

**Содержание**

1. Обоснование программы «Здоровый дошкольник»……………………..3
2. Цели и задачи программы «Здоровый дошкольник»…………………....5
3. Законодательно-нормативное обеспечение программы……………….. 6
4. Основные принципы программы…………………………………………7
5. Функции участников программы…………………………………………7
6. Ожидаемые результаты по реализации программы……………………..9
7. Оценка результатов………………………………………………………...9

8. Основные направления программы:

8.1. Работа с детьми…………………………………………………………..10

8.2. Работа с педагогами……………………………………………………..18

8.3. Работа с родителями воспитанников…………………………………...20

9. Проблемно-ориентированный анализ состояния работы по охране и

укреплению здоровья детей…………………………………………….....22

Приложения

1. **Постановка проблемы**

Жизнь в ХХI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранение здоровья. Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья — не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится,

что здоровье — это не только отсутствие болезней или физических дефектов,

но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно

является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально-экономическое состояние семьи, условия

воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счёте — отношение государства к проблемам здоровья.

Состояние здоровья детей в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. По данным НИИ гигиены и охраны

здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь около 10% от контингента детей, поступающих в школу.

Именно разработка этой программы привела коллектив МДОУ №27 к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, актуализации

внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль, вооружение родителей основами исихолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение.

Также при разработке программы мы исходим из понимания того, что здоровье человека включает несколько — взаимозависимых и взаимообусловленных аспектов. Это физический, интеллектуальный, эмоциональный, социальный, личностный и духовный аспекты здоровья.

Под *физическим аспектом* здоровья понимается то, как функционирует наш организм, здоровье всех его систем.

Под *интеллектуальным* — как мы получаем информацию, знание того,

где можно получить важную информацию и как пользоваться уже полученной информацией.

*Эмоциональный аспект* здоровья означает понимание своих чувств и умение выражать их.

*Социальный аспект* здоровья подразумевает осознание себя в качестве

личности мужского или женского пола и взаимодействие с окружающим.

*Личностный аспект* здоровья означает то, как мы осознаём себя в качестве личности, как развивается наше «я», чего мы стремимся достичь, и что каждый понимает под успехом.

*Духовный аспект* здоровья - суть нашего бытия, то, что действительно

важно для нас, то, что мы более всего ценим.

В ДОУ созданы определенные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития. Это традиционные

формы и методы оздоровительной и лечебно-профилактической работы с

детьми.

В ДОУ есть: физкультурный зал, оснащённый современным оборудованием; площадка оборудованная для физкультурных занятий на улице; для каждой группы созданы условия для прогулки; центры здоровья во всех возрастных группах; медицинский, процедурный кабинеты.

Медицинское обслуживание осуществляют: врач-педиатр, старшая медсестра, сестра. В течение учебного года реализуется оздоровительная работа с детьми: закаливание, витаминопрофилактика, профилактические прививки, оздоровительный массаж, витаминизированное питание, организованы регулярные осмотры детей подготовительных групп врачами-

специалистами. В течение всего года родителей информируем о лечебно-оздоровительной работе, о заболеваемости детей.

Система обеспечения безопасной жизнедеятельности предполагает изучение правил дорожного движения и техники безопасности на занятиях и

в совместной деятельности.

Физическое воспитание в ДОУ осуществляют инструктор физического,

воспитания, воспитатели. Два раза в год детей обследует врач ЛФК, которая дает рекомендации по коррекции здоровья ребенка. В детском саду разработана система корригирующих упражнений по формированию правильной осанки.

В ДОУ ведется целенаправленная работа с родителями воспитанников,

так как, только в тесном контакте педагогов и родителей можно добиться хороших результатов, укрепить и сохранить здоровье ребенка. Кроме этого, в каждой группе создана система по укреплению физического здоровья детей: во всех возрастных группах организация двигательной активности сочетается с закаливающими мероприятиями.

Мы считаем, 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

активного времени, т.е. те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

В результате мониторинга была выстроена система оздоровительной

работы, включающая в себя комплекс медицинских, педагогических мероприятий, в том числе физкультурно-оздоровительных режимов в разных

возрастных группах, что послужило основой для формирования культуры

здоровья у детей.

Исследования опроса родителей показали, что большинство семей (78%) обеспокоены здоровьем детей и методами их оздоровления, 43% родителей оценивают работу детского сада по организации физкультурно-

оздоровительных мероприятий на хорошо, 57% - на отлично. Но в то же время 100 % респондентов отметили, что их устраивает работа по физическому воспитанию в условиях детского сада.

Анкетирование, с целью выявления особенностей физического воспитания в семье показало, что 10 % родителей систематически занимаются физическим воспитанием, 60 % - в выходные дни, 30 % - во время отпуска; На вопрос «Что мешает заниматься с ребёнком» 100 % респондентов отметили, что дефицит времени.

Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и

создать новые условия для воспитания здоровой личности.

Основой реализации здоровьесберегащих мероприятий и программы

будет являться годовой план ДОУ.

**2. Цели, задачи, направления программы**

*Цель программы* — создание оптимальных — здоровьесберегающих

условий в ДОУ для детей дошкольного возраста и педагогов.

**Задачи программы «Здоровый дошкольник»**

1. Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.

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

3. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни,

как показателе общечеловеческой культуры.

4. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (лыжи, баскетбол, плавание, футбол, волейбол, ритмика).

5. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.

6. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.

7. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.

8. Помочь педагогам и родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации и здоровья, поведенческих навыков у них здорового образа жизни.

9. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно- психическое и физическое развитие.

**3. Законодательно-нормативное обеспечение программы**

1. Закон РФ «Об образовании».

2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений.

3. Программа развития МДОУ № 27.

4. Устав МДОУ №27.

**Сроки реализации программы: 2020-2024 г.г.**

**4. Основные принципы программы**

*1. Принцип научности* — подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

*2. Принцип активности и сознательности* — участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

*3. Принцип комплексности и интегративности* — решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

*4. Принцип социальной компенсации* — обеспечение социальной и правовой

защиты детей.

Пропаганда и организация образа жизни в ДОУ — целенаправленная деятельность всего коллектива. К этому привлечены медицинский персонал детского сада, старший воспитатель, педагог-психолог, учителя-логопеды, педагог по изо, музыкальные руководители, воспитатели и родители воспитанников.

**5. Функции каждого участника педагогического процесса по**

**физическому воспитанию детей**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Деятельность |
| Функции медицинских  работников | 1. Организация и контроль соблюдения работников санитарно-гигиенического и противоэпидемиологического режима;  2. Контроль уровня здоровья детей:  определяют и оценивают показатели заболеваемости, физического, функционального и моторного развития, динамику групп здоровья;  3. Контроль выполнения двигательного режима и физических нагрузок на утренней гимнастике и физических занятиях;  4. Проводят профилактику ОРВИ:  контролируют проведение и анализируют эффективность закаливающих процедур;  5. Осуществляют гигиеническое воспитание детей и санитарное просвещение персонала и  родителей;  6. Осуществляют сотрудничество ДОУ с узкими специалистами из детской поликлиники;  7. Витаминизация блюд;  8. Составление индивидуального календаря профилактических прививок. Вакцинация;  9. Первая помощь при травмах. |
| Функции старшего воспитателя | 1. Контролирует организацию мероприятий по физическому воспитанию детей;  2. Оказывает методическую помощь воспитателям;  3. Осуществляет наблюдение за организацией двигательного режима |
| Функции педагога-психолога | 1. Проводит диагностику эмоционального развития детей;  2. Обеспечивает развитие эмоциональной сферы детей;  3.Проводит консультации для педагогов и родителей, на которых раскрывает влияние психологического комфорта на здоровье детей;  4. Проводит занятия для снятия напряжения нервной системы. |
| Функции учителей-логопедов, педагога по изо, музыкальных руководителей, воспитателей | 1.Обеспечивают состояние психологического комфорта каждому ребёнку;  2. Проводит оздоровительные мероприятия и формирует основы ОБЖ;  3. Планирует, отбирает содержание и методы работы с детьми на занятиях с учётом индивидуальных особенностей — ребёнка (здоровья, уровня знаний, развития познавательных процессов);  4. Строит занятие на принципах здоровьесбережения;  5. При планировании занятий определяет задачи развития каждого ребёнка, осуществляет индивидуальный подход;  6. Проводит диагностику уровня представлений и анализ результатов;  7. Вносит в календарный план индивидуальную работу с детьми;  8. Участие в мероприятиях с применением различных форм развития и воспитания детей;  9. Консультации, беседы, родительские собрания. |
| Функции родителей | 1. Ознакомление с результатами диагностики физической подготовленности;  2. Участие в спортивных мероприятиях, присутствие на Днях открытых дверей;  3. Обмен опытом работы с детьми в домашних условиях. |

**6. Ожидаемые результаты реализации программы:**

Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.

1. Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном

детстве заболеваний.

2. Обеспечение статистического учёта, контроля, и анализа на всех уровнях.

3.Обеспечение условий для практической реализации индивидуального

подхода к обучению и воспитанию.

4. Расширение осведомлённости родителей о системе здоровьесбергающей

работы в д/с. Родители и члены семей станут более активно включаться в

планирование и организацию мероприятий, направленных на поддержание

здоровья.

5. Повышение компетентности в области здоровьесбережения.

**7. Оценка результатов**

1.Качественная и количественная система контроля будет отслеживать исполнение мероприятий.

2.Качественная оценка реализации программы субъективная удовлетворённость педагогов, родителей, детей будет отслеживаться при помощи анкетирования, опросов, собеседования.

3. Динамика заболеваемости и посещаемости детей будет отслеживаться по

результатам изучения медицинских карт и журнала посещаемости.

4. В конце учебного года полученные результаты будут анализироваться. Это

станет основой для коррекции программы на последующий период.

**8. Основные направления программы**

1.*Работа с родителями*

2.*Работа с педагогами.*

3.*Работа с детьми.*

**8.1. Работа с детьми**

**Цель:** формирование осознанного понимания здорового образа жизни

и отношения к своему здоровью.

Работа с детьми осуществляется: инструктором физвоспитания, воспитателями, младшим воспитателем, медицинскими работниками, муз. руководителем и др. специалистами ДОУ. Она включает в себя десять

разделов:

1. Диагностика;

2. Полноценное воспитание;

3. Система эффективного закаливания;

4. Организация рациональной двигательной активности;

5. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей;

6. Создание представлений о здоровом образе жизни;

7. Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов;

8. Коррекционная работа;

9. Лечебно-профилактическая работа;

10.Летне-оздоровительные мероприятия.

**1 раздел — Диагностика**

Диагностика — комплекс мероприятий (наблюдение, анкетирование,

тестирование, и др.), которые помогают глубоко узнать ребёнка “во всех

отношениях”, определить исходные показатели психического и физического

здоровья, двигательной подготовленности, объективные и субъективные

критерии здоровья.

Медицинские работники: врач-педиатр и медсестра, изучая анамнез развития ребёнка, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями. Учёт возрастных и личностных особенностей

обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет не только выявить имеющиеся у ребёнка проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности.

Так, воспитатели группы выполняют диагностику педпроцесса, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни; педагоги специалисты ДОУ проводят по своим направлениям (инструктор физвоспитания, логопед, музыкальный руководитель).

При организации оздоровительной, лечебно-профилактической и

коррекционной работы, учитывая физиологическое и психологическое

состояние детей, в режим дня и сетку занятий вносятся изменения в связи с

тем, что некоторые дети занимаются индивидуально, по щадящему режиму.

**П раздел - Полноценное питание**

Рациональное питание является одним из основных факторов, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на рост и состояние здоровья малыша. Правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Рационально составленное меню в детском саду представляет собой такой подбор блюд, который удовлетворяет потребность детей в основных пищевых веществах и энергетических компонентах.

*Принципы организации питания:*

-Выполнение режима питания;

-Гигиена приёма пищи;

-Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;

-Эстетика организации питания (сервировка);

-Индивидуальный подход к детям во время питания;

-Правильность расстановки мебели.

**III раздел — Система эффективного закаливания**

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

*Основные факторы закаливания:*

* Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
* Закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
* Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности

детей на физкультурных занятиях, в других режимных моментах;

* Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
* Постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время

проведения закаливающих процедур.

*В ДОУ проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:*

1. Соблюдение температурного режима в течение дня;
2. Правильная организация прогулки и её длительность;
3. Соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние здоровья детей;
4. Облегчённая одежда для детей в детском саду;
5. Дыхательная гимнастика после сна;
6. Мытьё прохладной водой рук по локоть (индивидуально);
7. Полоскание рта прохладной водой;
8. Комплекс контрастных закаливающих процедур по дорожке “здоровья”

(Игровые дорожки);

*Методы оздоровления:*

- Ходьба по песку (летом), коврику (в межсезонье);

- Контрастное обливание ног (летом);

- Дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года), в т.ч.

по дорожкам препятствий;

- Хождение босиком летом по спортивной площадке.

- Релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);

- Использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре;

**IV раздел — Организация рациональной двигательной активности**

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического

развития, содействует овладению необходимыми движениями. Укрепление

здоровья средствами физического воспитания:

* Повышение устойчивости организма к воздействию патогенных

микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды;

* Совершенствование реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям;
* Повышение физической работоспособности;
* Нормализацию деятельности отдельных органов и функциональных

систем, также возможная коррекция врождённых или приобретённых

дефектов физического развития;

* Повышение тонуса коры головного мозга и создание положительных

эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья.

*Основные принципы организации физического воспитания в детском саду*

1. Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его

физического развития, биологической зрелости и здоровья.

1. Сочетание двигательной активности с общедоступными

закаливающими процедурами.

1. Обязательное включение в комплекс физического воспитания

элементов дыхательной гимнастики. Занятия строить с учётом группы

здоровья (подгрупповые).

1. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная

медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.

1. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей

гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

*Формы организации физического воспитания*

* Физические занятия в зале и на спортивной площадке с элементами

психогимнастики;

* Туризм (прогулки-походы);
* Дозированная ходьба;
* Оздоровительный бег;
* Физкультминутки;
* Физкультурные досуги, праздники, “дни здоровья”;
* Утренняя гимнастика;
* Индивидуальная работа с детьми;

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в

зависимости от задач:

1. Традиционные;
2. Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой

интенсивности;

1. Сюжетно-игровые, дающие более эмоциональные впечатления.
2. Тематические занятия
3. Занятия-тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр;
4. Занятия в форме оздоровительного бега;
5. Музыкальные путешествия — тесная интеграция музыки и движений.

**V раздел - Создание условий организации**

**оздоровительных режимов для детей**

1. Организация режима дня ребёнка в соответствии с особенностями

индивидуально складывающегося биоритмологического профиля.

1. Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады:

оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием

циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка

и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

1. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными

особенностями. Основными изменяющимися компонентами являются

соотношение периодов сна и бодрствования, двигательной активности детей

на открытом воздухе и в помещении.

1. Санитарно-просветительная работа с сотрудниками и родителями.

**VI раздел - Создание представлений о здоровом образе жизни**

Основная идея — здоровый образ жизни не формируется с помощью

отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в ДОУ

должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по

следующим направлениям:

-привитие стойких культурно-гигиенических навыков;

-обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной

помощи;

-формирование элементарных представлений об окружающей среде;

-формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;

-развитие представлений о строении собственного тела, назначении

органов;

-формирование представлений о том, что полезно, и что вредно для

организма;

-выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью,

умение определить свои состояния и ощущения;

-обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и

дорогах;

-вести систематическую работу по ОБЖ, выработки знаний и умений

действовать в опасных жизненных ситуациях.

*Для решения этих задач в ДОУ созданы условия.*

Каждая группа д/сада имеет отдельную раздевальную комнату. Это даёт возможность, как педагогам, так и родителям уделять внимание детям по привитию культурно-гигиенических навыков. Каждого ребёнка педагог и помощник воспитателя учит самостоятельно раздеваться и одеваться, при этом аккуратно складывать свою одежду в шкаф. При всех моментах

обучения и закрепления знаний и умений педагог использует мотивацию.

В группах имеются: отдельные спальные комнаты, где каждый ребёнок имеет свою кровать, которую ежедневно заправляет самостоятельно в старшем возрасте, следит за тем, чтобы она аккуратно и эстетично выглядела, расправляет складочки, морщинки.

Ежедневно педагоги прививают детям стойкие культурно-гигиенические навыки по уходу за своим телом. Для этого имеются в группах отдельные комнаты гигиены. Развитие представлений о строении человеческого тела и назначении органов педагоги формируют через занятия, беседы, игры, наблюдения. Для этого разработаны конспекты, схемы, таблицы, подобран наглядный материал. К детям часто в гости приходят медицинская сестра, врач д/сада, сотрудники ГИБДД, ведут беседы об опасных ситуациях подстерегающих в жизни. Дети решают логические задачи, вспоминают жизненные ситуации. Знания детей, полученные на занятиях и в совместной деятельности, закрепляются в игровой нерегламентируемой деятельности.

**VII раздел - применение психогигиенических и психопрофилактических**

**средств и методов**

*Принципы по разделу программы*

1. Выявление факторов, способствующих возникновению и развитию

стрессовых состояний у детей.

1. Применение психолого-педагогических приёмов, направленных на

купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений. В

комплекс этих приёмов входят индивидуальные беседы воспитателей и

психологов с ребёнком и родителями, применение подвижных, сюжетно-

ролевых и особенно режиссёрских игр, музыкотерапия, использование и

анализ продуктивных видов деятельности детей, отдельные приёмы

рациональной психотерапии.

1. Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в

ежедневном распорядке дня каждого ребёнка.

1. Создание благоприятного психологического климата в группах и в

ДОУ в целом.

1. Организация уголка «Уединения», психологической разгрузки в группе.
2. Использование психоаналитических и личностно ориентированных

бесед с детьми с аффективными и невротическими проявлениями.

1. Рациональное применение музыкотерапии для нормализации

эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции.

1. Использование на физкультурных занятиях элементов

психогимнастики.

*Для осуществления вышесказанных принципов в ДОУ созданы*

*необходимые условия*:

* Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся

к каждому ребёнку.

* Отношения между работниками ДОУ строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания. Сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе.
* Развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых комнат, раздевальных комнат, спальных, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.
* В группах силами воспитателей оборудованы уголки “уединения”, где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике.
* Эмоциональное благополучие ребёнка в д/саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Снижение утомляемости ребёнка на
* занятиях является мотивация к занятию, построение занятия на интересе ребёнка и индивидуальных подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка.
* Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно-ролевые игры - драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник-актёр.

**VIII раздел — Лечебно-профилактическая работа**

Раздел программы направлен на профилактику заболеваемости детей.

В профилактике гриппа и других ОРЗ важным является как специфическое формирование невосприимчивости к определённым инфекционным вирусам, так и стимуляция неспецифических факторов защиты организма.

Для успешной работы в этом направлении медицинский работник собирает сведения о ребёнке при поступлении в ДОУ через анкету и личную беседу. После тщательного изучения карты индивидуального развития ребёнка, условий жизни, особенностей поведения и развития, и с учётом желания родителей намечается план мероприятий по оздоровлению каждого ребёнка индивидуально. Лечебно-профилактическая работа взаимосвязана с

физкультурно-оздоровительной работой и осуществляется в ДОУ в тесной

взаимосвязи между медиками и педагогами. Лечебно-профилактическую

работу осуществляют: педиатр д/сада, медицинская сестра, врачи-

специалисты ЦРБ.

1. ЛФК: дыхательная, нарушение осанки, плоскостопия.

2. Витаминотерапия: аскорбиновая кислота, ревит, витаминизированные

напитки.

3. Иммуномодуляторы: дибазол, элеутерококк.

4. Оксолиновая мазь.

**IX раздел — Летне-оздоровительные мероприятия**

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление

организма, на сопротивляемость к заболеваниям, создание положительных

эмоций.

*Формы организации оздоровительной работы:*

-закаливание организма средствами природных факторов: солнце,

воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;

- физкультурные занятия в природных условиях (в лесной зоне, в парках,

на экологической тропе, спортивной площадке);

- туризм;

- физкультурные досуги и развлечения;

- утренняя гимнастика на воздухе;

- интенсивное закаливание стоп;

- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

* 1. **Работа с педагогами**

*Цель:* повысить педагогическое мастерство и квалификацию педагогов в вопросах здоровьесбережения ДОУ.

Работа с сотрудниками одно из важнейших направлений по укреплению и

сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей,

построенная на принципах:

- просветительная работа по направлениям программы “Здоровье” и т.д.

- консультации воспитателей по сохранению здоровья;

- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в

физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения

дошкольников приёмам личной самодиагностики.

*Организационные методические мероприятия:*

* Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
* Разработка систем физического воспитания основанных на индивидуально-психологическом подходе.
* Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
* Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
* Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
* Разработка и внедрение психологических, — педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
* Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
* Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.
* Пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, распространение рекламно-информационной литературы).
* Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства
* ответственности за своё здоровье.

*Методические рекомендации по оздоровлению.*

Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и

поведенческих навыков здорового образа жизни.

* Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях физкультуры, в перерывах между занятиями, использовать физкультурные минутки, элементы психогимнастики, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
* Необходимо более широко использовать игровые приёмы, создание эмоционально-значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно-значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу,
* фантазию.
* Привитие дошкольникам чувство ответственности за своё здоровье.
* Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
* Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции.
* Беседы, валеологические занятия.
* Психологические тренинги.

Важным направлением деятельности в рамках программы является разработка мероприятий, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, тесно связаны с социальными аспектами жизни

детей, в том числе:

- внедрение сбалансированного разнообразного питания;

- организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.

**8.3. Работа с родителями**

*Цель:* создание полной преемственности детского сада и семьи в вопросах здоровьесбережения.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически

здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: семья, ДОУ, общественность.

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта

семейного воспитания.

4. Установка родителей на совместную работу с целью решения всех

психолого-педагогических проблем развития ребёнка.

5. Вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний,

через психологические тренинги, консультации, семинары.

6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и

психологической среды в семье.

1. Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

**Основные направления работы по физическому**

**воспитанию в ДОУ и семье**

|  |  |
| --- | --- |
| **Реализация задач в ДОУ** | **Реализация задач в семье** |
| Координирование совместной работы инструктора по физическому воспитанию и медицинской сестры по физическому совершенствованию функций организма. | Обеспечение полной информацией  о состоянии здоровья ребёнка. |
| Создавать условия для спонтанной двигательной активности в группах и на территории ДОУ | Соблюдать режим прогулок,  давать возможность ребёнку много  свободно двигаться. |
| Вызывать у детей интерес и потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями. | Ввести семейную традицию занятий  спортом, спортивными играми. |
| Формировать элементарные знания о своём организме, способах укрепления собственного здоровья. | Закреплять знания  самостоятельно выполняя  физические упражнения. Поддерживать режим. |
| Демонстрировать передовой опыт семейного воспитания. | Участвовать в совместных досугах, днях здоровья. |

Использовать следующие формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов,

консультаций.

1. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые)

по проблемам.

1. Дни открытых дверей.
2. Экскурсии по д/саду для вновь прибывших детей.
3. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное

учреждение, так и для вновь прибывших).

1. Совместные занятия для детей и родителей.
2. Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями использовать план изучения семьи:

1. Структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст,

образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношение

родителей к детям, стиль общения).

1. Социальный статус отца, матери в семье; степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка.
2. Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры,

подготовленность родителей, знание свосго ребёнка, адекватность оценок

своего поведения.

*Методы, используемые педагогами в работе.*

1. Анкета для родителей.
2. Беседы с родителями.
3. Беседы с ребёнком.
4. Наблюдение за ребёнком.
5. Изучение рисунков на тему “Наша семья” и их обсуждение с детьми.
6. Посещение семьи ребёнка.

**9. Проблемно-ориентированный анализ состояния работы по охране и**

**укреплению здоровья детей за 2020-2024 учебные года**

С целью обеспечения высокого уровня охраны и укрепления здоровья детей, их физического, психического развития, реализации программы дошкольного учреждения, в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями в ДОУ созданы все необходимые условия.

* Имеются два зала: для физкультурных занятий и музыкальных. Оба зала полностью оборудованы. Физкультурный зал оснащён инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, “бегущая дорожка”, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопии, степ платформы, массажёры для стоп в т. ч. из нестандартного оборудования для “игровых дорожек”, оборудование для вестибулярного аппарата (диски“здоровья”), имеются в наличии мячи, обручи, мешочки с песком, лыжи, канаты, кегли и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
* Спортивная площадка для занятий на воздухе имеет специальное современное покрытие, оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: “ямой” для прыжков в длину, “полосой препятствий” для развития выносливости, гимнастической стенкой.
* Имеется картотека для подвижных игр с необходимыми шапочками и другими атрибутами;
* Имеется большая картотека для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр;
* В каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
* На территории д/сада имеется экологическая тропа с обширной лесной зоной, где дети отдыхают, проводятся экологические занятия, праздники в увлекательной форме, экологические досуги и развлечения.
* В каждой возрастной группе имеются зоны уединения для снятия эмоционального напряжения.

Для эффективного оздоровления и совершенствования детского

организма, повышения его работоспособности, развития защитных сил от

неблагоприятных факторов внешней среды, в детском саду используются

разнообразные формы и методы работы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Формы** | **Содержание** |
| 1. | Обеспечение здорового ритма жизни | - Щадящий режим (адаптационный  период); гибкий режим;  - Организация микроклимата и стиля  жизни в группе.  - Оснащение (спортинвентарём,  наличие спортзала, спортивных  уголков в группах) |
| 2. | Физическое развитие | - Утренняя гимнастика;  - Физкультурные занятия;  - Подвижные игры;  - Профилактическая гимнастика  (дыхательная, логоритмическая,  улучшение осанки, плоскостопие);  - Спортивные игры;  - Динамические паузы;  - Приём детей на улице в тёплое время года;  - Двигательная активность на прогулке;  - Физкультминутки;  - Игры, хороводы, игровые упражнения. |
| 3. | Гигиенические и водные процедуры | - Умывание;  - Мытьё рук;  - Обеспечение чистоты среды;  - Полоскание рта; |
| 4. | Свето - воздушные ванны | - Проветривание помещений;  - Прогулки на свежем воздухе;  - Обеспечение температурного  режима и чистоты воздуха;  - Облегчённая одежда;  - Обширное умывание. |
| 5. | Активный отдых | - Развлечения, праздники;  - Дни здоровья;  - Каникулы. |
| 6. | Нетрадиционные формы | - Пальчиковая гимнастика;  - Оздоровительный бег;  - Игровой массаж;  - Дыхательная гимнастика;  - Сказкотерапия;  -Положительные эмоции с использованием музыки. |
| 7. | Физиотерапия | - Кварц |
| 8. | Пропаганда ЗОЖ | - Периодические информационные материалы |

Одно из ведущих мест в комплексе оздоровительных мероприятий ДОУ занимает сбалансированное питание, которое осуществляется в соответствии с Положением, в котором расписаны требования к устройству, оборудованию, содержанию пищеблока, требованию к режиму питания,

нормам питания. На основании положения и требований СанПиН разработано десятидневное меню по сезонам с учетом потребностей детского

организма в основных пищевых веществах, выполнения натуральных норм и

калорийности. Имеются технологические карты приготовления блюд, документация по питанию, которая ведется по форме и своевременно заполняется. Ежедневно дети получают необходимое количество белков, жиров, углеводов, проводится витаминизация третьего блюда аскорбиновой

кислотой. Меню включает разнообразный ассортимент первых, вторых овощных блюд, салатов. В рационе всегда присутствуют свежие овощи, зелень, фрукты, соки, витаминизированные напитки.

Вопрос организации питания в детском саду находится под постоянным контролем бракеражной комиссии и общественной мобильной группы контроля.

Для реализации задач физического воспитания большое внимание

уделяется повышению двигательной активности детей и правильному ее

регулированию. Системная работа по физическому воспитанию включает:

* - утреннюю гимнастику;
* - физкультурные занятия с компонентом дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, релаксационных пауз;
* - подвижные игры и игровые упражнения в помещении и на улице.

В режим дня активно включается пальчиковая гимнастика, способствующая развитию мелкой моторики и тактильных ощущений.

Существенное место в решении задач физического воспитания занимаю формы активного отдыха: развлечения и дни здоровья. Они способствуют созданию оптимального двигательного режима, влияющего на повышение функциональных возможностей ребенка, улучшение его работоспособности и закаленности, являются эффективным средством всестороннего развития и воспитания.

Для решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач

используются гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения и т.д.

Ежегодно проводятся консультации для родителей и педагогов,

направленные на сохранение и укрепление здоровья детей, их физического

развития и формирование привычки к здоровому образу жизни.

Общее санитарно-гигиеническое состояние ДОУ соответствует

требованиям Госсанэпиднадзора: питьевой, световой и воздушный режимы

соответствуют нормам.

Для обеспечения безопасности пребывания ребенка в ДОУ педагоги

знакомят детей с различными чрезвычайными ситуациями, развивают психологическую устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, защитные рефлексы и навыки само- и взаимопомощи, формируют сознательное, ответственное и бережное отношение детей к своей безопасности и безопасности окружающих, способствуют приобретению элементарных знаний и умений по защите жизни и здоровья как своего, так и окружающих.

Регулярные занятия по физической культуре, закаливающие мероприятия, индивидуальная коррекционная работа с детьми, дают положительный результат, что благоприятно влияет на развитие детей дошкольного возраста.