

Оглашовано:
Педагогическим советом
МБДОУ «Д/с № 47»
Протокол № 1
28, 08 2020г.

Принято:
на педагогическом совете
МБДОУ «Д/с № 47»
Протокол № 1
«8» 08 2020г.



ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ

«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ!»

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 47»

2020 год.

Пояснительная записка

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Проведенный анализ заболеваемости в МБДОУ «Д/с № 47» показал, что большая часть поступивших детей имеет 2 группу здоровья, есть хронические патологии, дети с ограниченными возможностями здоровья. Это означает, что такие дети чаще и дольше болеют, что приводит к повышению заболеваемости. Учитывая данные мониторинга состояния здоровья воспитанников, в соответствии с программой развития ДОО, творческой группой разработана базовая оздоровительная программа «Азбука здоровья».

Цель программы: Сохранение, укрепление здоровья детей, обеспечение их гармоничного развития, безопасности жизнедеятельности, эмоционально – психологического благополучия через формирование у родителей, педагогов, воспитанников представлений о здоровом образе жизни, осмысленного отношения к здоровью как важной жизненной ценности.

Задачи программы:

1. Способствовать созданию психолого-педагогических условий развития двигательной сферы и здоровья детей на основе их творческой активности.
2. Реализовать комплекс здоровьесберегающих технологий в ходе воспитательно-образовательного процесса.
3. Повысить профессиональные компетенции педагогов по организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.
4. Активизировать взаимодействие с родителями (законными представителями) по сохранению и укреплению здоровья детей.

Особенности осуществления образовательного и воспитательного процесса:

Охрана и укрепление здоровья, воспитание основ здорового образа жизни является приоритетным направлением деятельности всего коллектива детского сада. В связи с этим в МБДОУ «Д/с № 47» организована разносторонняя деятельность, направленная на сохранение здоровья детей, реализацию комплекса воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий. Воспитание ребенка дошкольного возраста происходит в деятельности ребенка, поэтому важнейшим условием для обеспечения этой деятельности можно считать создание предметно-развивающей среды. В детском саду функционируют: прогулочные площадки, спортивная площадка на улице, музыкальный зал, спортивный зал. Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В физкультурном зале достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов.

Оборудование соответствует возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Материалы, из которых изготовлено оборудование, отвечает гигиеническим требованиям, экологически чистые и прочные. Большинство физкультурных пособий используется детьми в процессе выполнения физических упражнений и подвижных игр.

Помещение оборудовано системами отопления и вентиляции в соответствии с требованиями. Проветривание и влажная уборка

проводится перед каждым занятием. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. В отсутствии детей. Уровень естественного и искусственного освещения соответствовать санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Для развития физических качеств и воспитания потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в каждой группе оборудованы физкультурные уголки, в которых есть необходимое физкультурное оборудование, атрибуты для подвижных игр. Воспитателями накоплен богатый материал: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены. Дети самостоятельно и под руководством воспитателя получают элементарные знания и навыки по формированию основ здорового образа жизни.

Нормативно - правовая база

1. Пересмотрены в соответствии с новыми нормами СанПиН и ФГТ, утверждены:

- Учебный план ДОУ
- Режим пребывания дошкольников в ДОУ в холодный и теплый период года, режим в адаптационный период
- Расписание образовательной деятельности
- 10- дневное меню
- План медицинского обслуживания детей

2. Разработаны:

- Двигательный режим в каждой возрастной группе
- Циклограммы работы музыкального и физкультурного залов
- Инструкции по охране жизни и здоровья детей

3. Определена система физкультурно-оздоровительной работы с детьми

4. Заключен договор о сотрудничестве с МБОУ СОШ № 11

5. Проведено профессиональное гигиеническое обучение персонала, коллектив ознакомлен с новыми санитарными правилами и нормами СанПиН, с ФГТ, 2 раза в год проводится инструктаж по охране жизни и здоровья детей.

Основные принципы программы

-Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.

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

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

-Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровнего развития и состояния здоровья.

-Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Основные направления программы

1. Лечебно-профилактическое

- 1.1. Профилактика заболеваний.
- 1.2. Национальный календарь профилактических прививок.
- 1.3. Обеспечение рационального питания, С-витаминизация пищи и др.

2. Оздоровительный режим

- 2.1. Построение режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями детей.
- 2.2. Соблюдение требований СанПиН 2.4.1.3049-13 к режиму проветривания и освещения в помещениях ДОУ, санитарному содержанию помещений, организации и проведению режимных процессов, к одежде и обуви детей, к подбору мебели, к подбору игрового и дидактического материала.
- 2.3. Обеспечение психологической безопасности личности ребенка (создание благоприятного эмоционально-психологического микроклимата, психологически комфортная организация режимных моментов, оптимальный двигательный режим, правильное распределение физических и интеллектуальных нагрузок, использование приемов релаксации в режиме дня, психогимнастики).
- 2.5. Использование разных видов оздоровительной гимнастики: утренней, пальчиковой, дыхательной, артикуляционной, зрительной, ритмики, степ-аэробики, логоритмики и гимнастики после дневного сна.
- 2.6. Рациональное использование в режиме дня физкультминуток, элементов релаксации, включение музыки во время проведения режимных моментов.
- 2.7. Организация активных форм отдыха детей: проведение Дней здоровья, спортивных праздников, малых олимпиад, участие в городских спортивных состязаниях.
- 2.8. Использование индивидуально-дифференциированного подхода к каждому ребёнку.
- 2.9. Еженедельное проведение одного физкультурного занятия на улице.
- 2.10. Контрастное воздушное закаливание.

3. Физическое воспитание

- 3.1. Система организации двигательной активности детей в ДОУ.
- 3.2. Осознанное отношение детей к выполнению упражнений под руководством взрослого.
- 3.3. Создание условий для преобладания положительных эмоций во всех видах двигательной активности.
- 3.4. Обязательное ежедневное проведение подвижных игр.

4. Формирование основ безопасного поведения и здорового образа жизни

- 4.1. Проведение специальной работы по формированию основ здорового образа жизни: беседы, занятия, наблюдения, чтение художественной литературы, экскурсии, элементарная поисковая деятельность с целью формирования первичных представлений о значимости здоровья и здорового образа жизни для человека.
- 4.2. Спортивные праздники, досуги и развлечения.

5. Работа с родителями(законными представителями)

- 5.1. Пропаганда здорового образа жизни в семье, установление взаимодействия между дошкольным учреждением и семьёй в вопросах воспитания здорового ребёнка: Анкетирование, опросы, тестирование.
- 5.2. Беседы, консультирование (буклеты, стендовая информация, индивидуальные беседы, консультации на сайте ДОУ).
- 5.3. Родительские собрания, день открытых дверей, просмотры видов деятельности, проведение совместных спортивных мероприятий, досугов, фотовыставки и видеопрезентации.

Предполагаемый результат Программы

1. Создание психолого-педагогических условий развития двигательной сферы и здоровья детей на основе их творческой активности.
2. Реализацию комплекса здоровьесберегающих технологий в ходе воспитательно-образовательного процесса.
3. Повышение профессиональной компетенции педагогов по организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.
4. Активизация взаимодействия с родителями (законными представителями) по сохранению и укреплению здоровья детей.

Участники реализации программы: воспитанники, педагоги, родители (законные представители).

Сроки реализации Программы: 2020 - 2025г.г.

Содержание Программы «Азбука здоровья»

Работа по формированию представления и навыков здорового образа жизни реализуется через все виды деятельности детей. С учетом этого была разработана модель интеграции образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

Образовательная область	Задачи
«Физическое развитие»	Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важные условия сохранения и укрепления здоровья детей.
«Познавательное развитие»	Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.
«Социально-коммуникативное развитие»	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части ЗОЖ. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека.
«Художественно – эстетическое	Использование художественных произведений для обогащения и закрепления содержания

развитие»	образовательной области «Здоровье». Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания образовательной области «Здоровье».
«Речевое развитие»	Обогащение активного словаря, развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

Существуют определенные факторы взаимодействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ. Поэтому работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ строится на определенных принципах организации воспитательно – образовательного процесса:

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, личностно - ориентированного общения взрослого и ребенка;
- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом);
- Обучение приемам пальчиковой гимнастики, и гимнастике для глаз, занятиям на тренажерах, способах страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни;
- Проведение тематических занятий на группах;
- Проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю (одно на свежем воздухе);
- Проведение недели здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.

Разработана комплексная работа по формированию здорового образа жизни у дошкольников

<i>Разделы</i>	<i>Содержание</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
Самопознание	Мой организм. Важно уточнить знания детьми названий и местоположения разных органов чувств и частей тела у себя, здоровье и болезнь.	Дети могут назвать органы и части тела. Чем отличается здоровый человек от больного.
Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний	Гигиена тела. Кожа, Функциональное назначение. Уход за кожей, волосами и ногтями. Гигиена полости рта. Общее представление о ротовой полости. Уход за зубами. Гигиена деятельности и двигательной активности. Режим дня. Активный и пассивный отдых. Сон. Гигиена органов зрения, слуха. Профилактика инфекционных заболеваний. Микромир: микробы. Взаимодействие человека с	Ребенок должен быть опрятным, регулярно выполнять гигиенические процедуры, поддерживать в чистоте игрушки в группе и дома. Дошкольник должен иметь навыки правильной чистки зубов, сформированную привычку чистить зубы 2 раза в день, вовремя лечить кариес. Ребенок должен соблюдать режим дня, уметь распознавать признаки утомления, в том числе и зрительные. Дошкольник должен иметь сформированные

		<p>микромиром «Хорошие» и «Плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытье рук, чесночная и луковая терапия.</p>	<p>стереотипы мытья рук перед любым приемом пищи, уметь использовать «пассивную защиту» (отдельная посуда, мытье рук), знать для чего делают прививки.</p>
Питание и здоровье	здоровье	<p>Питание — основа жизни. Важнейшие пищевые источники, как происходит пищеварение. Представление об основных пищевых веществах, их значение для здоровья. Непереносимость отдельных продуктов и блюд. Правила поведения за столом.</p> <p>Гигиена питания. Мытье овощей и фруктов. Правила ухода за посудой.</p>	<p>Ребенок должен уметь соблюдать элементарные правила режима питания, пользоваться столовыми приборами.</p> <p>Ребенок к 7 годам должен уметь мыть посуду, иметь навыки обработки фруктов и овощей перед употреблением.</p>
Основы личной безопасности и профилактики травматизма		<p>Безопасное поведение на дорогах. Основные ситуации: переход улицы, середина проезжей части улицы, «Родители с детьми». Правила безопасности у ж/д путей.</p> <p>Бытовой и уличный травматизм. Опасные факторы современного жилища, игровой площадки. Опасность при игре с острыми предметами. Опасность открытого окна, катание на перилах.</p> <p>Элементарные правила безопасности при катании на санках, велосипеде, самокате.</p> <p>Оказание первой помощи при ссадине, царапине.</p> <p>Поведение в экстремальных ситуациях. Экстремальная ситуация, связанная с незнакомым человеком.</p> <p>Правила поведения при пожаре.</p> <p>Вызов экстренной помощи: 01, 02, 03, 04, службы спасения (112, 911)</p>	<p>Ребенок должен оценить ситуацию на дороге, переключаться на самоконтроль.</p> <p>Ребенок должен распознавать опасные зоны на улице, получение травмы, ожога, избегать их.</p> <p>Применять на практике правила безопасности при катании на санках и велосипеде.</p> <p>Уметь оказывать помощь себе и другим при простых травмах. Уметь распознавать негативные реакции животного, насекомого.</p> <p>Ребенок должен освоить три модели поведения экстремальной ситуации: «Зови на помощь», «Принимай меры самостоятельно».</p> <p>Уметь выполнять последовательные действия по эвакуации при возникновении пожара. Владеть навыками по самоспасению, когда поведение незнакомого человека кажется опасным.</p>
Культура потребления медицинских услуг		<p>Обращение с лекарственными препаратами. Польза и вред медикаментов. Осторожное обращение с лекарствами, которые хранятся дома.</p>	<p>Ребенок должен знать, что применять лекарства только по назначению врача, родителей и в присутствии родителей, не пробовать неизвестные таблетки.</p>

Использование форм организации образовательной деятельности в соответствии с ОПДОО МБДОУ «Д/с № 47»

<i>Режимные моменты</i>	<i>Совместная деятельность педагога с детьми</i>	<i>Самостоятельная деятельность детей</i>
<i>Формы организации детей</i>		
индивидуальные подгрупповые	групповые подгрупповые индивидуальные	индивидуальные парные микрогруппы
- Беседы - Индивидуальные занятия - Решение проблемных ситуаций - Экспериментирование	- Рассматривание иллюстраций - Моделирование ситуаций - Решение проблемных ситуаций - Экспериментирование - Гимнастики (утренняя, дыхательная, артикуляционная, мимическая, зрительная) - Непосредственно образовательная деятельность в интеграции	- Гимнастики (утренняя, дыхательная, артикуляционная, мимическая, зрительная) - Дидактические и настольные игры

Внедрение здоровьесберегающих технологий

- 1) *Технологии сохранения и стимулирования здоровья:* ритмика, степ-аэробика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, оздоровительный бег в теплое время года, ходьба на лыжах.
- 2) *Технологии обучения здоровому образу жизни:* физкультурное занятие, проблемно-игровые ситуации (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия по валеологии, самомассаж, точечный самомассаж.
- 3) *Коррекционные технологии:* музыкотерапия, сказкотерапия, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

Стратегический план улучшения здоровья детей МБДОУ «Детский сад №47»

Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Срок выполнения
Оптимизация режима				
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Все группы	ежедневно	Воспитатели Старшая медсестра	В течение года
Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом			Старший воспитатель	В течение года

возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы	ежедневно	Специалисты ДОУ	
Физкультурные занятия	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
Гимнастика после дневного сна	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года
Музыкально – ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели	В течение года
Спортивные праздники	Все группы	2 раза в год	Инструктор по физической культуре воспитатели	В течение года
Спортивные развлечения	Все группы	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре Воспитатели	В течение года
Неделя здоровья	Все группы	2 раза в год	Старший воспитатель Воспитатели	В течение года
Гимнастика для глаз	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года
Физкультминутки	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
Подвижные игры	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
Оздоровительный бег	Старший дошкольный возраст	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре	в теплое время года
Ходьба на лыжах	Старший дошкольный возраст	1раз в неделю	Инструктор по физической культуре	в зимнее время года
Витаминизация 3 –го блюда	Все группы	ежедневно	Ст. медсестра повар	В течение года
Воздушные ванны	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года
Прогулки на воздухе	Все группы	2 раза в день	воспитатели	В течение года
Гимнастика после сна босиком	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года
Мытье рук по локоть после сна	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года

Игры с водой	Все группы	по плану	воспитатели	В течение года
Включение в утреннюю гимнастику и занятия физкультурой упражнений по профилактике плоскостопия и осанки	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года

План-график физкультурно-оздоровительных мероприятий на 2020-2021 уч. г.

Дата	Мероприятия	Тема	Участники
7 сентября	Развлечение	«Играем – устали не знаем!»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 02)
14 сентября	Развлечение	«Играем – устали не знаем!»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 03)
21 сентября	Развлечение	«Наш веселый огород»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 05)
28 сентября	Развлечение	«Наш веселый огород»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 08)
	Развлечение	«Безопасная дорога»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 07)
	Развлечение	«Безопасная дорога»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 09)
	Развлечение	«Где прячутся витамины?»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 04)
	Развлечение	«Где прячутся витамины?»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 06)
5 октября	Спортивный час	«Ребятам о зверятах»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 02)
12 октября	Спортивный час	«Ребятам о зверятах»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 03)
19 октября	Спортивный час	«Зоозарядка»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 05)
26 октября	Спортивный час	«Зоозарядка»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 08)
	Спортивный час	«Птичник»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 07)
	Спортивный час	«Птичник»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 09)
	Спортивный час	«Осенний переполох»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 04)
	Спортивный час	«Осенний переполох»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 06)
5 ноября	День Здоровья спортивные праздники	«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» «Бегай, прыгай, детвора!» «Где прячется здоровье»	Группы младшего возраста №03 и № 02 Группы старшего возраста №05 и №08 Группы старшего возраста, №09, №07

	Городские состязания	«Мы одна команда» «Малые олимпийские игры»	Взрослые и дети групп старшего дошкольного возраста №06, № 04 Участники спортивного клуба «Олимпик»
7 декабря	Досуг	«Зимушка – зима»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 02)
14 декабря	Досуг	«Зимушка – зима»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 03)
21 декабря	Досуг	«Белые медведи»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 05)
28 декабря	Досуг	«Белые медведи»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 08)
	Досуг	«Новогодние игрушки»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 07)
	Досуг	«Новогодние игрушки»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 09)
	Досуг	«Снежная страна»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 04)
	Досуг	«Снежная страна»	Группа старшего дошкольного возраста (№06)
	Фестиваль	«ГТО»	Участники спортивного клуба «Олимпик»
11 января	Развлечение	«Мы мороза не боимся»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 05)
18 января	Развлечение	«Мы мороза не боимся»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 08)
25 января	Развлечение	«Рассеянный с улицы Басейной»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 07)
	Развлечение	«Рассеянный с улицы Басейной»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 09)
	Развлечение	«Все профессии нужны»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 04)
	Развлечение	«Все профессии нужны»	Группа старшего дошкольного возраста (№06)
8 -12 февраля	Неделя здоровья	«Малая зимняя олимпиада»	Группы старшего дошкольного возраста с участием родителей, педагогов, СОШ.№11
1 марта	Развлечение	«Мамочки спортивные»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 02)
15 марта	Развлечение	«Мамочки спортивные»	Группа младшего дошкольного возраста (№ 03)
22 марта	Развлечение	«Ярмарка»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 07)
	Развлечение	«Ярмарка»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 09)
	Развлечение	«Весенняя капель»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 04)
	Развлечение	«Весенняя капель»	Группа старшего дошкольного возраста (№06)
15 апреля	День Здоровья спортивные праздники	«Полетаем на ракете» «Полет к другим планетам» «Ждите нас – звезды!» «Космические состязания»	Группы младшего возраста №03 и № 02 Группы старшего возраста №06, № 04 Группы старшего возраста, №09, №07 Взрослые и дети групп старшего дошкольного возраста №05 и №08

10 мая	Развлечение	«Широка страна моя родная!»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 05)
17 мая	Развлечение	«Широка страна моя родная!»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 08)
Развлечение	«Кто живет в траве?»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 07)	
Развлечение	«Кто живет в траве?»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 09)	
24мая	Развлечение	«Незнайка в стране безопасности»	Группа старшего дошкольного возраста (№ 04)
	Развлечение	«Незнайка в стране безопасности»	Группа старшего дошкольного возраста (№06)
7-11 июня	Неделя здоровья	«Летнее многоборье»	Все группы, родители, педагоги.
июль	Спортивный праздник	«Праздник мыльных пузырей!»»	Все группы
август	Состязания	«День физкультурника»	Все группы, родители, педагоги.

Работа с педагогическим коллективом – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей. При этом одной из основных задач, является задача по созданию системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление психического и физического здоровья каждого ребенка.

В педагогическом коллективе внедряются новые системы социального сопровождения дошкольников при выпуске в школу. Внедряются современные методы мониторинга здоровья. Разрабатываются критерии оценки состояния здоровья. При взаимодействии с КШП, внедряется сбалансированное питание (десятидневное меню).

Педагогическим коллективом организуются и проводятся мероприятия по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в детском саду:

- по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ;
- создание развивающей среды в группах;
- создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;
- спортивные и музыкальные праздники и развлечения;
- создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольном учреждении в целом;
- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребенок);
- предоставление дополнительных услуг (работа кружков оздоровительной направленности) для детей
- проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;
- проведение с детьми практических занятий по теме «Опасные ситуации»
- **реализация перспективного плана мероприятий на 2018– 2019 учебный год.**

Возраст	Название	Сроки проведения	Ответственные
01. Младший дошкольный возраст 2-3 года	1. «Вот как мы умеем» развлечение 2. «Научим клоуна Васю делать зарядку» - НОД. 3. «Мы веселые ребята – любим прыгать и скакать!» досуг совместно с родителями.	Октябрь Февраль Май	Шиянова А.И. Демко В.В
02. Младший дошкольный возраст 3-5 года	1. «Нам сказка помогает спортом заниматься» Досуг 2. «Веселые игры» Спортивный час 3. «Спорт нам нужен» НОД	Сентябрь Февраль Апрель	Фомина А.А. Капустина О.М.
03. Младший дошкольный возраст 4- 5 лет	1. «В гостях у Майдодыра»- развлечение 2. «Мы живем, не тужим - мы со спортом дружим»- фотовыставка 3. «Здоровейкины друзья»- викторина	Ноябрь Февраль Май	Суетина О.А.
04. Старший дошкольный возраст 6-7 лет	1. «Будем здоровы» Флешмоб 2. «Здоровый образ жизни» Игровая ситуация 3. «Я люблю спорт!» Фотовыставка	Сентябрь Февраль Апрель	Апанская Ж.В. Болгова А.А.
05. Старший дошкольный возраст 5-6 лет	1. «С физкультурой мы дружны - нам болезни не страшны!» Развлечение 2. «Мы здоровью скажем да!» КВН 3. «Физкульт – ура!» выставка рисунков	Ноябрь Февраль Май	Володина Н.А. Глухова М.Н.
06. Старший дошкольный возраст 6-7 лет	1. «Мы за здоровый образ жизни» Досуг с родителями 2. «Витамины нам нужны» НОД 3. «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу» Фотовыставка	Октябрь Февраль Апрель	Романенко Т.П. Доронина К.В.
07. Старший дошкольный возраст 6-7 лет	1. Консультация для родителей: «Здоровым быть здорово!» 2. «Вперед за здоровьем!» спортивный час совместно с родителями. 3. «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!» Флешмоб	Сентябрь Декабрь Апрель	Минаева О.Н. Русакова Е.Н.
08. Старший дошкольный возраст 5-6 лет	1. Консультация для родителей на заседании клуба «Забота»: «Полезные и вредные продукты в рационе детей» 2. «Центр здоровья» сюжетно-ролевая игра.	Сентябрь	Метелкина Л.А. Лидовских Н.А.

	3. Выпуск агитационной листовки: «Безопасность в лесу и на воде» (Родители и дети)	Февраль Май	
09. Старший дошкольный возраст 5-7 лет	1. «Достань здоровье из корзины» НОД 2. «Где прячется здоровье» досуг. 3. Квест-игра: «Безопасное лето»	Ноябрь Февраль Май	Мальцева С.А Труфанова Е.И.
10. Младший дошкольный возраст 3-5 года	1. «Витаминная семья» игровая обучающая ситуация с элементами ЭИД 2. «Путешествие в страну Здоровейка» тематический день 3. КВН: «Азбука здоровья»	Октябрь Февраль Май	Белобаева Е.В. Маркитантова И.И.
Старший дошкольный возраст	Организация работы спортивного клуба «Олимпик»	в течение года	инструктор по физической культуре
Все возрастные группы	Проведение Дней здоровья.	1 раз в квартал	инструктор по физической культуре
Все возрастные группы	Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий	1 раз в месяц в каждой возрастной группе	инструктор по физической культуре
Старший дошкольный возраст	Групповые выставки детских рисунков по формированию основ здорового образа жизни.	в течение года	воспитатели групп
Все возрастные группы	Проведение НОД, бесед, игр по приобщению детей к ЗОЖ	в течение года	воспитатели групп
Все возрастные группы	Проведение ежедневных оздоровительных мероприятий	в течение года	воспитатели групп, инструктор по физической культуре
Все возрастные группы	Проведение консультаций с родителями	в течение года	воспитатели групп, инструктор по физической культуре
Все возрастные группы	Пополнение предметно – развивающей среды дидактическими играми, пособиями, детской художественной литературой и т.д.	в течение года	воспитатели групп, инструктор по физической культуре
Все возрастные группы	«Малая зимняя олимпиада»	Февраль	инструктор по физической культуре
Все возрастные группы	«Летнее многоборье»	Июнь	
Все возрастные группы, родители воспитанников	Проведение спортивных соревнований совместно с родителями	Сентябрь, Февраль,	инструктор по физической культуре

		Июнь	
Группы старшего дошкольного возраста	Участие в городских спортивных соревнованиях	по плану	инструктор по физической культуре
Группы старшего дошкольного возраста	Участие в мероприятиях на спортивных объектах города	по плану	инструктор по физической культуре

В рамках реализации программы «Здоровый ребенок» распределены функциональные обязанности работников ДОО:

Заведующий ДОО:

- общее руководство по внедрению программы «Азбука здоровья»;
- анализ реализации программы «Азбука здоровья»- в конце года;
- контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей;

Старший воспитатель:

- проведение мониторинга (совместно с воспитателями и специалистами);
- контроль за реализацией программы «Азбука здоровья».

Педиатр:

- обследование детей по скрининг - программе и выявление патологии; утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности оздоровления, показателей физического развития.

Инструктор по физкультуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- включение в физкультурные занятия:
- упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия; упражнений на релаксацию;
- закаливающие мероприятия: сниженная температура воздуха; облегченная одежда детей;
- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни.

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий: закаливания; упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей и в семье

Старшая медсестра:

- пропаганда здорового образа жизни;
- организация рационального питания детей;
- иммунопрофилактика;
- лечебные мероприятия;

-реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану

Заместитель заведующего по хозяйственной части:

-создание материально-технических условий;

-контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы «Азбука здоровья»;

Повар:

-организация рационального питания детей;

-контроль за соблюдением технологий приготовления блюд;

-контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке.

Младший обслуживающий персонал:

-соблюдение санитарно-охранительного режима;

-помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий;

Эффективность работы по укреплению здоровья детей зависит от четкой слаженной работы с родителями (законные представители)

Родители - активные участники оснащения предметно - развивающей среды, спортивных праздников, практикумов, консультаций, целью которых является гармонизация детско-родительских отношений.

Программа содержит базовый компонент, который конкретизируется с учетом социального статуса семьи, контингента воспитанников и заинтересованности педагогического состава ДОУ и состоит из ряда направлений, каждое из которых включает комплекс тем.

Принципы взаимодействия с семьей

- Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия — принцип без которого все попытки наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу - значит направить совместные действия на воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

- Принцип «Активного слушателя» - это умения педагогов «возвращать» в беседе родителям то, что они вам поведали, при этом обозначив их чувства.

- Принцип согласованности действий. Правила должны быть согласованы педагогами и родителями между собой, в противной ситуации ребенку невозможно усвоить правила здорового образа жизни.

- Принцип самовоспитания и самообучения. Ребенок чувствует, как никто другой, обман со стороны взрослого. Потерять доверие со стороны ребенка очень легко, завоевать трудно и почти невозможно, если его постоянно обманывают.

- Принцип ненавязчивости. Благодаря этому принципу педагоги и родители могут себя чувствовать партнерами в воспитании у дошкольников здорового образа жизни.

- Принцип жизненного опыта. Делиться своим опытом и выслушать опыт родителей, в совместных действиях в общении с детьми.

- *Принцип безусловного принятия.* Принимать ребенка — значит любить его не за что, что он красивый, умный, способный, отличник и т.д., а просто так, за то, что он есть!

Этапы работы с семьей

Этапы	Задачи
1.Подготовительный (ознакомительный)	Заинтересовать и побудить родителей включиться в воспитательно-образовательный процесс по формированию основ здорового образа жизни, узнать как можно больше о ДОУ, которые посещает их ребенок.
2.Просветительский	Совершенствование содержания и образования в д/саду в соответствии с реализуемой программой «Здоровый ребенок»: <ul style="list-style-type: none"> • подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды; • распространение лучшего опыта семейного воспитания; • подбор литературы по ЗОЖ в библиотеке.
3.Совместной деятельности с семьей.	<ul style="list-style-type: none"> • формирование взаимопомощи с семьей в воспитании и занятиях с детьми; • проведение спортивных праздников, акций, Дня открытых дверей, с обеспечением возможности совместного участия родителей и детей; • обогащение совместной деятельности родителей и детей в формировании участков для двигательной активности.

Формы и виды работы с семьей

Формы	Виды
Интерактивная	<ul style="list-style-type: none"> - анкетирование - интервьюирование - дискуссия - консультации специалистов - малые зимняя и летняя олимпиада - родительский клуб - мастер-класс
Традиционная	<ul style="list-style-type: none"> - родительские собрания, тренинги - семейные спортивные соревнования - спортивные досуги, развлечения

Просветительская	<ul style="list-style-type: none"> - использование возможностей сайта ДОУ для освещения деятельности по формированию основ здорового образа жизни у детей - выпуск бюллетеней, информационных листков, семейных газет - стенд «Здоровая семья – здоровый ребенок» - информация в группах
------------------	--

Задачи и общая стратегия по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду и дома

<i>В семье</i>	<i>В ДОО</i>
1. По мере материальной возможности позаботиться о создании условий для физического развития детей.	1. В группе создавать условия для свободной двигательной деятельности детей.
2. Желательно приобрести несколько настольно-печатных игр (учитывая возраст детей) по формированию привычки к здоровому образу жизни.	2. Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснять родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.
3. Заранее согласовывать выполнение режима дня дома в выходные дни.	3. Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек - как основу становления характера ребенка.
4. Вспоминать о своем детстве и рассказывать какими видами спорта вы любили заниматься, в какие подвижные игры вы играли со сверстниками.	4. Оказывать постоянное внимание и проявлять уважение к выбору подвижных игр. Привлекать детей, обучающихся в различных спортивных секциях к взаимообучению сверстников.
5. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +20 -+22 °С.	
6. Дома оборудовать рабочее место ребенка, правильно расположив его по отношению к окну.	6. Соблюдение требований САНПиНа по организации жизни детей в ДОУ.
7. Формировать умение детей самостоятельно выполнять все гигиенические процедуры.	
8. Уделять особое внимание культуре поведения ребенка за столом.	
9. Осуществлять закаливающие процедуры с использованием воды, воздуха, солнечных лучей в соответствии с состоянием здоровья, рекомендации врача.	
10. Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.	10. Пропагандировать среди родителей детскую литературу, являющуюся педагогически ценной.
11. Личный пример взрослых родителей и педагогов — мы за здоровый образ жизни: отказ от вредных привычек; участие в	

спортивных соревнованиях; пешеходные прогулки; здоровое питание; соблюдение режима дня; двигательная активность и т.п.

12. По мере возможности расширять сферу реальных контактов с людьми, ведущими здоровый образ жизни.	12. Обогащать знания детей о жизни и деятельности людей, ведущих здоровый образ жизни.
---	--

Педагогическая диагностика реализации программы

<i>форма</i>	<i>периодичность</i>	<i>ответственный</i>
Анализ заболеваемости дошкольников	Сентябрь, январь, май	Старшая медсестра
Анкетирование, интервьюирование детей и родителей	Сентябрь, май	зам. зав. по ВОР
Исследование наполняемости развивающей предметно-пространственной среды в ДОО	1 раз в квартал	зам. зав. по ВОР инструктор по физической культуре
Контроль за планированием, проведением запланированных мероприятий, соблюдением требований СанПиН, нормативных документов	по плану	заведующий, заместители заведующего, медицинские работники

Литература:

Е.А. АЛЯБЬЕВА Нескучная гимнастика Москва 2014год
Т.Е. ХАРЧЕНКО утренняя гимнастика в детском саду Москва 2009год
М.Ю. КАРТУШИНА Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-7лет Москва 2012год
ГОЛИЦЫНА Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении Москва 2006
Н.Г. МЕТЕЛЬСКАЯ 100 физкультминуток на логопедических занятиях Москва 2010год
И.Е. АВЕРИНА Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ Москва 2006год
Е.С. АНИЩЕНКОВА пальчиковая гимнастика Москва 2007год
Л.П. ФАТЕЕВА 300 подвижных младших школьников Ярославль 2000год
Л.Н. СИВАЧЕВА Физкультура – это радость спортивные игры с нестандартным оборудованием Санкт-Петербург 2002г
Г.В. ГЛУШКОВА Л.Г. ГОЛУБЕВА Физическое воспитание в семье и ДОУ Москва 2005год
М.Ф. ЛИТВИНОВА Русские народные подвижные игры
Н.М. СОЛОМЕННИКОВА Организация спортивного досуга дошкольников 4-7лет Волгоград 2011год
М.Ю. КАРТУШИНА Праздники здоровья для детей 6-7лет. Сценарии для ДОУ 2010год
Н.Н. ЕРМАК Физкультурные занятия в детском саду.
М.Н. КУЗНЕЦОВ Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ Москва 2007год
К.К. УТРОБИНА Занимательная физкультура для дошкольников 3-5лет Москва 2003год
К.К. УТРОБИНА Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет Москва 2004год