
3	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей	воспитатели
4	Проведение педсоветов по теме оздоровления детей	ст. воспитатель
5	Консультации для воспитателей, инструктора по ФИЗО	ст. воспитатель
6	Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды в ДОУ	воспитатели
7	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей	воспитатели, медицинская сестра
8	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей	заведующий, ст. воспитатель, воспитатели
9	Оперативный контроль по ОО «Физическое развитие»	ст. воспитатель

Система методической работы по повышению компетентности педагогов предусматривает:

- реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- обеспечение дифференцированного подхода к физическому воспитанию с разными группами здоровья;
- снижение и профилактику детской заболеваемости;
- повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

### 3.7. Нормативно-правовое обеспечение программы.

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28);
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных

технологий в деятельность образовательных учреждений» от 04.04.2003г. №139.

- «Инструктивно-методическое письмо о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000г. №65/23-16.
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 05.11.2013 №822н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях»
- Конвенция о правах ребенка.
- Устав МДОУ-детский сад «Лесная полянка»

## 4. Основные направления программы

### *I. Профилактическое*

- Обеспечение благоприятного течения адаптации;
- Выполнение санитарно-гигиенического режима;
- Диагностика физического развития;
- Сравнительный анализ заболеваемости, учет групп здоровья и движения в них детей;
- Организация медосмотров, контроль антропометрических показателей;
- Закаливание (воздушные ванны, облегченная одежда, прогулки на воздухе, обмывание лица и рук (до локтя) прохладной водой, «дорожка здоровья», физкультурные занятия на улице, босохождение во время подготовки ко сну, бодрящая гимнастика);
- Организация питания (соблюдение нормативных требований к качеству и количественному объему пищи в соответствии с возрастом детей, обеспечение питьевого режима, витаминизация третьего блюда, чай с лимоном, второй завтрак (сок). эстетика организации питания и гигиена приема пищи);
- Режим летней оздоровительной работы (прием детей, утренняя гимнастика, физкультурные занятия на воздухе, увеличение времени пребывания на воздухе в течение дня, переход на летний режим работы, усиленное питание).

### *II. Организационное*

- Изучение здоровьесберегающих технологий, разработка программы оздоровления и корректировка ее по мере необходимости;
- Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- Составление индивидуальных планов оздоровления;
- Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления среди родителей, сотрудников.
- 

### *III. Физкультурно-оздоровительное*

- Организация и активизация двигательного режима воспитанников (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, прогулки с включением подвижных игровых упражнений, спортивные досуги, динамические паузы);
- Танцевально-игровая гимнастика;
- Дни здоровья;
- Использование оздоровительных технологий (бодрящая гимнастика, ритмическая гимнастика, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика,



динамические паузы, релаксационные упражнения, элементы музыкотерапии, сказкотерапии и др.).

#### ***IV. Валеологическое образование детей***

- Обеспечивать условия для приобщения детей к выполнению гигиенических и закаливающих процедур, формировать культурно-гигиенические навыки;
- создавать атмосферу психологического комфорта и предупреждать утомление;
- обеспечить выполнение единого для всей группы рационального режима дня;
- формировать навыки здорового образа жизни, закреплять потребность в чистоте и аккуратности;
- воспитывать потребность в оздоровительной активности.

#### ***V. Консультативно-информационное***

##### *С педагогами и персоналом:*

- Семинары, консультации;
- Открытые просмотры и показы оздоравливающих технологий;
- Выставки дидактического материала и литературы;

##### *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;
- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;

##### *С детьми:*

- Проведение занятий валеологического цикла, занятий с элементами релаксации, оздоравливающих технологий;

**5. Современные здоровьесберегающие технологии, планируемые для использования в своей работе педагогами ДОУ.**

<b>Виды здоровьесберегающих</b>	<b>Время проведения в режиме дня</b>	<b>Особенности методики проведения</b>	<b>Ответственный</b>
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья воспитанников</i>			
1. Динамические паузы	Во время НОД, 1,53 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и др. в зависимости от вида	Воспитатели
2. Подвижные и спортивные игры	Как часть НОД по физическому развитию, на прогулке, в групповой комнате (малой и средней степени подвижности). Ежедневно для всех групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, его индивидуальными особенностями. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
4. Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и поставленных целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех групп	Можно использовать спокойную классическую музыку, звуки природы, упражнения на дыхание.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
5. Гимнастика пальчиковая	С раннего возраста (индивидуально либо с подгруппой детей), Ежедневно	Рекомендуется всем детям. Проводится в любой удобный отрезок времени.	Воспитатели
6. Гимнастика для глаз	Ежедневно по 1,5 - 3 мин. в зависимости от интенсивности	Рекомендуется выполнять по показу педагога.	Воспитатели

	зрительной нагрузки		
7. Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы, НОД.	По показу педагога, по словесной инструкции.	Воспитатели Инструктор по физической культуре
9. Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 3-5 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; «дорожка здоровья», легкий бег из спальни в группу.	Воспитатели
10. Гимнастика ортопедическая	Ежедневно, после сна. Хождение по ортопедическому коврику.	Рекомендуется всем детям в качестве профилактики плоскостопия.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
<b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			
1. НОД по физическому развитию	2 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - 15 мин.	Занятия проводятся в соответствии ОП ДО. Проветривание помещений обязательно.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
2. Игротерапия	В свободное время, желательно во второй половине дня. Время строго не фиксировано.	Процесс может быть организован незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.	Воспитатели
3. Самомассаж	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обучение технике самомассажа массажными мячиками.	Воспитатели, медсестра, инструктор по физической культуре

## 6. 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	НОД в соответствии с календарным планированием	По возрасту при отсутствии негативной реакции.

## 7. План санитарных мероприятий.

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих	Ежедневно, в течение года	Медсестра
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Ежедневно, в течение года	Заведующий, Медсестра
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Заведующий Медсестра
5	Осуществлять преемственность между ГАУЗ СО Белоярской ЦРБ	Постоянно	Фельдшер, Медсестра
6	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья воспитанников на медикопедагогических совещаниях .	1 раз в 3 месяца.	Медсестра
7	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребенка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно	Фельдшер Медсестра Воспитатели

## **8. Контроль и руководство**

### **8.1. Мониторинг здоровьесберегающей деятельности ДОО.**

**Цель:** выявить и определить эффективность реализации программы «Здоровый малыш» на определенном этапе.

#### **Эффективность работы**

В оценке эффективности проведенных физкультурно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости детей в течение года в сравнении с заболеваемостью за предшествующий год. Кроме того, эффективность оздоровления детей оценивается по следующим показателям:

- Положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- Уменьшение длительности каждого последующего эпизода острого заболевания;
- Снижение числа дней посещения ДОО, пропущенных одним ребенком за год;
- Нормализация показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия).

Мониторинг состояния здоровьесберегающей деятельности детского сада - это процесс непрерывного научно-прогностического слежения за состоянием, развитием оздоровительного процесса в учреждении с целью оптимального выбора здоровьесберегающих и здоровьесформирующих целей, задач и средств их решения. Это эффективное средство выявления различных сбоев в системе физкультурно-оздоровительной и профилактической работы в условиях детского сада, дающее возможность своевременно и эффективно корректировать деятельность системы, предупредить возникновение критических ситуаций.

Программа мониторингового исследования представляет собой комплекс мероприятий (наблюдение, анкетирование, тестирование, опрос и др.), которые помогают собрать, обработать и воспользоваться информацией о состоянии оздоровительной работы в учреждении и отдельных ее элементах. Оценка результатов мониторинга проводится как по количественным, так и по качественным показателям:

- Состояние и эффективность оздоровительной работы с воспитанниками ДОО.
- Качество условий, созданных в учреждении для осуществления работы по поддержанию и укреплению здоровья длительно и часто болеющих дошкольников.
- Качество работы повалеологическому просвещению родителей воспитанников.

Комплексный подход к мониторинговому исследованию позволяет обеспечить объективность, полноценность и учет широкого спектра факторов, как способствующих, так и препятствующих решению задач сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

## **8.2. Мониторинг условий, созданных в учреждении для осуществления здоровьесберегающей и здоровье формирующей деятельности предполагает:**

- Анализ программно-методического обеспечения оздоровительной деятельности; наличие в детском саду здоровьесберегающих программ и технологий; степень их изученности медико-педагогическим коллективом учреждения; сочетаемость с образовательной Программой, реализуемой в детском саду; обоснованность использования той или иной программы и технологии при работе с длительно и часто болеющими детьми.
- Оценка созданной в учреждении специфической здоровьесформирующей среды.
- Эффективность работы по повышению профессиональной компетентности в вопросах здоровьесбережения сотрудников детского сада.

Мониторинг степени взаимодействия с родителями воспитанников в вопросах здоровьесбережения основывается на определении:

- Уровня валеологической компетентности родителей.
- Желания родителей взаимодействовать с дошкольным учреждением в вопросах поддержания здоровья воспитанников.
- Знания и соблюдения родителями норм здорового образа жизни.

Таким образом, мониторинг в системе управления здоровьесберегающей деятельностью учреждения выступает как элемент обратной связи, так как на основе полученных данных проводится корректировка дальнейшей деятельности, анализируется целесообразность того или иного управленческого решения.

№	Тематика контроля	Вид контроля, Формы и методы контроля	Сроки	Ответственные
1.	Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей	Оперативный	Постоянно	Заведующий ДОУ
2.	Результаты медицинского осмотра детей	Мониторинг	Постоянно	Медсестра
3.	Проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня	Оперативный, персональное наблюдение	Постоянно	Старший воспитатель
4.	Организация питания	Персональное посещение групп, пищеблока, изучение документации	Постоянно	Заведующий ДОУ Медсестра
5.	Выполнение здоровьесберегающего режима	Персональное посещение	Постоянно	Старший воспитатель Медсестра
6.	Выполнение санитарно-гигиенического режима	Оперативный	Постоянно	Медсестра
7.	Проведение закаливания, разумное сочетание его различных видов	Оперативный	По плану ДОУ	Медсестра
8.	Анализ детской заболеваемости	Отчет, мониторинг	Ежемесячно, отчет 1 раз в квартал	Медсестра
9.	Выполнения натуральных норм питания	Индивидуальные беседы, изучение меню, анализ калорийности	Каждые 10 дней	Заведующий ДОУ Медсестра
10.	Уровень педагогического мастерства и состояние педагогического процесса по ОО «Физическое развитие»	Анкетирование, просмотр занятий, диагностирование	Один раз в квартал	Заведующий ДОУ Старший воспитатель
11.	Уровень физического развития и здоровья детей	Посещение занятий, беседы, диагностика	По плану ДОУ	Старший воспитатель
12.	Организация работы с родителями по оздоровлению детей в семье	Анкетирование, консультации	По плану ДОУ	Заведующий ДОУ Старший воспитатель



### 8.3. План - график реализации Программы «Здоровый дошкольник».

Цель	Содержание деятельности	Сроки	Исполнители
<b>1-й этап - аналитико-прогностический</b>			
Анализ организации оздоровительной работы за предыдущий период	Анализ состояния заболеваемости детей, их движение по группам здоровья.	Сентябрь - май 2022	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра
	Проведение организационного совещания с целью определения содержания и форм деятельности всех участников Программы	Сентябрь 2022	
<b>2-й этап – Формирующий</b>			
Организация оздоровительно-профилактической системы работы в условиях ДОУ	Изучение методической литературы, опыта работы в разработке оздоровительных программ	2023-2024 учебный год	Старший воспитатель, воспитатели, специалисты ДОУ
	Изучение современных оздоровительных технологий		
	Разработка диагностических карт		
	Совещание «Координация деятельности сотрудников ДОУ по реализации программы «Здоровый дошкольник»		
<b>3-й этап - Итоговый</b>			
Диагностика состояния здоровья детей, посещающих ДОУ, определение групп здоровья	Разработать систему комплексной оценки состояния здоровья детей в соответствии с ФГОС ДО	2024 – 2025 учебный год	
	Разработать систему оценки индивидуального развития детей по ОО «Физическое развитие»	Сентябрь-октябрь 2024	Совет программы
	Разработать карты медико-педагогического контроля по ОО «Физическое развитие»	Ноябрь 2024	Старший воспитатель, инструктор по физической
Вовлечение семьи в реализацию Программы	Консультирование родителей специалистами ДОУ. Консультирование родителей по вопросам адаптации.	В течение учебного года	Старший воспитатель, Медсестра, воспитатели, специалисты

Профилактика заболеваемости	Систематическое проведение закаливающих процедур	В течение года	Воспитатели
	Систематическое проведение утренней гимнастики, подвижных игр в помещении, на воздухе, оздоровительный бег, «дорожка здоровья», гимнастика (дыхательная, пальчиковая, для глаз) и др.	В течение года	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
	Профилактика плоскостопия, нарушения осанки.	В течение года	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
Повышение роли двигательной активности детей всех групп	Создание условий для спонтанной двигательной активности во всех групповых помещениях, на территории ДОУ	В течение года	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
	Проведение физкультурминуток, динамических пауз после интеллектуальной нагрузки в течение дня	В течение года	Воспитатели
Организация питания детей	Соблюдение нормативных требований к качеству и количественному объему пищи в соответствии с возрастом детей	В течение года	Медсестра
	Разнообразить меню овощными, фруктовыми блюдами; обеспечение питьевого режима, витаминизация третьего блюда, чай с лимоном	В течение года	Медсестра
Материальное обеспечение программы	Создать аудиотеку релаксационной музыки, пополнить физкультурные уголки в группах новым оборудованием, Создать библиотеку валеологической литературы	В течение года	Заведующий, старший воспитатель инструктор по ФИЗО
Мониторинг состояния здоровья детей	Подведение промежуточных итогов реализации программы «Здоровый дошкольник» за истекший период (совещания участников Программы, родительские собрания)	Май каждого учебного года	Совет программы
<b>4-й этап - Заключительный</b>			
Определение перспектив дальнейшей работы	Определить направления развития учреждения на основе итогов реализации Программы «Здоровый дошкольник»	2025 г. (ежегодно)	Заведующий, старший воспитатель
	Выявление динамики состояния здоровья детей («точек роста» в Программе)		
	Итоги реализации программы «Здоровый дошкольник»		

### Список литературы.

1. Т.И.Бабаева, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцева «Детство»: Комплексная образовательная программа дошкольного образования – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2016г.
2. Е.И. Гуменюк Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни.
3. Галицина Н.С. Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, 2007.
4. Кареева Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников, 2011.
5. Т.А.Иванова «Йога для детей» (парциальная программа для детей дошкольного возраста) Санкт-Петербург. Издательство «Детство-Пресс», 2015г.
6. В.И. Ковалько Азбука физкультминуток для дошкольников. – М. «ВАКО», 2011 г.
7. Л.Л. Соколова Комплексы сюжетных утренних гимнастик. Санкт – Петербург «Детство–Пресс», 2015 г.
8. М.С. Анисимова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста. «Детство – Пресс», 2011г.
9. М.Ю. Картушина Сюжетные физкультурные занятия. - ООО «Издательство Скрипторий» 2011 г.
10. В.Т, Кудрявцев Б.Б. Егоров. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: «Линка – Пресс», 2000 г.
11. Л.Ф. Асачева О.В. Горбунова Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия. С – П. «Детство – Пресс» 2013г.
12. Е.Ф. Желобкович 150 эстафет для детей дошкольного возраста.- «Скрипторий 2003», 2010 г.
13. Т.А. Шорыгина Беседы о здоровье. Сфера, 2008г.
14. Ю.А. Кириллова Детство-Пресс/Пособ/ Навстречу олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. 2016 г.
15. С.Н. Агаджанова Как не болеть в детском саду. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2009 г.
16. М.С. Анисимова, Т.В.Хабарова Двигательная деятельность детей 3-5 лет. «Детство – Пресс», 2017 г.
17. М.С. Анисимова, Т.В.Хабарова Двигательная деятельность детей 5-7 лет. «Детство – Пресс», 2017 г.

## Модель режима двигательной активности детей в ДОО

Виды занятий и форма двигательной активности	Ранний возраст (мин)	Особенности организации	
<b>1. Физкультурно-оздоровительные занятия в ходе режимных моментов</b>			
1.1.	<b>Утренняя гимнастика:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционная;</li> <li>• Игрового характера;</li> <li>• С использование полосы препятствий;</li> <li>• С использованием простейших тренажеров;</li> <li>• Ритмическая;</li> <li>• Сюжетная.</li> </ul>	3-5 минут	Ежедневно в спортивном зале, в группе, на воздухе
1.2.	<b>Физкультминутка</b> (до 3 мин): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Общеразвивающие упражнения;</li> <li>• Подвижная игра;</li> <li>• Дидактическая игра с различными движениями;</li> <li>• Танцевальные движения;</li> <li>• Игровые упражнения.</li> </ul>	1,5-2 минуты	Ежедневно по необходимости, в зависимости от длительности и содержания НОД
1.3.	<b>Подвижные игры и физические упражнения на прогулке:</b> Подвижные игры разной степени интенсивности; Игры с правилами; Спортивные упражнения; Спортивные игры.	6-10 минут	Ежедневно во время прогулок
1.4.	<b>Физические упражнения после сна:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходьба по массажным дорожкам.</li> <li>• Упражнения на кроватках</li> </ul>	10 минут	Ежедневно

1.5.	<b>Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физические упражнения в основных видах движения;</li> <li>• Спортивные упражнения.</li> </ul>	8-10 минут	Ежедневно во время прогулок
<b>2. Организованная деятельность детей</b>			
2.1.	По физической культуре: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционное;</li> <li>• Игровое;</li> <li>• Комплексное;</li> <li>• Тематическое;</li> <li>• Сюжетно-игровое.</li> </ul>	10 минут	3 раза в неделю
<b>3. Самостоятельная двигательная деятельность</b>			
3.1.	<b>Самостоятельная двигательная активность:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Движения с различными игрушками, пособиями;</li> <li>• Сюжетно-ролевые игры;</li> <li>• Спектакли и театрализованные представления;</li> </ul>	Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе

**КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ  
МЕРОПРИЯТИЙ МДОУ-детский сад «Лесная полянка»**

<b>№</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
<b>Закаливающие процедуры</b>			
1.	- Воздушные ванны после сна и во время НОД по физическому развитию во всех группах. - Хожение по «дорожке здоровья». - Облегченная одежда в группе	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2.	Сон при температуре воздуха в спальне 16 -18 градусов	Ежедневно	Воспитатели
3.	Проведение бодрящей гимнастики после сна для пробуждения	Ежедневно	Воспитатели
4.	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели
5.	Контрастное обливание ног	Ежедневно	Воспитатели
6.	Обмывание лица и рук прохладной водой	Ежедневно	Воспитатели
7.	Босохождение. Хожение босиком по покрытому и непокрытому полу.	Ежедневно	Воспитатели
8.	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	Воспитатели
9.	Игры с водой и песком с целью закаливания (в летний период)	1 раз в неделю	Воспитатели
10.	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
<b>Организация питания</b>			
1.	Фрукты и фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	В течение учебного года	Медсестра, повара

2.	Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию.	Согласно меню и карт раскладок	Медсестра, повара
3.	Использовать в рационе овощные салаты, овощи, чеснок.	В течение учебного года	Медсестра, повара
5.	Витаминизация третьих блюд	В течение учебного года	Медсестра, повара
<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия</b>			
1.	НОД по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед.	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физкультуре
2.	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель
3.	Индивидуальные/подгрупповые физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели, Инструктор по физкультуре
4.	Динамические паузы во время НОД и в свободной деятельности: - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; - массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; - физкультминутки.	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физкультуре музыкальный руководитель,
5.	Дни здоровья	1 раз в месяц	Воспитатели, Инструктор по

			физкультуре медсестра
7.	Спортивный досуг	По плану 1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Дыхательные упражнения	Во время НОД	Инструктор по физкультуре, воспитатели
9.	Динамические упражнения	По плану	Инструктор по физкультуре, воспитатели
10.	Пальчиковая гимнастика	Во время НОД	Воспитатели
11.	Релаксационные упражнения	Ежедневно	Воспитатели
<b>Медико-педагогический контроль</b>			
1.	Контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	заведующий, старший воспитатель, медсестра
2.	Контроль за проведением утренней гимнастики, НОД по физическому развитию	1 раз в месяц	Старший воспитатель
3.	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	Медсестра, старший воспитатель
4.	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе	Ежедневно	старший воспитатель
5.	Контроль за проведением закаливающих процедур.	Ежедневно	Медсестра, старший воспитатель
6.	Контроль за соблюдением санитарно- эпидемиологических требований.	Ежедневно	Заведующий, медсестра



**Развивающая предметно-пространственная среда  
по физическому развитию**

<b>Вид помещения. Функциональное использование</b>	<b>Оснащение</b>
<b>Групповые комнаты</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельная двигательная активность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурный уголок с атрибутами для двигательной активности детей</li> </ul>
<b>Раздевалка (приемная)</b> Информационно просветительская работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Уголок здоровья, папки передвижки</li> </ul>
<b>Методический кабинет</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Осуществление методической помощи педагогам</li> <li>• Организация консультаций, семинаров, педагогических советов</li> <li>• Выставка дидактических и методических материалов для организации работы с детьми</li> </ul>	Библиотека педагогической и методической литературы <ul style="list-style-type: none"> <li>• Библиотека периодических изданий</li> <li>• Пособия для НОД</li> <li>• Опыт работы педагогов</li> <li>• Материалы консультаций, семинаров</li> <li>• Демонстрационный, раздаточный материал для НОД с детьми</li> </ul>
<b>Физкультурный зал</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• НОД по физической культуре</li> <li>• Индивидуальные и подгрупповые занятия</li> <li>• Проведение спортивных развлечений, досугов, праздников</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Библиотека методической литературы</li> <li>• Пособия, игрушки, атрибуты для музыкальных и физкультурных занятий</li> <li>• Музыкальный центр</li> <li>• Подборка аудиокассет, дисков с музыкальными произведениями</li> <li>• Стенка гимнастическая</li> <li>• Маты</li> <li>• Обручи</li> <li>• Дуги для подлезания</li> <li>• Наборы мячей</li> <li>• Гимнастические палки</li> <li>• Атрибуты для общеразвивающих упражнений (ленты, веревки, скакалки, мячи малые, флажки)</li> <li>• Атрибуты для основных видов движений (кегли, кольцебросы, кубики, дорожки на равновесие, мешочки с песком, городки)</li> <li>• Атрибуты для подвижных игр (полумаски, карточки, ленточки, флажки, плоскостные обручи, кубики, кубы)</li> </ul>

<p><b>Медицинский кабинет</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оказание медицинской помощи детям</li> <li>• Оказание профилактической помощи детям</li> <li>• Проведение профилактической работы с детьми, родителями, сотрудниками</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Медицинские карточки детей</li> <li>• Медицинская литература</li> <li>• Технологические карты приготовления различных блюд</li> <li>• Холодильник для хранения профилактических вакцин</li> <li>• Медицинские электронные весы</li> <li>• Ростомер</li> <li>• Кушетка</li> <li>• Медицинский аптечный шкаф</li> <li>• Набор медикаментов для оказания неотложной помощи</li> <li>• Фонедоскоп</li> <li>• Тонометр</li> <li>• Лампа кварцевая</li> </ul>
--	--