

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 258  
И. П. Стотик



Оздоровительная  
программа МБДОУ № 258  
«Здоровый дошкольник»

Ростов-на-Дону  
23/24 учебный год

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей .

Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления дошкольников в ДОО. Программа определяет основные направления, задачи, а так же план действий и их реализацию.

Программа способна создать новые условия для воспитания здоровой личности .

## **Раздел 1**

### **1.1. Общие положения.**

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физического дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам здоровья.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

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

Поэтому в ДОО необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребёнка, учёте и использования особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определённых условий.

### **1.2. Цель программы**

Программа «Здоровый малыш» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей , педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

### **1.3.Основные задачи**

1. Воспитание у детей осмысленного отношения к физическому и духовному здоровью. Расширение на этой основе адаптивных возможностей детского организма.
2. Формирование и совершенствование двигательной сферы ребёнка через рациональную организацию двигательной активности.
3. Развитие и стабилизация эмоциональной сферы ребёнка как основы психического здоровья.
4. Развитие познавательного интереса к своему телу и его возможностям.

### **1.3.Идея программы**

Здоровьесберегающая модель образовательной системы ДООУ как переход к ориентации на реально существующие типы детей, уровень их здоровья, максимальное развитие имеющихся у них способностей, учёт основных психофизических характеристик.

### **1.4.Гипотеза**

Образовательный процесс в ДООУ будет значительно эффективнее, если педагоги будут работать в рамках единой комплексной оздоровительно-развивающей среды.

### **1.5.Законодательно-нормативное обеспечение программы**

- Конституция Российской Федерации;
- Конвенция о правах ребенка от 13.12.1989 г;
- Семейный Кодекс Российской Федерации;
- Закон Российской Федерации № 273–ФЗ от 29.12.2012. «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПиН 2.4.1.3049 – 13»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Конвенция о правах ребенка от 13.12.1989 г;
- Уставом детского сада №511 от 22.11.1993г, утверждён приказом департамента образования мэрии города Ярославля. № 01-05/419 от 22.06.2015.
  - Лицензией: от 27.10.2015. №334/15 серия 76Л02 №0000586 бессрочная.
- О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организационных формах обучения. Письмо Минобрнауки России от 14.03.2000 г. № 65/23-16;
- Договор об образовании по образовательным программам дошкольного образования.

## **1.5. Объекты программы**

- Дети дошкольного образовательного учреждения.
- Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
- Педагогический коллектив образовательного учреждения.

### **1.5.Ожидаемые результаты**

- 1.Создание здоровьесберегающей развивающей модели, способствующей не только сохранению, но и развитию здоровья физического, психического, социального.
- 2.Осуществление здоровьесберегающей организации воспитательного процесса.
3. Апробация и внедрение в практику работы ДООУ развивающих оздоровительных технологий с учётом психотипа, уровня здоровья, способностей детей.
4. Снижение заболеваемости у детей на 3 %.
5. Отсутствие травматизма.
- 6.Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
7. Обеспечение статистического учёта, контроля и анализа на всех уровнях.
8. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
9. Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья детей.

## Раздел 2

### 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 адресованности и преемственности** – поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья.
- 5. Принцип результативности и гарантированности** – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

## Раздел 3

### Основные направления программы

1. Работа с детьми.
2. Работа с педагогами.
3. Работа с родителями.

## Раздел 4.

### Обеспечение реализации основных направлений программы

#### 4.1. Условия реализации задач, намеченных программой «Здоровый малыш»:

В детском саду имеется:

- физкультурно-музыкальный зал, оборудованный необходимым инвентарём.
- спортивная площадка для занятий на воздухе, оснащённая необходимым инвентарём и оборудованием.
- картотека подвижных игр с необходимыми атрибутами.
- картотека физкультминуток и пальчиковых игр.

- в каждой возрастной группе уголки движения (спортивные уголки) для самостоятельной и совместной деятельности.
- медицинский блок со специальными лечебно-профилактическими приборами («Витафон», бактерицидные лампы, ингаляторы), массажный кабинет для проведения массажей.
- территория детского сада оборудована малыми игровыми и спортивными формами для организации двигательной деятельности. Площадки озеленены, что даёт возможность для детского отдыха, организации поисковой и опытнической деятельности.
- наличие специалистов: учителей-дефектологов, педагога-психолога, музыкального руководителя, медицинских сестёр по массажу.
- наличие кабинета психологической разгрузки, в каждой возрастной группе имеются уголки уединения для снятия эмоционального напряжения.

## **4.2. Работа с детьми.**

### **4.2.1. Педагогические наблюдения**

Диагностика – комплекс мероприятий, определяющий исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, критерии здоровья, проблемы и потенциальные возможности детей.

Медицинские работники, изучая анамнез развития ребёнка, выявляют часто болеющих детей, детей с хроническими заболеваниями, дают рекомендации педагогам по организации оздоровительной работы.

Воспитатели наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни и в игре.

Педагог-психолог выявляет индивидуальные особенности поведения и эмоционально-волевой сферы.

Учитель-дефектолог изучает особенности развития психических процессов.

Музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

Инструктор по ФК изучает особенности физического развития детей.

Итогом обследования является проведение ПМПк, на котором обсуждаются диагностические данные по выявленным проблемам у детей, берутся под контроль наиболее сложные дети, намечается дальнейший план индивидуальной работы.

### **4.2.2. Полноценное питание.**

*Принципы организации питания:*

- выполнение режима питания.
- гигиена приёма пищи.
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания.
- эстетика организации питания.

- правильность расстановки мебели.

#### 4.2.3. Система закаливания.

*Комплекс закаливающих мероприятий:*

- соблюдение температурного режима в течение дня.
- правильная организация прогулки и её длительность.
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей.
- облегчённая одежда для детей в детском саду.
- сон с доступом свежего воздуха в тёплое время года.
- гимнастика после сна.
- мытьё прохладной водой рук.
- полоскание рта водой комнатной температуры.
- ходьба по дорожкам «Здоровья».
- контрастное обливание ног (летом).
- хождение босиком (летом).

#### 4.2.4. Организация рациональной двигательной активности

*Режим двигательной активности составляют:*

№ п/п	Виды физкультурно-оздоровительных мероприятий	Вариативность проведения
1.	Утренний приём на улице	Подвижные игры.
2.	Утренняя гимнастика (ежедневно в зале или на воздухе)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционный комплекс (типовой, сюжетный и др.)</li> <li>• Подвижные игры</li> <li>• Оздоровительные пробежки</li> <li>• Эмоционально-стимулирующая</li> </ul>
2.	Динамические паузы между НООД	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровые упражнения</li> <li>• Двигательные задания</li> <li>• Развитие мелкой и общей моторики</li> </ul>
3.	Физкультминутки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пальчиковая гимнастика</li> <li>• Имитационные упражнения</li> <li>• Общеразвивающие</li> </ul>

4	Физкультурные занятия (2 занятия в неделю - в зале, 1 - на воздухе)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционные</li> <li>• Ритмическая пластика</li> <li>• Тематические</li> <li>• Интегрированные</li> <li>• Игровые (подвижные игры, спортивные игры)</li> <li>• Соревнования</li> </ul>
5.	Подвижные игры и физические упражнения (на прогулке)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижные игры</li> <li>• Спортивные упражнения и спортивные игры</li> <li>• Упражнения для индивидуальной работы</li> <li>• Подготовительные упражнения для новых, основных движений</li> <li>• Катание на санках, скольжение.</li> </ul>
6.	Коррекционная работа с детьми по развитию движений	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнения на формирование осанки и стопы</li> <li>• Упражнения на развитие мелкой моторики</li> <li>• Индивидуальные игры и упражнения</li> </ul>
7	Упражнения после сна (Игровой массаж А. Уманской)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Коррекционно-профилактические упражнения</li> </ul>
8.	Пальчиковая гимнастика.	Упражнения на развитие мелкой моторики. Пальчиковые игры.
9	Самостоятельная двигательная активность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность</li> </ul>
10	Физкультурные праздники, досуги	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивные игры</li> <li>• Игры-эстафеты</li> <li>• Соревнования</li> </ul>
11.	Логопедическая ритмика.	Специальные коррекционные занятия
12.	Дни здоровья	Тематические дни.



#### **4.2.5. Условия организации оздоровительных режимов для детей.**

1. Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи, сон, общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.
2. Оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
3. Достаточный по продолжительности дневной сон детей. Длительность сна определяется индивидуальным проявлением структур головного мозга.
4. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Основными изменяющимися компонентами являются состояние периодов сна и бодрствования, двигательной активности детей на открытом воздухе и в помещении.
5. Санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями.
6. Присутствие в режиме дня элементов психо-эмоциональной разгрузки.
7. Вариативность режимов с учётом нестандартных ситуаций.

#### **4.2.6. Формирование представлений о здоровом образе жизни.**

1. Привитие стойких культурно-гигиенических навыков.
2. Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
3. Формирование элементарных представлений об окружающей среде.
4. Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
5. Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
6. Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
7. Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояния и ощущения.
8. Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
9. Вести систематическую работу по ОБЖ. (Спецкурс «Познай себя»).

#### **4.2.7. Использование психологических и психопрофилактических средств и методов.**

*Психологический блок программы включает 3 направления:*

1. Общение.
2. Психотерапия.
3. Пространственно-педагогическая среда.

*1. Принципы общения:*

- выявление факторов, способствующих возникновению стрессовых состояний у детей.
- сотрудничество с детьми и взаимопонимание.
- исключение неприязни к детям и своих отрицательных эмоций.

- игнорирование неудач.
- качественные объективные оценки.
- запрет на сравнение детей с кем-либо в невыгодном свете, не ставить в пример.
- использование форм невербальной поддержки.
- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребёнка.
- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДООУ в целом.
- использование психолого-педагогических приёмов, направленных на предупреждение аффективных проявлений: индивидуальные беседы, применение подвижных игр, сюжетно-ролевых и режиссёрских игр.
- проведение эмоционально-стимулирующей гимнастики, специально организованных практических занятий, направленных на обучение детей основам коммуникации, обогащения эмоционального опыта ребёнка, смягчению и устранению эмоциональной неустойчивости, агрессивности, тревожности (Цикл занятий «Азбука общения»).

## *2. Виды терапии:*

- основой психотерапии является психогимнастика ( М.И.Чистякова «Психогимнастика») – курс специальных упражнений, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка, как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.
- песочная терапия. Формы и варианты песочной терапии определяются особенностями конкретного ребёнка, специфическими задачами работы и её продолжительностью.
- музыкотерапия. Музыкотерапия включает в себя регулярное, ежедневное использование музыкальных пауз, игру на детских музыкальных инструментах, использование музыкальных игр в свободной деятельности.
- сказкотерапия. Интегративные технологии, оказывающие положительное влияние на психическое развитие в целом.

## *3. Требования, предъявляемые к развивающей среде ДООУ.*

- соблюдение комфортности и безопасности через создание сходства обстановки интерьера групповой комнаты с домашней обстановкой.
- обеспечение богатства сенсорных впечатлений.
- обеспечение самостоятельной индивидуальной деятельности.
- обеспечение возможности для исследовательской деятельности.
- создание развивающей предметно-пространственной среды, использование экспериментирования как одного из аспектов развития личности.
- наличие разнообразной предметной среды для развёртывания опытно-экспериментальной деятельности: мерные стаканы, нестандартные мерки, приборы, вода, глина, песок и т.д.

#### **4.2.8.Коррекционно-педагогическая работа с детьми.**

1. Коррекционно-педагогическое воздействие, направленное на устранение речевого дефекта у детей: специально организованная образовательная деятельность, гимнастика артикуляционного аппарата, пальчиковые игры.
2. Специальная дефектологическая непосредственно организованная образовательная деятельность, направленная на развитие психической, физической, личностной сферы, а так же оздоровление всего организма ребёнка.

#### **4.2.9.Лечебно-профилактическая работа.**

- 1.Массаж по направлению врача: общий, специальный, корректирующий, оздоровительный и т.д..
- 2.Специальные физкультурные комплексы: дыхательная гимнастика; упражнения на коррекцию осанки, плоскостопия; Формы организации индивидуальная, комплексная.
- 3.Фитотерапия: отвары, настои из трав ( по назначению врачей). Фитонциды.
- 4.Витаминотерапия: аскорбиновая кислота, «Ревит», витаминизированные напитки.
- 5.Иммуномодуляторы (по назначению врача).

#### **4.2.10.Летнеоздоровительные мероприятия.**

*Формы организации оздоровительной работы:*

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, приоткрытых фрамугах, ходьба босиком.
- физкультурные занятия на воздухе.
- физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе.
- обливание ног водой, душ.
- интенсивное закаливание стоп.
- витаминизация.

#### **4.3. Работа с педагогами.**

*1. Состояние образовательного процесса и состояния здоровья:*

- комплексная оценка состояния здоровья.
- диагностика состояния здоровья.
- диагностика среды жизнедеятельности (образовательная, психологическая, семейная).

*2. Разработка комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей:*

- подготовка и переподготовка квалифицированных специалистов ДООУ.
- разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, распространение информационной литературы).

*3. Оценка эффективности мероприятий, направленных на улучшение состояния здоровья:*

- оценка эффективности программы.

#### **4.4. Работа с родителями**

*Задачи работы с родителями:*

- повышение педагогической культуры родителей.
- изучение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
- просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

*Формы работы с родителями:*

- Проведение родительских собраний, консультаций, круглых столов, семинаров.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- Дни открытых дверей.
- Показ открытых занятий для родителей.
- Организация совместных дел.
- Наглядная агитация, анкетирование.

**Критерии оценки эффективности программы  
«Здоровый малыш».**

<b>№</b>	<b>критерии</b>	<b>ответственные</b>	<b>выполнение</b>
1.	Степень адаптации ребёнка в детском саду: -поведение, -настроение, -работоспособность, -характер засыпания и пробуждения, утомляемость, -аппетит, -поведение на организованных занятиях	педагоги	
2.	Пропуск одним ребёнком по болезни	педагоги, ст.медсестра.	
3.	Детская заболеваемость	ст.медсестра	
4.	Индекс здоровья	ст.медсестра	
5.	Результат профилактических осмотров, антропометрия.	врач, ст.медсестра.	
6.	Динамика распространённости хронических заболеваний.	врач,ст.медсестра.	
7.	Реализация на практике деятельности по развитию и укреплению здоровья, следование принципам здорового образа жизни, ценностное отношение к здоровью, культуре здоровья.	педагоги	
8.	Уровневая оценка психофизического развития детей: -личностное развитие (контактность, статус в детском коллективе, выраженность эмоций). -развитие познавательных психических процессов: внимание, память, мышление, воображение, речь, восприятие. -кругозор. -двигательное развитие.	педагоги.	

--	--	--	--

## Обеспечение реализации основных направлений программы

<b>Техническое и кадровое обеспечение</b>		
1	<b>Приобретение необходимого оборудования</b> - медицинского ( фильтры для очистки воды, аэроионизатор) -технического (холодильники, кипятильник) -спортивного(малые тренажёры, мячи, сухой бассейн) - мебели (стулья, шкафы для игрушек, синтезатор)	Заведующий Завхоз
2	<b>Осуществление ремонта</b> -коридоров -игровых площадок - музыкального зала -спортивной площадки	Заведующий Завхоз
3	<b>Оборудование помещений</b> - музыкального зала	Заведующий
4	<b>Пополнение среды нестандартными пособиями</b> - чудо-коврики - тренажёры	Заведующий
5	<b>Введение дополнительных услуг</b> -музыкально-театральной деятельности - спортивные	Заведующий
6	<b>Открытие клуба «Здоровья» для педагогов</b>	Инструктор по физо.
7	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ)	
	<b>Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение.</b>	
1.	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнение оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей.	Заведующий Ст.восп.
2.	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик .	Ст. воспит.
3.	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: - ароматотерапия. - эмоционально-стимулирующая гимнастика.	Ст.воспит

	- сказкотерапия.	
4.	Проведение упорядочения учебной нагрузки и активного отдыха детей ( сокращение количества коллективных занятий , введение дней радости, каникул, гибкий график занятий и т.д. )	Заведующий Ст. воспит.
5	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей. (Кодекс чести педагога)	Воспитатели.
6	Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды в ДОУ, внедрение новых эффективных моделей.	Воспитатели.
7	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск информационных листов, проведение цикла лекций, консультаций )	Воспитатели.
8	Осуществление тесного контакта с медико-психолого-педагогическими , социальными и культурными службами города детская городская поликлиника №4, библиотека имени Чернышевского.	Заведующий
9	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	

## Формы и методы оздоровления детей

№	Формы и методы	Содержание	Дети
1	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адаптационный период) - гибкий режим -организация микроклимата и стиля жизни группы - учёт индивидуальных особенностей развития, способностей и потребностей.	Все группы
2	Физические упражнения.	- утренняя гимнастика (коррекционно-оздоровительная , эмоционально-стимулирующая ) - физкультурно-оздоровительные занятия - подвижные и динамические игры -профилактическая гимнастика ( дыхательная, улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	Все группы
3	Гигиенические и водные процедуры	- умывание -мытьё рук - игры с водой -обеспечение чистоты среды	Все группы
4	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (сквозное) - сон при открытых фрамугах - прогулки на свежем воздухе - обеспечение температурного режима и чистого воздуха.	Все группы
5	Активный отдых	- развлечения, праздники -игры-забавы - дни здоровья -каникулы	Все группы
6	Арома-и-фитотерапия	- ароматизация помещений - фитотерапия (чай, отвары) - аромаподушки - аромамедальоны	Все группы
7	Диетотерапия	- рациональное питание - учёт индивидуальной переносимости продуктов.	Все группы
8	Свето-ицветотерапия	- обеспечение светового режима -цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
9	Музыкотерапия	- музсопровождение режимных моментов - музоформление фона занятий	Все группы



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- музтеатральная деятельность</li> <li>- хоровое пение</li> </ul>	
10	Аутотренинг и психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы</li> <li>- коррекция поведения</li> <li>-интегративные технологии</li> </ul>	Все группы
11	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> <li>-босохождение</li> <li>-игровой массаж</li> <li>-дыхательная гимнастика</li> <li>- обширное умывание</li> </ul>	Все группы
12	Физиотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- витафон</li> <li>- ионизатор воздуха</li> </ul>	Все группы
13	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- курс лекций и бесед</li> <li>- спецзанятия (ОБЖ)</li> </ul>	Все группы

План лечебно-оздоровительных мероприятий.

Месяц	Мероприятия	Дозировка	Дети
09	1. Витаминизация 2. Фиточай «Осенний аромат» 3. Фитонциды «Волшебный лучок» 4. Ионизация воздуха. 5. Полоскание рта водой комнатной температуры.	1 драже 1 раз в день ежедневно в 10 часов ежедневно в обед 5 дней в неделю ежедневно после принятия пищи	Все дети
10	1. Витаминный напиток «Янтарный» красная рябина 2. Фитонциды «Волшебный лучок» 3. Ионизация воздуха. 4. Полоскание рта водой комнатной температуры. 5. Лечебное орошение зева р-р йодиола	ежедневно в 10 часов ежедневно в обед  ежедневно после принятия пищи по назначению врача	Все дети    ЧБД
11	1. Лечебный сеанс «Родничок» полоскание горла настоем трав 2. Лимонная долька «Сластёна» 3. Живая вода (очищенная) 4. Целебная пилюля Неболейка (дибазол)	1 раз в день ежедневно  в неограниченном количестве 10 дн, по ¼ таблетки по назначению врача	Все дети
12	1. Эликсир «Бодрость» витамин «С» 2. Лечебная смазка носика 3. «Волшебная приправа» (фитонциды чеснок) 4. Драгоценный медальон (с чесноком внутри)	В течение месяца ежедневно	Все дети
1	1. Фиточай «лесная сказка» (мята, мелисса, смородина, земляника) 2. «Волшебная приправа» фитонциды	1 раз в день в 10 часов	Все дети
2	1. Лечебный сеанс «Морской прибой» полоскание рта «Морской водой» - по ½ ч.л. соли, ½ ч.л. соды, 1 капля йода. 2. Свекольная капля (в нос)	1 раз в день  1 раз в день	Все дети

3.	1.Коктейль «Изюминка» ( шиповник) 2. Лимонная долька	1 раз в день	Все дети
4.	1.«Волшебная капля» (экстракт элеутерококка) по назначению врача 2.Целебный напиток «Золотой букет» (мята, шиповник)	1 к 1 раз в день ежедневно в 10 часов	Все дети
5	Зелёные салаты « Весна»	50 г ежедневно	Все дети

# Структура внедрения здоровьесберегающих методик, технологий в УВП ДОУ

## *1. Ознакомление с теоретическими основами методики, технологии*

Определение оздоровительной направленности и значимости для ребёнка	Педагогико-психолого-медицинская оценка эффективности и прогноз результатов
---	---

## *2. Изучение мнения родителей и получение семейной поддержки*

## *3. Создание условий и оформление необходимого материала*

## *4. Включение методики в педагогический процесс.*

## *5. Анализ результатов использования*

Мониторинг детей

Спецопрос родителей, педагогов

## *6. Показ результатов*

Открытые мероприятия

Выступления

Наглядный материал

## *7. Выводы и предложения*

## Модель тактики работы педагогов с родителями.

### *1 этап. Ознакомительный*

Сбор информации (собеседование, анкетирование, наблюдение)	Выделение группы риска (по результатам исследования)
--	--

### *2 этап. Общепрофилактический*

Наглядная агитация (стенды, памятки)	Встречи со специалистами
--------------------------------------	--------------------------

### *3 этап. Работа с группой риска*

Выявление проблем (беседы, наблюдения, опросы)	Коррекция родительских установок (беседы)
--	---

### *4. этап Индивидуальная работа.*

Выявление, знакомство с опытом семейного воспитания	Консультативная индивидуальная помощь (по запросам)
---	---

### *5. этап. Рефлексивный*

Выявление изменений родительских установок	Дополнительное обсуждение отдельных вопросов (с привлечением специалистов)
--	--

### *6. этап Интегративный*

Мероприятия	Совместное обсуждение проблем
-------------	-------------------------------

### *7. этап Перспективный*

Совместное обсуждение планов на будущее
---

**Модель взаимодействия педагога-психолога и воспитателя с родителями для повышения эффективности коррекционной работы.**

Профилактика	Создание условий
	Наглядная пропаганда
	Чтение специальной литературы
	Консультативный диалог
Диагностика	Беседы
	Тесты, анкеты
	наблюдения
Коррекция	Рекомендации
	Специальные занятия с детьми
	В режимных моментах
	Занятия, игры и т.д.

**Обследование детей.**

<b>I. этап доврачебное обследование</b>	
Анкетный тест – опрос родителей	Измерение артериального давления
Проверка слуха	Оценка физического развития и физической подготовленности
Исследование остроты зрения	Оценка состояния опорно-двигательного аппарата
<b>II. этап осмотр врачом-педиатром.</b>	
Комплексная оценка состояния здоровья детей	Выявление детей с хронической патологией
<b>III. этап – осмотр врачами-специалистами поликлиники</b>	
Диспансерное наблюдение в ДОУ	

**План работы по обеспечению безопасности жизнедеятельности  
воспитанников в МДОУ №78.**

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Утверждение плана работы по ОБЖ	сентябрь	
2.	1. Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей. 2. Выполнение инструкций по ТБ, правил и инструкций по ПБ. 3. Инструктаж по ОТ для персонала. (по плану.)	постоянно	Виноградова Т.П.
3.	<i>Организация предметно-развивающей среды в ДОУ:</i> 1. Контроль за санитарным состоянием помещений. 2. Контроль за состоянием спортивного оборудования в зале и на прогулочных площадках. 3. Техническая исправность оборудования. 4. Уровень освещения помещений. 5. Подбор и расстановка мебели. 6. соответствие развивающей среды возрасту детей.	постоянно	Медсестра Ст.воспитатель Завхоз
4.	<i>Медико-санитарное сопровождение образовательного процесса в ДОУ:</i> 1. Медицинский контроль за условиями воспитания и обучения, своевременное выявление нарушений здоровья воспитанников. 2. Соблюдение учебной нагрузки. 3. Выполнение закаливающих и оздоровительных мероприятий. 4. Контроль за организацией питания. 5. Контроль за соблюдением противэпидемиологического режима. 6. Соблюдение личной гигиены работниками ДОУ. Медосмотр сотрудников.	постоянно	Ст.медсестра.
5.	1. Разработка планов-конспектов по разделу ОБЖ. 2. Контроль в рамках недели безопасности: организация обучения детей правилам дорожного движения, правил ПБ, правил	согласно плану.	

	поведения.		
6.	<i>Работа с воспитанниками ДОУ:</i> 1.Проведение «Недели здоровья» 2. Курс специальных коррекционных занятий «Познай себя» 3.Выставки детских работ по тематике ОБЖ. 4.Выставки совместных работ и родителей по тематике БЖ.	согласно плану	
7.	<i>Работа с родителями:</i> 1.Консультации. 2. Выпуск информационных бюллетеней. 3. Выпуск тематической газеты ДОУ. «Зайчонок.RU». 4. Родительские консультационные дни.	согласно плану	



## **Функции специалистов ДОУ в организации коррекционно-развивающей оздоровительной среды.**

### **Воспитатель:**

- Обеспечение гибкого оздоровительного режима.
- Наблюдение за динамикой развития детей.
- Коррекционная работа.
- Использование оздоровительных технологий.
- Работа с родителями.

### **Учитель-логопед:**

- Обеспечение гибкого, щадящего режима.
- Обогащение словарного запаса, формирование лексико-грамматического строя речи.
- Формирование звукопроизношения с использованием оздоровительных технологий.
- Гимнастика артикуляционная, пальчиковая, дыхательная, для глаз.
- Массаж и самомассаж языка, лица; физкультминутки, упражнения на релаксацию.
- Работа с воспитателями и родителями.

### **Педагог-психолог:**

- Развитие всех психических функций.
- Психокоррекционная работа (индивидуальная, групповая).
- Текущее обследование.
- Работа с педагогами и родителями.

### **Учитель-дефектолог:**

- Обеспечение гибкого оздоровительного режима.
- Комплексная оценка развития.
- Коррекционная работа (индивидуальная, подгрупповая).
- Текущее обследование, наблюдение.
- Работа во взаимодействии с педагогами ДОУ.
- Работа с родителями.

### **Медицинская сестра:**

- Вакцинация, витаминизация, медикоментозная помощь.
- Физиотерапия.
- Лечебно-профилактические мероприятия.
- Закаливание.
- Контроль за питанием.

### **Массажист:**

- Индивидуальный лечебно-коррекционный и общеукрепляющий массаж.

### **Инструктор по ЛФК:**

- Коррекция нарушения осанки, положения стоп, комбинированных дефектов.
- Формирование двигательного режима.

## Карта здоровья.

1. Ф.И. ребёнка
2. Дата рождения
3. Группа здоровья
4. Маркировка мебели
5. Антропометрические данные

Дата	Вес	Рост	Артериальное давление	Оценка физического развития

6. Хронические заболевания:

7. Противопоказания:

8. Рекомендации врача

## 9.Пропуски по болезни

год	09	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8

## 10.Закаливание:

### **закаливание воздухом:**

- утренний приём на свежем воздухе и гимнастика;
- воздушные ванны;
- воздушные ванны с упражнениями;
- сон с доступом свежего воздуха;
- солнечные ванны.

### **закаливание водой**

- умывание в течение дня прохладной водой;
- полоскание рта кипячёной водой;
- топтание по мокрой дорожке;
- ходьба по гальке, залитой солёной водой;
- обливание под душем.

### Дополнительные оздоровительные мероприятия:

- массаж (оздоровительный, специальный, коррегирующий и пр)
- игровой массаж.

Осень	Зима
Весна	Лето

## Критерии оценки эффективности программы «Здоровый малыш».

Критерии									
Медицинский					Психолого-педагогический				
Степень адаптации	Доля дней проведённых в группе по факту.	Пропуск дней одним ребёнком по болезни.	Индекс здоровья.	Результаты профилактических осмотров.	Динамика распространения хронических заболеваний	Познавательное развитие	Личностное развитие	Психическое развитие	Двигательное развитие
Лист адаптации	Табель (посещаемость по факту : на посещаемость по плану x100)	Табель Число дней пропущенных по болезни: среднесписочный состав )	(Число не разу не болевших детей: среднесписочное количество детей x 100)	Данные антропометрии , осмотров специалистов.	Результаты осмотров, мониторинг..	Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Здоровье». Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Безопасность». Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Познание». формирование целостной картины мира, расширение кругозора.	Исследование педагога-психолога(Контактность, статус в коллективе, выраженность эмоций и т.д.)	Диагностика психических процессов	Доля детей освоивших в полном объёме образовательную программу по ОО «Физическая культура». Количество детей освоивших в полном объёме образовательную программу :на количество детей x 100
						Количество детей освоивших в полном объёме образовательную программу :на количество детей x 100.			