

ПРИНЯТО

На Совете педагогов №1
от 30 августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ ЦРР –
д/с №28 «Дельфинчик»

Т. А. Ситникова



**Программа «Здоровье»
муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения «Центр развития
ребенка – детский сад №28 «Дельфинчик»
городского округа Ступино Московской
области (МАДОУ ЦРР – д/с «Дельфинчик»)
на 2019 – 2022 г.**

Ступино 2019

Содержание

Раздел 1	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Паспорт программы.....	4-5
1.3. Концептуальные основы программы.....	6
1.3. Основные принципы программы.....	6
Раздел 2.	
2. Анализ условий и основные показатели МАДОУ.....	7
2.1. Материально-техническое обеспечение МАДОУ.....	7-8
2.2. Кадровый состав МАДОУ.....	9
2.2. Анализ здоровья детей и заболеваемости.....	10
2.3. Анализ психологического здоровья детей.....	10-11
2.4. Анализ организации работы в группах раннего возраста.....	11-12
2.5. Физическое развитие детей.....	13
2.6. Анализ готовности к школе.....	14
Раздел 3.	
3. Основные направления программы и пути их реализации.....	15
3.1. Работа с детьми.....	16-21
3.2. Работа с педагогами.....	22-23
3.3. Работа с родителями.....	23-24
3.4. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса.....	24
4. План реализации мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников в доу.....	25-27
5. Комплексный план мероприятий по реализации «Плана охраны и укрепления здоровья воспитанников и работников МАДОУ ЦРР д/с № 28 «Дельфинчик» на 2016-2019 гг	28-29
Раздел 4. Приложение.....	30

РАЗДЕЛ 1.

1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Здоровье» разработана в соответствии с «Законом об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273. Содержание Программы соответствует федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования, целям и задачам основной общеобразовательной программы муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения.

Необходимость создания программы «Здоровье» обусловлена беспокойственностью состоянием здоровья подрастающего поколения. Ухудшение здоровья достигло масштабов национальной проблемы, поэтому актуальность вопроса по сохранению и укреплению здоровья детей и молодежи ни у кого не вызывает сомнений.

По формулировке Всемирной организации здравоохранения, «здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

По данным отечественных и зарубежных исследователей, здоровье человека на 50-55 % зависит от собственного образа жизни, на 20-25% - от окружающей среды, на 16-20% - от наследственности и на 10-15% - от уровня здравоохранения в стране. На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне огромного роста болезней «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. До 7 лет ребенок проходит огромный путь. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у дошкольников навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического, психического, социального и духовного здоровья. Роль дошкольного учреждения является важным этапом в процессе сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Однако, решение этой проблемы невозможно без родителей, воспитателей, слаженной работы с медицинскими учреждениями, спортивными комплексами, а самое главное – здоровый образ жизни должен стать нормой для взрослых и детей не на словах, а на деле. Основными компонентами здорового образа жизни являются: правильное питание, рациональная двигательная активность, закаливание организма, развитие дыхательного аппарата, сохранение стабильного психоэмоционального состояния.

Программа «Здоровье», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

Разрабатывая программу «Здоровье», мы стремились к тому, чтобы система оздоровления и физического воспитания, включала инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

1.2.ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Здоровье» муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка-детского сада № 28 «Дельфинчик» городского округа Ступино Московской области
Законодательная база для разработки Программы	- Международная «Конвенция о правах ребенка» (статья 6.2; 24.2; 33) от 15.09.1990 г.; - Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 21 декабря 2012 г.); - Федеральный закон от 06.10.2003 г. №131-ФЗ «Об общих принципах местного самоуправления в Российской Федерации»; - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17.10.2013 г. №1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»); - СанПиН 2.4.1. 3049-13 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»; - Концепция «Ступинский район – Здоровье 21» долгосрочная политика охраны и укрепления здоровья населения Ступинского района Московской области», «Здоровье 21» Стратегический план охраны и укрепления здоровья в Ступинском районе Московской области, утв. постановлением главы Ступинского муниципального района от 25.04.2003 г. № 996-п.
Основание для разработки Программы	Повышение физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по формированию здорового образа жизни дошкольников.
Заказчик Программы	Администрация МАДОУ ЦРР д/с №28 «Дельфинчик» городского округа Ступино Московской области
Разработчики Программы	Ситникова Татьяна Александровна-заведующий МАДОУ Наухацкая Галина Сергеевна- зам.зав по ВиМР, инструктор по физической культуре. Бурьянова Наталья Валерьевна- педагог-психолог
Цель Программы	создание условий для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья воспитанников ДОУ. Формирование здоровье-ориентированного мировоззрения педагогов, дошкольников, родителей.
Задачи программы	- Повышение качества проводимой профилактической и физкультурно-оздоровительной работы. - Снижение заболеваемости, улучшение состояния здоровья детей, уменьшение количества пропусков воспитанников по причине болезни. - Совершенствование здоровьесберегающих технологий. - Внедрение дополнительных образовательных программ, инновационных технологий, направленных на сохранение здоровья воспитанников, на обучение их здоровому образу жизни. - Формирование у всех участников образовательного процесса осознанного отношения к своему здоровью.

	■ Овладение детьми знаниями и способами безопасного поведения в быту, в социуме, природе.
Важнейшие целевые индикаторы Программы	1.Выполнение режима дня с включением в него здоровьесберегающих технологий. 2.Показатели заболеваемости (снижение количества дней пропущенных ребенком по болезни; количества случаев простудных заболеваний; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях). 3.Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению. 4.Рабочие материалы по контролю: диагностические карты, опросники, анкеты, циклограммы
Целевые группы	Воспитанники, педагогический коллектив, родители (законные представители) воспитанников.
Источники финансирования Плана	Бюджетные и внебюджетные средства, спонсорская помощь
Ожидаемые результаты от реализации Программы	✓ Уменьшение количества пропусков воспитанников по причине болезни (ниже по сравнению с предыдущим периодом и ниже районного показателя); ✓ Приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение разнообразными видами двигательной активности и закаливания; ✓ Устойчивая мотивация ведения здорового образа жизни у детей и взрослых; ✓ Совершенствование развивающей предметнопространственной среды в соответствии с ФГОС; ✓ Повышение педагогического мастерства, внедрение современных здоровьесберегающих технологий; ✓ Повышение результативности профилактической работы в ДОО и семье.
Контроль за реализацией Программы	Администрация МАДОУ ЦРР д/с №28 «Дельфинчик» городского округа Ступино Московской области

1.3. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы ДОУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их просвещение. Особенностью организации и содержания учебно-воспитательного процесса должен стать интегрированный подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

1.4. ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ

✓ **Принцип научности** – обоснование и подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на формирование ЗОЖ, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.

✓ **Принцип активности и сознательности** – участие коллектива педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по приобщению к ЗОЖ себя и детей.

✓ **Принцип комплексности и интегративности** – решение задач приобщения к ЗОЖ участников образовательного процесса в системе образовательного процесса во всех видах деятельности.

✓ **Принцип адресованности и преемственности** – укрепление связей между различными возрастными категориями, уважение норм и ценностей семьи, ориентация на развитие позитивного потенциала семьи.

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

✓ **Принцип толерантности** – при котором допускается, что другие могут думать и действовать иначе, способность признавать идеи и мнения других участников взаимодействия.

✓ **Принцип региональности.** При составлении модели здорового образа жизни учитываются региональные особенности: природно-климатические, экологические, состояние здоровья воспитанников и родителей.

РАЗДЕЛ 2.

АНАЛИЗ УСЛОВИЙ И ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ МАДОУ

Детский сад №28 «Дельфинчик» является муниципальным автономным дошкольным образовательным учреждением «Центр развития ребенка»- городского округа Ступино Московской области.

Режим работы учреждения представляет собой годовой цикл: с сентября по май – образовательная деятельность, с июня по август - летне-оздоровительная работа; пятидневную рабочую неделю с 12 часовым пребыванием детей, режимом работы групп – с 6.30 до 18.30

В детском саду организовано пятиразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин).

В 2016 – 2017 учебном году функционировало 8 групп, из них:

Возрастные группы	Количество групп	Количество детей
Вторая группа раннего возраста (с 2 до 3 лет)	2	60
младшая группа (с 3 до 4 лет)	1	27
средняя группа (с 4 до 5 лет)	2	60
старшая группа (с 5 до 6 лет): 1 группа общеразвивающей направленности, 1 группа компенсирующей направленности для детей с ТНР	2	61
подготовительная к школе группа (с 6 до 7 лет): 1 группа компенсирующей направленности для детей с ТНР	1	26
Всего	8	234

Принцип комплектования групп – одновозрастной.

Группы компенсирующей направленности для детей с тяжелым нарушением речи комплектуются на основании обследования и решения территориальной психолого-медико-педагогической комиссии Ступинского муниципального района.

2.1. Материально-техническое обеспечение МАДОУ включает:

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно-оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

- ✓ медицинский кабинет;
- ✓ процедурный кабинет.

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

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной

деятельности детей. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаляющих процедур («Физкультурный уголок»).

В ДОО имеется физкультурный и музыкальный залы.

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

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. Для обеспечения двигательной активности детей на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

Оборудован **методический кабинет**, в задачи которого входит оказание действенной помощи педагогам в организации педагогического процесса, в работе с родителями, в повышении педагогического мастерства и организации самообразования. Весь методический материал систематизирован и распределен в соответствии с требованиями к содержанию и методам воспитания и обучения детей в дошкольных образовательных учреждениях. В методическом кабинете сосредоточен необходимый информационный материал (нормативно-правовые документы, педагогическая и методическая литература, представлены передовые технологии, материалы педагогического опыта, материалы методической работы ДОО и т.д.). ДОО оснащен компьютерной техникой: для обратной связи с родителями и педагогами других ОУ, создан свой сайт; обеспечен выход в Интернет. Для реализации задач физкультурно-оздоровительной работы в ДОО используются дорожки здоровья, массажные коврики, нетрадиционное оборудование, мягкие модули, атрибуты для подвижных игр, дидактическое оборудование для развития мелкой моторики.

Серьезное внимание здоровьесберегающим компонентам уделяют педагоги. На организованной образовательной деятельности используются различные способы организации детей, продумана смена видов деятельности. В структуру ООД вплетены двигательные и дыхательные упражнения, коррегирующие упражнения, пальчиковая гимнастика, подвижные игры и т.д. раз в месяц проводится физкультурный досуг. Во всех группах проводится по 3 физкультурных занятия в неделю, одно из которых проводится на улице.

В соответствии с учебным планом МАДОУ проводятся:

- организованная образовательная деятельность «Малыши крепыши».

Цель: укрепление здоровья детей и физическое развитие через систему занимательных физических упражнений.

С 2017 года введена платная образовательная услуга –коррегирующая гимнастика, фитнес для взрослых.

В детском саду соблюдается режим дня, требования к учебным занятиям.

Объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста не превышает максимально допустимый объем в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1. 3049-13.

Продолжительность организованной образовательной деятельности для детей *от 2 до 3-х лет* составляет 8-10 мин., *4-го года жизни* - не более 15 минут, для детей *5-го года жизни* - не более 20 минут, для детей *6-го года жизни* - не более 25 минут, а для детей *7-го года жизни* - не более 30 минут. В середине времени, отведенного на ООД, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами организованной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

2.2. КАДРОВЫЙ СОСТАВ МАДОУ

В детском саду сформирован грамотный, творческий, работоспособный, стабильный

коллектив с достаточным уровнем профессионализма. В штатное расписание ДОО включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию Программы «Здоровье»:

- ✓ заведующий МАДОУ;
- ✓ заместитель заведующего по Ви МР;
- ✓ музыкальный руководитель;
- ✓ воспитатели;
- ✓ инструктор по ФИЗО;
- ✓ музыкальные руководители;
- ✓ младшие воспитатели;
- ✓ шеф-повар;
- ✓ повар;
- ✓ медсестра;
- ✓ педагог-психолог
- ✓ логопеды.

Распределение педагогического персонала по стажу работы

до 3	от 3 до 5	от 5 до 10	от 10 до 15	от 15 до 20	от 20 и более
2	6	4	3	-	2

Распределение педагогического персонала по возрасту

Моложе 25 лет	25-29 лет	30-39 лет	40-44 лет	45-49 лет	50-54 года	55-59 лет	Старше 60 лет
2	4	2	4	1		3	1

Вывод: 12 % педагогов имеют педагогический стаж до 3 лет, 36 % до 5 лет, 20% до 10 лет, 18% до 15 лет и 12 % до 20 лет, поэтому следует обучить их по данному направлению.

20 % педагогов - старше 50 лет. Педагоги данной категории характеризуются психологической деформацией личности, эмоциональным выгоранием. В связи с этим необходимо проводить работу, направленную на сохранение здоровья педагогов, создавать возможности их творческого роста.

- обслуживающий персонал - человек (младшие воспитатели – чел., повара – 3 чел., кладовщик – 1 чел., грузчик – чел., кастелянша – 1 чел., рабочий по стирке белья – чел., подсобный рабочий по кухне – 2 чел., рабочий по уборке служебных помещений – 1 чел., сторожа – чел., дворник – чел.

Персонал ДОО своевременно проходит медицинские осмотры и обследования, профессиональную гигиеническую подготовку.

2.3. Анализ здоровья детей и заболеваемости

Группы здоровья	2014 год	2015 год	2016 год
	чел		
I группа здоровья	76 %	118 %	139%
II группа здоровья	43%	49 %	47%
III группа здоровья	18-	20 %	29%
IV группа здоровья	-	%	2-

Количество дней, пропущенных ребенком по болезни в год

2014 г.		2015 г.		2016 г.	
ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
12,7%	8,1 %	12,5%	8,2%	25,6%	7,3%

Пропуск одним ребенком по болезни за 2016г. составил –11,5 % что является выше по сравнению с предыдущим периодом и районным показателем.

Высокая заболеваемость держится по ряду причин:

- ✚ при поступлении в дошкольное учреждение с каждым годом увеличивается количество детей с ослабленным здоровьем;
- ✚ длительный эпидемиологический период ветряной оспы и ОРВИ.

Вывод:

Мониторинг здоровья детей показал, что больше половины детей имеют 1 группу здоровья- %, с 4 группой здоровья детей нет. Физическое развитие детей в МАДОУ № 28 достаточно хорошее. Однако в ДОО есть часто болеющие дети, особенно в группах раннего развития и в младшей группе.

2.4. Анализ психологического развития детей ДОО

Психологическое развитие ребёнка рассматривается по следующим показателям: социально-эмоциональное благополучие; развитие творческих способностей; интересы и склонности, интеллектуальное развитие.

Анализ сложившейся ситуации показал, что в ДОО созданы достаточно комфортные условия для гармоничного развития ребёнка: проводится сопровождающая работа в период адаптации ребёнка к детскому саду; создаются условия для полноценного психического развития ребёнка; в группах созданы условия для развития способностей и потенциальных возможностей детей; среда организована с учётом зоны ближайшего развития; каждый ребёнок находится под наблюдением педагогов и специалистов, своевременно оказывается помощь детям, испытывающим те или иные проблемы в развитии. Кроме того, своевременно проводится психопрофилактическая, психодиагностическая, коррекционно-развивающая, консультативная работы. Психолого-педагогическое сопровождение является не просто суммой разнообразных методов коррекционно-развивающей работы с детьми, но выступает как комплексная технология, особая культура поддержки и помощи ребёнку в решении задач развития, обучения, воспитания, социализации.

Анализ психологического и личностного развития детей детского сада показал следующее.

Особого внимания заслуживает значимость социально-эмоциональных факторов в развитии детей.

Социально-эмоциональное развитие детей предполагает развитие умения детей жить в обществе сверстников и взрослых, уметь отозваться на чужие переживания, т.е. стать социально-эмоционально компетентным.

Данные исследования показывают достаточно стабильный социометрический статус принятых детей. Однако, наряду с этим, все чаще стали появляться дети с различными формами дезадаптивного поведения. При поступлении такого ребёнка в детский сад, педагоги строят свою работу с ним в соответствии с рекомендациями психолога.

Работа в этом направлении позволяет стабилизировать настроение детей, улучшает способность эффективно включаться в работу. Педагоги отмечают, что у детей наблюдается существенное улучшение, дети спокойно реагируют на замечания педагогов.

Наряду с этим исследование семей воспитанников ДОО, программное наблюдение за детьми за последние 3 года показывает следующее:

1. Наблюдается трансформация внутрисемейных отношений (разводы родителей, воспитание ребёнка с неродным отцом, воспитание ребёнка в неполной семье, отрицание традиционных способов воспитания и обучения ребёнка и т. д.).
2. Ухудшается состояние здоровья детей.
3. Родители придают огромное значение ранней интеллектуализации детей раннего возраста в центрах развития.
4. Родители не желают брать на себя ответственность за возрастное развитие ребёнка.
5. Предъявляются повышенные требования со стороны родителей к психическим ресурсам ребёнка.
6. Уменьшается эмоциональный контакт матери и ребёнка.

Программированное наблюдение за детьми показало, что за последние годы увеличивается количество детей с различными формами отклоняющегося развития. Среди воспитанников ДОО наблюдается значительный скачок агрессивности, гиперактивности и дефицита внимания, возрастание случаев леворукости, снижение иммунных механизмов адаптации ребёнка. Существует достаточно большой процент детей, которые не имеют клинических диагнозов, но демонстрируют выраженные признаки дезадаптивного поведения.

Исходя из этого, необходимо уделить особое внимание формированию психологической культуры родителей, способствующей осознанию тесной связи индивидуальной культуры семьи с особенностями личности ребёнка. Пропагандировать здоровьесберегающие технологии в семье воспитанников, которые будут направлены на воспитание культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формированию представлений о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Таким образом, анализ показывает, что на сегодняшний день ресурсы системы психолого-педагогического сопровождения недостаточно задействованы в решении актуальных задач воспитания.

Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно- методическое обеспечение

Физическое развитие детей в ДОО осуществляется на основе примерной программы «От рождения до школы» (авторы Н.К.Веракса, Т.С.Комарова, М.А.Васильева), программы «Основы безопасности детей дошкольного возраста» (Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной).

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом ДОО.

Психическое здоровье ребёнка – это не только биологическое, но и социальное понятие. Педагоги ДОО, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребёнка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребёнка в области здоровьесбережения.

2.5. Анализ организации работы в группах раннего возраста

Серьезное внимание уделяется одной из задач охраны и укрепления психофизического здоровья детей - созданию условий для успешной адаптации детей раннего возраста к новым условиям детского сада. В данном направлении ведется успешная работа, включающая три этапа и комплекс мероприятий:

- работа в подготовительный период (*до начала посещения малышами ДОО*): анкетирование родителей, индивидуальные и подгрупповые консультации, определение условной готовности детей к посещению д/с, выработка индивидуальных рекомендаций для облегчения периода адаптации, составление графика первичного знакомства с группой;
- поэтапный прием детей в группу, наблюдения за поведением детей, консультирование родителей, ведение листков адаптации, проведение комплекса мер по профилактике дезадаптации ребенка с учетом типа общения малыша со взрослым, индивидуальных особенностей;

- обработка данных и анализ степени адаптации вновь поступивших детей, использование разных методов и приемов снятия психоэмоционального напряжения.

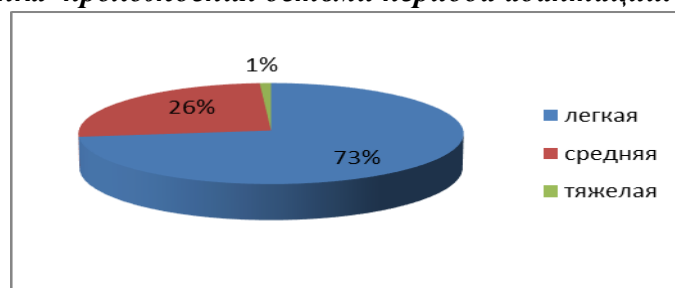
Работа с родителями, грамотное осуществление приема детей, организации общения и детской деятельности дали положительные итоги адаптации детей:

Легкая адаптация – от 8 до 16 дней

Средняя адаптация – от 16 до 32 дня

Тяжелая адаптация – от 32 до 64 дня

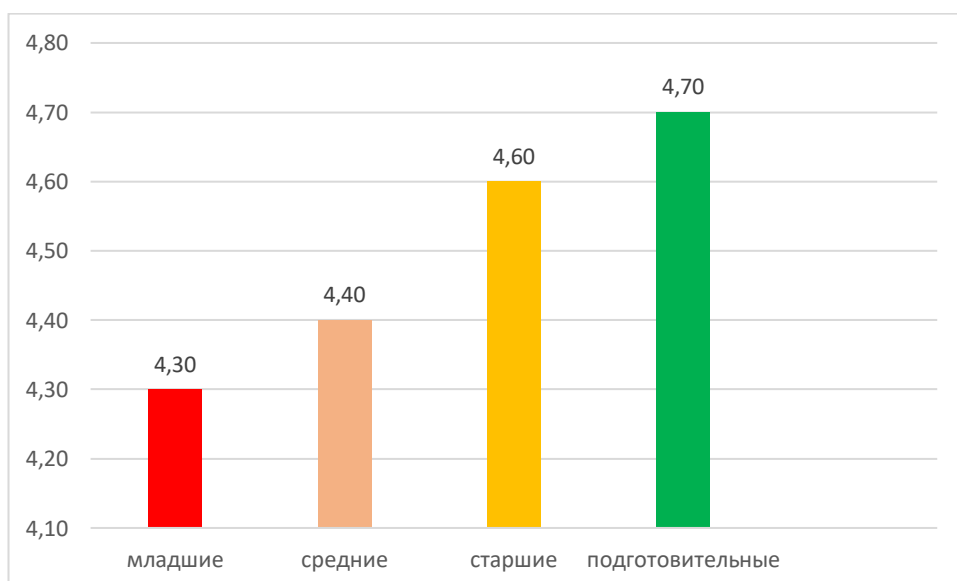
Оценка прохождения детьми периода адаптации. 2016-17 г.



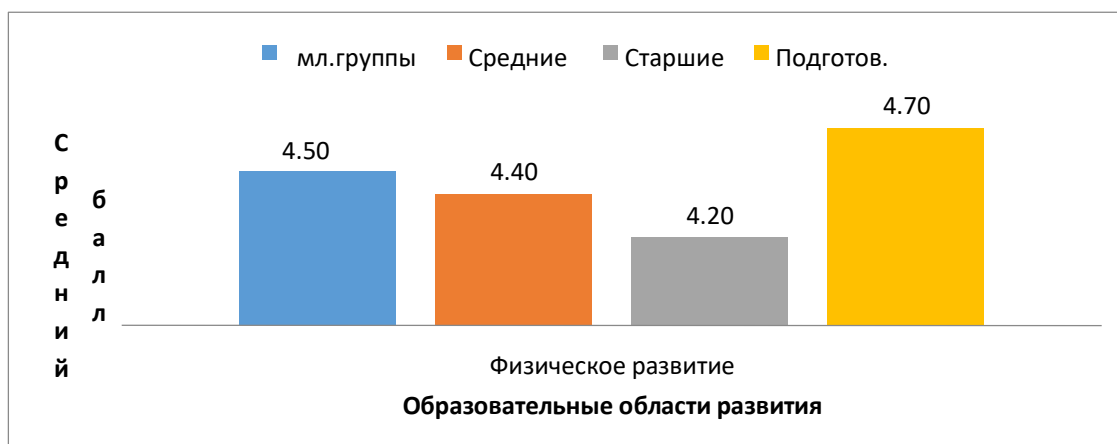
Вывод: растет количество детей, имеющих легкую степень адаптации, в то же время имеются дети с тяжелой адаптацией. Чаще всего это связано с неправильным семейным воспитанием (гиперопека, стрессовые ситуации в семье и т.п.) Необходимо продолжать работу по снижению сроков адаптационного периода.

2.6. Анализ Физического развития

2015-2016



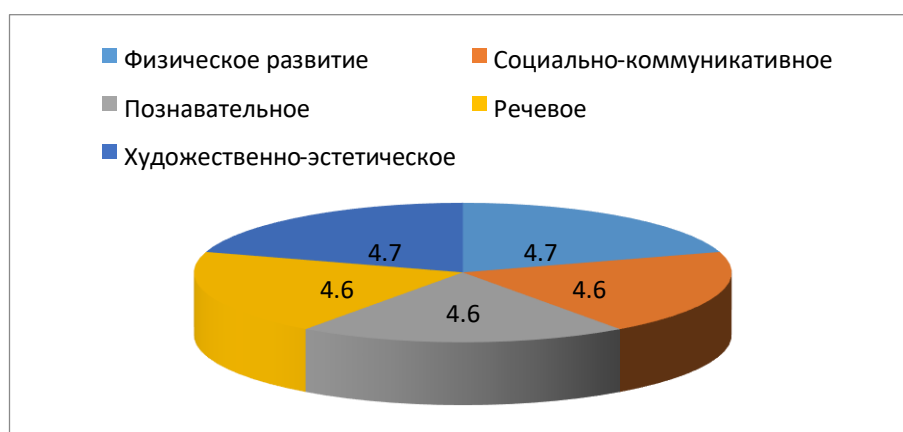
2016-2017



Вывод: работа инструктора по физической культуре систематизирована и организована в соответствии с требованиями программы: наблюдается рост детей с высоким уровнем усвоения программных задач.

2.7. Анализ готовности к школе

Сводные результаты усвоения детьми основной общеобразовательной программы
Подготовительные к школе группы



Вывод: в целом достигается высокий уровень готовности детей к школьному обучению (готовность детей к школе составляет 80 %). Анализ контингента выпускников показывает, что дети, уходящие в школу, не только осваивают обязательный минимум содержания образования, но имеют превышающий уровень развития познавательных способностей, навыков учебной деятельности и социальной адаптации.

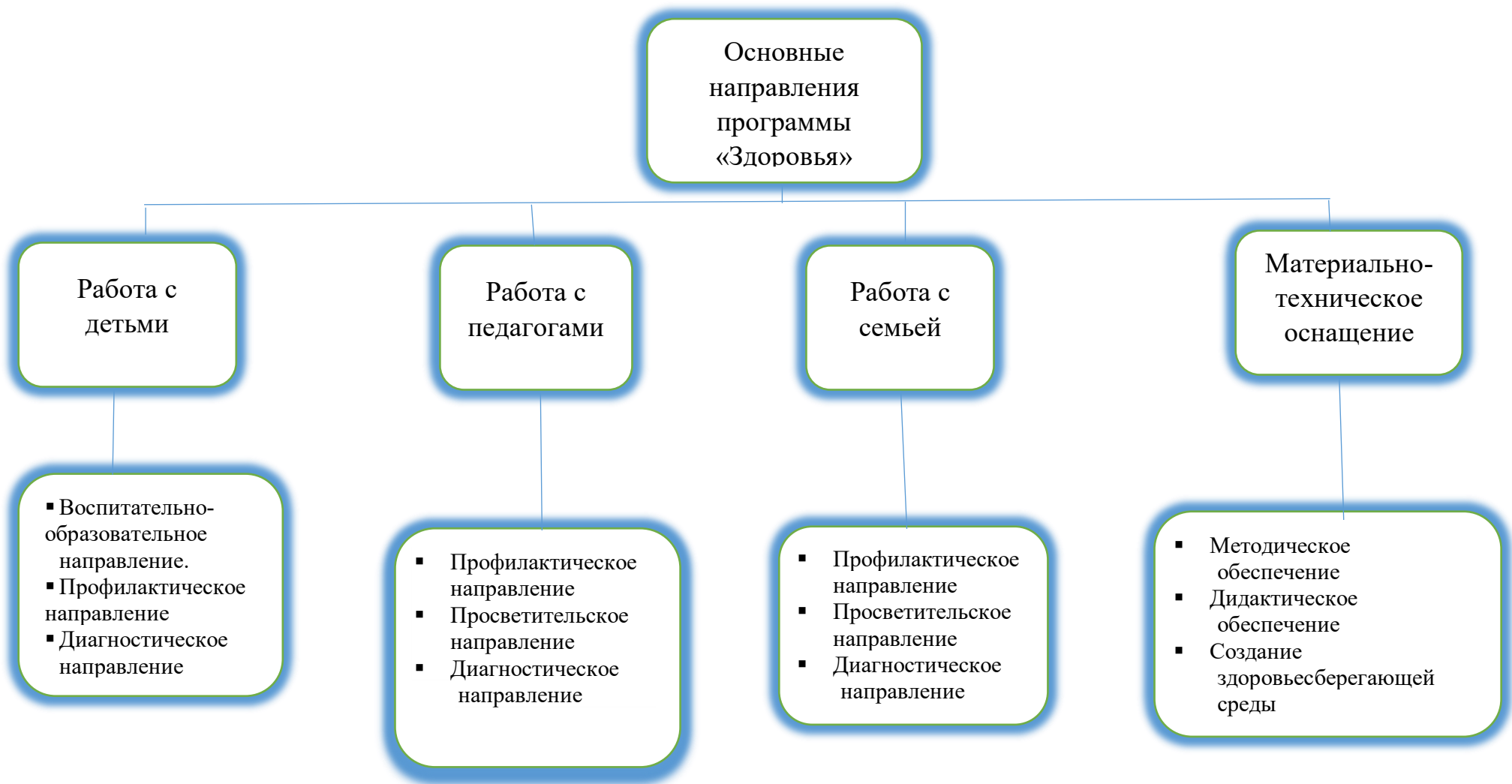
ВЫВОДЫ:

Анализ проводимой в ДООУ работы по сохранению и укреплению здоровья детей. Работу по укреплению физического здоровья детей можно считать хорошей. Необходимо продолжить систематизировать работу по сохранению и укреплению психического здоровья детей, особенно с детьми раннего возраста.

Необходимо усилить работу по воспитанию здорового образа жизни у всех участников образовательных отношений.

РАЗДЕЛ 3.

Основные направления программы и пути их реализации



Задачи и пути реализации оздоровительной работы по каждому из направлений Программы:

1. Работа с детьми Воспитательно-образовательное направление

1 задача. Организация рациональной двигательной активности детей

Забота о здоровье детей в нашем ДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Активная двигательная деятельность способствует:

- повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды
- совершенствованию реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям
- повышению физической работоспособности
- нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможной коррекции врождённых или приобретённых дефектов физического развития
- повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья.

Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
4. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
5. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов.
6. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Модель двигательного режима представлена в Приложении

Пути реализации рациональной двигательной активности детей:

- выполнение режима двигательной активности всеми педагогами ДОУ
- четкое соблюдение режима дня детей всеми специалистами ДОУ
- преобладание игровых форм проведения занятий, частая смена положений тела у детей во время занятий
- преобладание циклических упражнений на физкультурных занятиях для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества

2 задача. Воспитание у детей культуры здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки к здоровому образу жизни.

Необходимость формирования привычки к здоровому образу жизни подчеркивают исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7–8% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 60% - от его образа жизни. В связи с этим актуально воспитание культуры здоровья уже в дошкольном детстве. Становление привычки к ЗОЖ человека обусловлено прежде всего процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.

Формирование привычки к здоровому образу жизни идет в трех направлениях:

- формирование осознанного отношения к здоровью и жизни человека;

- вооружение знаниями о здоровье и умениями оберегать, поддерживать и сохранять его;

-здоровьесберегающей компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

В МАДОУ проводится одно занятие в месяц по ЗОЖ, одно занятие по БЖД

(используется программа Авдеевой Н.Н., Стеркиной Р.Б., Князевой О.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста»). Мы солидарны с мнением авторов программы, которые отмечают, что безопасность и здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных детьми знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных жизненных ситуациях. Поэтому необходимо организовать работу по ЗОЖ и БЖД вне занятий.

Пути реализации:

- усиление работы медицинской службы по формированию ЗОЖ (участие в занятиях, организация экскурсий, беседы во время медицинских процедур и т.п.)
- составление перспективного плана работы по формированию ЗОЖ.
- систематизация работы по формированию ЗОЖ, БЖД во время режимных процессов (составление перспективного плана, обучение педагогов)
- организация и проведение Дней здоровья (1 раз в квартал)

Перспективный план по формированию ЗОЖ по группам представлен в Приложении.

3 задача. Психическое развитие детей и профилактика эмоционального неблагополучия.

Здоровье – состояние полного душевного, физического и социального благополучия.

Психическое здоровье рассматривается как состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности

Основные направления работы по профилактике нарушений психического здоровья:



Профилактика психоэмоционального напряжения детей включает в себя:

1. Обеспечение более благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей.

Более благоприятное течение периода адаптации вновь прибывших детей обеспечивается через комплекс психолого-педагогических мероприятий:

- анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- ведение воспитателями адаптационных листов наблюдений за каждым ребенком;
- гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- использование специальных педагогических приемов (знакомство ребенка с жизнью в детском саду при помощи адаптационного альбома, организация фотовыставки «Моя семья», введение в групповую предметную среду любимых домашних игрушек детей и др.);
- создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон;
- психолого-педагогическое просвещение родителей (групповые, индивидуальные и стендовые консультации);
- проведение психолого-медико-педагогических консилиумов по адаптации детей.

В МАДОУ №28 разработана программа дополнительного образования «Здравствуй, детский сад», применяемая при адаптации детей 2-3 лет.

2. Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждой группе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- индивидуальные консультации педагогов с воспитателями и родителями;
- индивидуальные беседы педагогов с воспитанниками;
- обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;
- обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- организация «уголков психологической разгрузки» (зон уединения детей) в группах;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка на занятиях и в свободной деятельности;
- проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;
- рациональное применение «музыкотерапии» (используется при необходимости на занятиях, при выполнении релаксационных упражнений, при укладывании детей на дневной сон и их пробуждении и др.).

3. Соблюдение режима дня, режима занятий, ДА с целью недопущения перегрузок детей

4. Использование специальных технологий (релаксация, игры с водой и песком, психогимнастика, арт-терапия, библиотерапия, музыкотерапия и т.д.). Указанные технологии используются педагогами в

Разных режимных моментах: физкультурных занятиях, («Нетрадиционное оборудование» (автор Павшик О.В.), «Игровой утренней гимнастике» (автор Малаева Т.В.), гимнастике после дневного сна (автор-составитель Киселева Т.В.), в подвижных играх, на других видах занятий.

Недостаточно используется музыкотерапия, вокалотерапия как эффективный метод профилактики и лечения детских неврозов. Музыка повышает способность организма к высвобождению эндорфинов – мозговых биохимических веществ, помогающих справиться с болью и стрессом. Вокалотерапия является методом активации неспецифической резистентности (устойчивости) организма. Она эмоционально активизирует межличностные отношения, регулирует психовегетативные процессы, закладывает оптимистическое восприятие жизни.

Правильный подбор вокальных и дыхательных упражнений способствует более качественному функционированию сердечно-сосудистой системы. Вокалотерапия широко применяется музыкальными руководителями на занятиях, но недостаточно применяется воспитателями.

Развитие эмоционального мира и коммуникативных навыков ребенка осуществляется систематически во всех режимных моментах, на занятиях.

Развитие познавательных способностей осуществляется воспитателями и другими специалистами через реализацию образовательной программы ДОУ:

- фронтальные занятия с детьми по основным и парциальным программам, в структуре и содержании которых уделяется большое внимание развитию речи, мышления, воображения детей;
- создание полноценной предметно-развивающей среды в группах;
- организацию игровой деятельности детей;
- подгрупповую и индивидуальную коррекционную работу с детьми специалистов ДОУ.

Результаты диагностики показывают достаточно высокий уровень развития познавательных способностей у выпускников ДОУ. В то же время остается проблема «школьно незрелых детей». Поэтому планируется семинар «Педагогическая и психологическая готовность детей к школе», подобраны и внедрены в практику работы методики для развития познавательных способностей.

Одна из немаловажных задач – развитие речи у детей, в том числе, формирование ЗКР, чему в МАДОУ №28 уделяется большое внимание. Помимо работы с детьми учителей-логопедов, необходима систематическая работа воспитателей. Для их обучения планируются обучающие семинары «Нарушение речи у детей».

Профилактика личностных расстройств – осуществляется педагогами ДОУ под контролем педагога-психолога. Возраст 5-7 лет – время профилактики личностных расстройств. Педагоги ДОУ применяют методы, направленные на формирование адекватной самооценки ребенка и на «развитии внимания и сопричастности к партнеру» (Е.Смирнова, В. Холмогорова)

Новые подходы в профилактике нарушений психического здоровья:

- ☐ обучение детей приемам релаксации, аутотренинга
- ☐ разработка перспективного плана и проведение воспитателями занятий по развитию эмоций и навыков общения;
- ☐ разработка и введение в воспитательно-образовательный процесс цикла занятий психолога с детьми 5-7 лет, направленных на коррекцию тревожности.
- ☐ Использование современных технологий, направленных на профилактику личностных расстройств (Кривцова С., Дятко Н)

Пути реализации:

- 1.Продолжать работу по психическому развитию неблагополучия.
- 2.Изучить и внедрить в практику работы методы морально-нравственного воспитания детей (Е. Смирнова, В. Холмогорова).
- 3.Изучать и внедрять в практику работы с детьми средства профилактики и коррекции нарушений психического здоровья (музыкотерапия, вокалотерапия и т.п.)
- 4.Контролировать психологический климат в группах.

Профилактическое направление.

Задача: Совершенствование системы профилактически - оздоровительной работы.

Профилактически - оздоровительная работа в ДОУ должна быть направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиНа. Большое внимание следует уделить профилактическим мероприятиям:

- ✓ осуществлять проветривание помещения, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
 - ✓ дважды в день проводить влажную уборку групповых помещений;
 - ✓ не загромождать групповые и спальные помещения мебелью, коврами;
 - ✓ для обеспечения естественного освещения помещений шторы на окнах должны быть укороченными;
 - ✓ 2 раза в год необходимо выполнять сушку, выморозку постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял);
 - ✓ 2 раза в год осуществлять чистку ковровых изделий (летом - стирка, зимой – чистка снегом);
 - ✓ правильно осуществлять подбор и расстановку комнатных растений;
 - ✓ своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;
 - ✓ соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
- во время карантинных мероприятий строго придерживаемся санэпидрежима.

Профилактически-оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется:

1) **специфической иммунопрофилактикой**. Ее цель – усилить или ослабить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Иммунитет за последнее столетие явно снизился. Об этом свидетельствует рост хронических воспалительных заболеваний. Вакцинопрофилактика стала ведущим методом борьбы с инфекционными заболеваниями. Активная профилактическая вакцинация детей должна проводиться в определенные периоды жизни и быть направленной на выработку общего специфического иммунитета.

2) **неспецифическая иммунопрофилактика**. Методов неспецифической профилактики болезней много, поскольку они представляют собой совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. К средствам повышения неспецифической резистентности организма относятся:

- ☐ ☐ плановые оздоровительные мероприятия (фито- и витаминотерапия)
- ☐ ☐ закаливающие мероприятия
- ☐ ☐ физиопроцедуры
- ☐ ☐ нетрадиционные методы – дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж
- ☐ ☐ профилактика нарушения осанки, сколиоза и плоскостопия, близорукости

**Примерная схема проведения лечебно-профилактической работы
медицинской службой в МАДОУ №28**

месяц	мероприятия
ежемесячно	-Проф.прививки (по плану)
еженедельно	Осмотр детей на педикулез
ежедневно	-Проведение фильтра. -Контроль за здоровьем детей.
сентябрь	-Антропометрия. -Проведение R-Манту
Октябрь	
Ноябрь	-Кварцевание групп - Вакцинация Гриппол+
Декабрь	-Кварцевание групп -оксолиновая мазь
январь	-Кварцевание групп -оксолиновая мазь
февраль	-Обследование школьников специалистами -Кварцевание групп.
март	-Антропометрия. -Кварцевание групп
апрель	-Пост. R-Манту

Пути реализации: продолжать применять систему профилактически –оздоровительной работы.

Диагностическое направление.

Задача: систематизировать контроль за здоровьем детей.

Диагностика – комплекс мероприятий (наблюдение, анкетирование, тестирование, и др.), которые помогают глубоко узнать ребенка «во всех отношениях», определить исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, объективные и субъективные критерии здоровья.

Диагностику развития ребенка осуществляют сотрудники медицинской, педагогической, логопедической, психологической служб, заведующий и заместитель заведующего по ВР на основе анализа результатов диагностики осуществляют мониторинг оздоровительной деятельности ДОУ. В

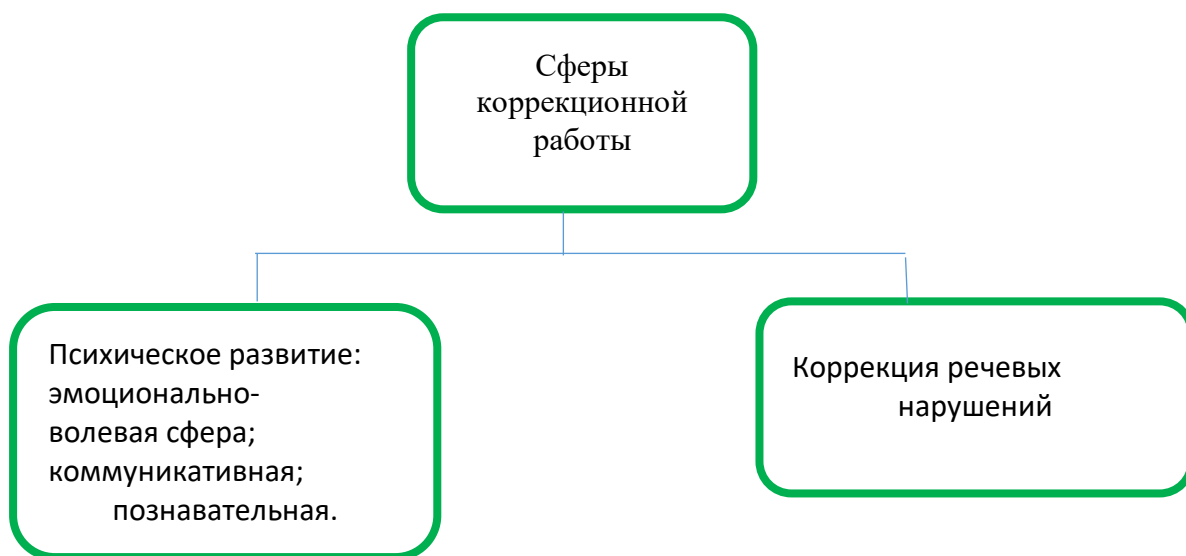
ДООУ внедрена четкая система диагностики, необходимо добавить диагностику психического здоровья во всех группах для раннего выявления психического нездоровья.

Пути реализации:

1. Продолжать осуществлять диагностику развития.
2. Разработать и внедрить во всех возрастных группах диагностику психического развития.
3. Усилить обмен информацией о результатах диагностики между службами (медицинские – рекомендации педагогам с учетом выявленных проблем; педагоги – информируют педагога-психолога, медицинскую службу о проявлениях нездоровья и т.п.)

Коррекционное направление.

Задача: осуществлять коррекцию отклонений в здоровье детей.



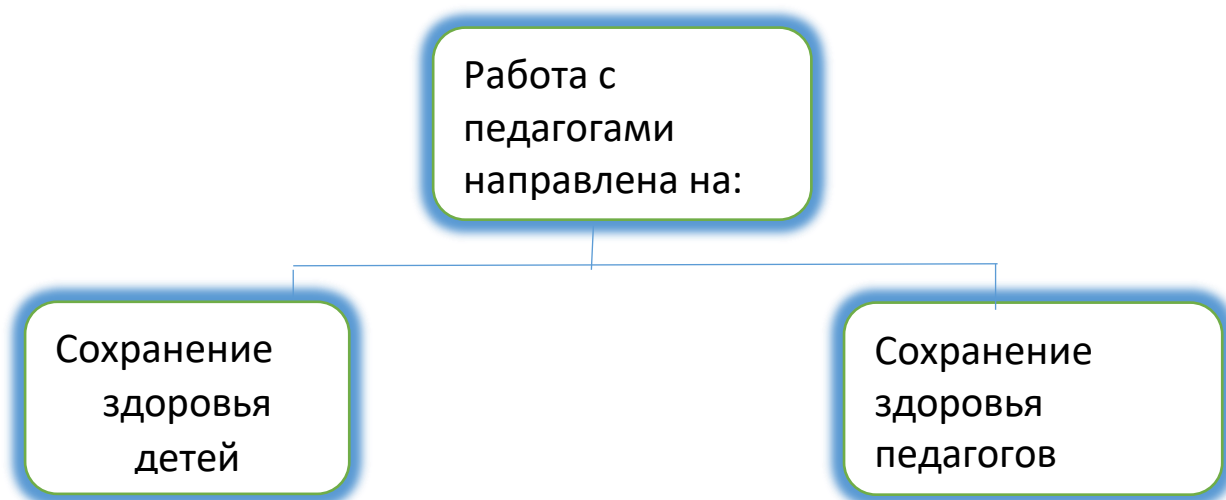
Коррекция психического развития детей осуществляется педагогом-психологом по результатам диагностики, по запросам родителей или педагогами по рекомендациям педагога-психолога.

Коррекция логопедических нарушений осуществляется в логопедических группах, проводится воспитателями и логопедом.

Пути реализации:

1. Усилить проведение коррекционной работы.

3.2. РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ



Профилактическое направление.

Задача: *Сохранять и укреплять здоровье педагогов, формировать стремление к здоровому образу жизни.*

Проблему профессионального здоровья педагогов мы рассматриваем в контексте общей концепции здоровья детей. От здоровья педагогов зависит и здоровье подрастающего поколения. Воспитатели, как профессиональная группа, отличаются крайне низкими показателями физического и психического здоровья, которые ухудшаются по мере увеличения стажа работы в ДОУ.

В нашем ДОУ сравнительно молодой педагогический состав.

Исследователи отмечают влияние творческой деятельности на развитие личности педагогов. Поэтому для решения задачи сохранения и укрепления психического здоровья педагогов мы считаем приоритетным создание условий для творческого роста. На здоровье педагогов влияет их успешность в работе, правильная организация труда, обстановка в семье и др. Воспитатель не может быть учителем и пропагандистом здорового образа жизни для детей и родителей, если сам не следует этим истинам. Поэтому не менее важная задача – научить педагогов осознанно и бережно относиться к своему здоровью и привлечь к здоровому образу жизни. Эта задача недостаточно реализуется в детском саду. Получается, что мы заботимся о здоровье сотрудников, но недостаточно учим их заботиться о себе.

Пути реализации:

1. Развивать творческое отношение к работе, помогать стать успешными в педагогической деятельности.
2. Систематически проводить тренинги личностного роста, общения.
3. Осуществлять профилактику нарушений здоровья педагогов.
4. Организовать спортивные занятия для педагогов (колонетика, степ-аэробика).

Просветительское направление.

Задача: *Углублять знания педагогов о здоровье, технологиях оздоровительной*

работы, направленных на сохранение здоровья детей и самих педагогов.

В 2014-2015 уч. гг. проведена работа по просвещению педагогов.

Пути реализации:

1. Продолжать просвещение, направленное на сохранение здоровья участников образовательных отношений.
2. Организовать обучение молодых педагогов.
3. Выявлять, обобщать и распространять передовой опыт оздоровительной работы.
4. Выявлять положительные примеры ЗОЖ в семьях воспитанников и сотрудников и пропагандировать его.

Диагностическое направление.

Задача: *усилить контроль за здоровьем педагогов и организацией оздоровительной работы.*

Диагностика психологического состояния сотрудников, исследование коллектива необходимы для раннего выявления проблем и их коррекции. В детском саду используются различные методы диагностики (см. Приложение №6), но недостаточно используются методы исследования личности педагогов (стрессовые ситуации, агрессивность, общение и и.д.). Не систематически ведется контроль оздоровительной работы.

Пути реализации:

1. Разработать и применять систему диагностики психологического состояния сотрудников, их отношения к работе.
2. Усилить контроль за проведением оздоровительной работы.

3.3 Работа с семьей.

В центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению детей должны находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. (М.Д. Маханева).

Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в ДОУ не создано детско-взрослое сообщество (дети – родители – педагоги), для которого характерно содействие друг другу, учет возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей. Совместная работа с семьей в нашем ДОУ строится на следующих положениях:

1. Цели и задачи воспитания здорового ребенка должны быть хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям.
2. Семьи воспитанников должны быть ознакомлены с основным содержанием, методами и приемами оздоровительной работы, а педагоги должны использовать лучший опыт семейного воспитания.
3. Взаимодействие детского сада и семьи базируется на взаимном доверии, взаимопомощи и взаимоподдержке.

Профилактическое направление.

Задача: *Осуществлять профилактику нарушений здоровья детей через формирование гармоничных детско-родительских отношений, стремление к здоровому образу жизни в семье.*

В нашем детском саду проводится работа с семьей по данному направлению: осуществляется ознакомление родителей с результатами диагностики состояния физического и психического здоровья детей, даются рекомендации по сохранению и укреплению здоровья детей.

Пути реализации:

1. Вовлекать родителей в активное участие в оздоровительной работе ДОУ.
2. Обучать родителей приемам оздоровления детей через семинары-практикумы.
3. Изучать семьи воспитанников методами наблюдений, бесед, анкетирования и показывать помощь семьям с проблемами в воспитании детей.
4. Пропагандировать ЗОЖ (представлять лучший опыт семейного воспитания, оформлять выставки, газеты, проводить конкурсы по данной теме).
5. Создать консультационный центр «Доверие» для осуществления психолого-педагогического консультирования, как через родительские собрания, так и индивидуально.

Просветительское направление.

Задача: углублять знания родителей о сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей.

В целях просвещения используются различные формы работы:

- информация в родительских уголках, сан бюллетень;
- консультации всех служб сопровождения;
- родительские собрания;
- открытые занятия;
- совместные физкультурные праздники, досуги;
- выставки фотографий и рисунков.

Недостаточно организовано обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления.

Пути реализации:

- Систематизировать просвещение родителей, используя различные формы (родительские уголки, собрания, открытые занятия и т.д.).
- Создать клуб здоровья.

Диагностическое направление.

Задача: выявлять семьи с отклонениями в воспитании детей для последующей коррекции.

В ДОУ есть семьи с нарушенными детско-родительскими отношениями, с проблемами в воспитании детей, которые не обращаются к специалистам ДОУ за помощью. Для педагогов и специалистов становится важной задачей выявление таких семей и оказание им помощи.

Пути реализации:

- Формировать у педагогов понимание необходимости раннего выявления проблемных семей.
- Разработать систему психологической и педагогической диагностики детско-родительских отношений.

Коррекционное направление.

Задача: проводить коррекцию детско-родительских отношений по индивидуальным программам.

Данная задача недостаточно реализуется в ДОУ. Необходимо организовывать психологические тренинги для проблемных семей, а также осуществлять педагогическую работу в виде совместных мероприятий.

Пути реализации:

1. Воспитателям необходимо увеличить объем совместных с родителями мероприятий (конкурсы, викторины, кружок «Умелые ручки», чаепития и т.п.)
2. Разрабатывать и внедрять в практику программы коррекции детско-родительских отношений.

3.4.. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОУ.

Задача: Совершенствование здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Пути реализации:

1. Осуществлять строгий контроль за соответствием мебели росту детей (август – сентябрь, март)
2. Увеличить количество кварцевых ламп для обработки групп.
3. Своевременно заменять устаревший мягкий инвентарь – приобретение матрасов, подушек, одеял, полотенец.
4. регулярно пополнять спортивный инвентарь спортивного зала и групп необходимым оборудованием
5. создавать зоны уединения (для снятия эмоционального напряжения) в каждой возрастной группе
6. изготовить и приобрести пособия для профилактики нарушений зрения, эмоционального благополучия в каждой возрастной группе
7. оборудовать экологическую тропу на территории ДОУ.
8. приобрести на летний период выносной спортивный материал. ____

4.ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА УЛУЧШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОУ

№ п/п	Направления деятельности	Сроки проведения	Ответственные
Медико-профилактическая деятельность			
1.	Мониторинг здоровья детей <i>Показатели здоровья:</i> - общая заболеваемость; - заболеваемость детей в днях на 1 ребенка; - количество часто болеющих детей, в %; - количество детей с хроническими заболеваниями, в %; - результаты диспансерного осмотра детей врачами (в 3 года, 6 лет, 7 лет); - результаты осмотр детей диспансерной группы; - соотношение групп физического развития по состоянию здоровья детей для организации занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная); - количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях, в %. <i>Показатели физического развития:</i> - уровень физического развития (антропометрические данные); - уровень физической подготовленности. <i>Психолого-педагогическое обследование:</i> - уровень усвоения детьми ОО «Физическое развитие», ОО «Познавательное развитие»; - выявление речевых патологий; - оценка психоэмоционального состояния детей.	поквартально поквартально 2 раза в год 2 раза в год 1 раз в год 2 раза в год 2 раза в год 1 раз в год 2 раза в год 2 раза в год 2 раза в год срезовые диагностические занятия в течение года 1 раз в год на протяжении года	м/с м/с врач-педиатр врач-педиатр врачи-спец. пол-ки врачи-спец. пол-ки врач-педиатр м/с врач-педиатр воспитатели, воспитатель по ФИЗО воспитатель воспитатели воспитатели
2.	Профилактика и оздоровление детей - составление дифференцированных программ оздоровления с учетом состояния здоровья ребенка и его личностных особенностей;	1 раз в год	м/с

	витаминотерапия (поливитамины с минералами и макроэлементами); фитонцидотерапия (лук, чеснок); - профилактические прививки	2 раза в год (курс на месяц) посезонно осень, зима	
3.	Организация питания - сбалансированность и разнообразие рациона; - соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд; - обеспечение санитарно - гигиенической безопасности питания; - качество продуктов питания и приготовленных блюд; - соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов; - использование сертифицированной питьевой воды; - витаминизация 3-го блюда; - использование йодированной соли; - введение овощей и фруктов, зелени, соков в ежедневный рацион; - организация питьевого режима.	ежедневно постоянно постоянно постоянно постоянно постоянно постоянно постоянно постоянно	м/с, заведующий
4.	Проведение закаливающих процедур - закаливание с учетом индивидуальных возможностей ребенка (контрастные воздушные ванны, ленивая гимнастика после дневного сна, хождение босиком, солнечные ванны, мокрые дорожки, облегченная одежда, утренний прием на свежем воздухе, широкая аэрация помещений, сон с доступом воздуха + 19°C); - максимальное пребывание детей на свежем воздухе.	ежедневно (при оптимальных температурных условиях) ежедневно (4-4,5 ч) и максимально летом	воспитатели воспитатели
5.	Организация гигиенического режима - режим проветривания помещений; - режим кварцевания; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; - смена и маркировка постельного белья; - проведение противоэпидемиологических мероприятий; - гигиенические требования к игрушкам.	постоянно постоянно постоянно по графику карантин ежедневно	мл. восп-ли воспитатели воспитатели мл. восп-ли мед. персонал воспитатели
6.	Организация здоровьесберегающей среды - качество проведения утреннего приема, своевременная изоляция больного ребенка; - оптимизация режима дня; - санитарно-гигиенические требования к организации образовательного процесса; - организация и проведение прогулок; - организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима; - выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей;	ежедневно постоянно постоянно ежедневно период адаптации постоянно постоянно	восп-ли, м/с восп-ли, восп-ли воспитатели воспитатели сотрудники ОУ сотрудники ОУ,

	- соблюдение правил пожарной безопасности; - подбор мебели с учетом антропометрических данных; - подготовка участка для правильной и безопасной прогулки; - оказание первой медицинской помощи; - наличие аптек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение.	2 раза в год ежедневно по мере необх-сти постоянно	м/с, восп-ли воспитатели, мл. воспитатели м/с, восп-ли м/с, восп-ли
Физкультурно-оздоровительная деятельность			
7.	<i>Физическое развитие детей</i>		
	- непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей;	3 раза в неделю	воспитатель
	- спортивные игры и упражнения на воздухе	1 раз в неделю	воспитатель
8.	<i>Развитие двигательной активности</i>		
	- утренняя гимнастика;	ежедневно	воспитатели
	- физкультминутки;	в середине ООД	воспитатели
	- двигательная разминка;	ежедневно	воспитатели
	- подвижные игры и физические упражнения на прогулке;	ежедневно	воспитатели
	- подвижные игры в групповом помещении;	ежедневно	воспитатели
	- оздоровительный бег;	ежедневно	воспитатели
	- индивидуальная работа по развитию движений.	ежедневно	воспитатели
9.	<i>Физкультурные праздники и развлечения</i>		
	- неделя здоровья;	1 раз в год	воспитатели
	- физкультурный досуг;	1 раз в месяц	воспитатели
	- физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе;	2-3 раза в год	воспитатели
	- спортивные игры-соревнования;	1-2 раза в год	воспитатели
10.	<i>Профилактика и нарушение в физическом развитии детей</i>		
	- бодрящая гимнастика;	ежедневно	воспитатель
	- самомассаж;	ежедневно	воспитатель
	- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки;	ежедневно	воспитатель
	- профилактика зрения.	ежедневно	воспитатель
Обеспечение социально-психологического благополучия ребёнка			
11.	<i>Адаптационный период</i>		
	использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы;	ежедневно	воспитатели
	организация работы с детьми в утренние часы (ритуалы вхождения в день).	ежедневно	воспитатели
Здоровьесберегающая образовательная деятельность			
14.	Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни.	по плану	воспитатели

15.	Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей.	постоянно	воспитатели
Работа с персоналом			
16.	Обучение персонала: - инструктаж персонала по охране жизни и здоровья детей; - инструктаж персонала по пожарной безопасности; - сан.тех.учеба; - обучение на рабочем месте; - санитарно-просветительская работа с персоналом.	1 раз в полгода	Педагогический персонал – зам.зав.по УВР, обслуживающий персонал – зам.зав.по АХР Зам. Зав по безопасности
17.	Организация контроля за: - выполнением санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса и режима дня;	по программе производственного контроля	администрация
	- соблюдением санитарно-гигиенических требований к оснащению помещений и участков;		
	- проведением оздоровительных процедур;		
	- соблюдением противоэпидемиологического режима в группах и на пищеблоке;		
	- соблюдением графика генеральной уборки помещений;		
	- воздушным и питьевым режимом по учреждению;		
	- ведением журнала приема детей в группе;	Постоянно	Воспитатели
	- физической нагрузкой детей;	Постоянно	
	- контроль за доставкой и хранением вакцины; - маркировкой постельного белья; - состоянием здоровья сотрудников пищеблока; - температурным режимом холодильника;		м/с, администрация
	- сроками реализации скоропортящихся продуктов;		
	- качеством готовой продукции, взятие и хранение суточной пробы с контрольной записью в бракеражном журнале;		
	- товарным соседством продуктов на пищеблоке;		
	- прохождением профилактических осмотров персоналом;		
	- привитием персонала.		
Внешние связи			

18.	<i>Взаимодействие с семьей:</i> - участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях; - оформление информационных стендов, выставок; - индивидуальное консультирование родителей; - амбулаторный прием педиатра (по жалобе); - организация и проведение родительских собраний; - организация групповых консультаций; - анкетирование родителей.	по плану в период обследования постоянно по мере необх-сти по мере необх-сти по плану по мере необх-сти по план	Воспитатель по ФИЗО Воспитатели
19.	<i>Взаимодействие с социальными институтами:</i> - Детская поликлиника	Постоянно	Заведующий
	- Управление образования;	Постоянно	Заведующий
	- Госпожнадзор;	Постоянно	Заведующий
	- Роспотребнадзор.	Постоянно	Заведующий

Комплексный план
охраны и укрепления здоровья МАДОУ ЦРР - детского сада № 28
«Дельфинчик»
городского округа Ступино Московской области
на 2016 – 2019 годы

Наименование плана	«Комплексный план охраны и укрепления здоровья воспитанников и сотрудников муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения- «Центр развития ребенка- детского сада № 28 «Дельфинчик» городского округа Ступино Московской области на 2016 – 2019 годы»
Основания для разработки Плана	Федеральный закон №131-ФЗ «Об общих принципах местного самоуправления в Российской Федерации». Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ. Концепция «Ступинский район – Здоровье 21» долгосрочная политика охраны и укрепления здоровья населения Ступинского района Московской области. Постановление Главы СМР «Об организации сети «Детских садов, содействующих укреплению здоровья» в городского округа Ступино
Заказчик плана	Администрация МАДОУ ЦРР - д/с № 28 «Дельфинчик» городского округа Ступино Московской области

Цель Плана:	Формирование здоровьесберегающей образовательной среды, обеспечивающей сохранение и укрепление физического и психологического здоровья воспитанников; формирование здоровьесориентированного мировоззрения педагогов, дошкольников, родителей.
Задачи Плана	• Снижение заболеваемости, улучшение состояния здоровья детей, уменьшение количества пропусков воспитанников по причине болезни; • повышение качества проводимой профилактической и физкультурно-оздоровительной работы; • укрепление материально-технической базы ДУ • обеспечение здоровым полноценным питанием воспитанников образовательных учреждений; • создание условий для оптимальной двигательной активности детей • совершенствование здоровьесберегающих технологий; • непрерывное повышение профессионализма педагогических и других категорий работников ДООУ, информированности родителей в области охраны здоровья детей; • формирование мотивации, культуры и навыков здорового образа жизни у детей и взрослых • овладение детьми знаниями и способами безопасного поведения в быту, в социуме, природе. • проведение инновационной деятельности как одного из факторов полного здоровья.
Срок реализации	2016 – 2019 годы
Целевые группы	Дети, педагоги, родители воспитанников.
Источники финансирования Плана	Бюджетные и внебюджетные средства, спонсорская помощь
Ожидаемые результаты от реализации Плана	- уменьшение количества пропусков воспитанников по причине болезни (ниже по сравнению с предыдущим периодом и ниже районного показателя) - устойчивая мотивация ведения здорового образа жизни у детей и взрослых - создание условий для успешной социализации-индивидуализации личности дошкольника - обеспечение оптимального уровня физического развития дошкольников - совершенствование МТБ ДОО: - совершенствование развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС - обеспечение полноценного рациона в домашних условиях в результате повышения знаний родителей о здоровом питании

	- повышение педагогического мастерства, внедрение современных здоровьесберегающих технологий - снижение факторов различных заболеваний - повышение результативности профилактической работы в ДОУ и семье
Контроль за реализацией Плана	Администрация МАДОУ ЦРР- д/с № 28 «Дельфинчик» городского округа Ступино Московской области

Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

п/п	№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1		Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим (адаптационный период) Гибкий режим Занятие по подгруппам Рациональное питание: -второй завтрак – соки, фрукты -введение овощей и фруктов в обед и полдник -замена продуктов для детей-аллергиков -питьевой режим Индивидуальный режим пробуждения после дневного сна	Все группы
			Занятия по БЖД	Старший дошк.возраст
			Соблюдение режима двигательной активности	Все группы
		Физические упражнения	Утренняя гимнастика Физкультурные занятия Профилактика плоскостопия Подвижные и динамичные игры Физкультминутки на занятиях Спортивные игры Психогимнастика Дыхательная гимнастика	Все группы Все группы По показаниям врача Все группы Все группы Все группы Все группы
		Гигиенические и водные процедуры	Умывание Мытье рук водой комнатной температуры Игры с водой Обеспечение чистоты среды	Все группы Все группы Все группы

	Световоздушные ванны	Проветривание помещений (в т.ч. сквозное) Сон при открытых фрамугах Прогулки на свежем воздухе Контрастные воздушные ванны Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы Старший дошкольный возраст Все группы Все группы
	Активный отдых	Развлечения Праздники Игры-забавы Дни здоровья Каникулы	Все группы
	Свето – и цветотерапия	Обеспечение светового режима Цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
	Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов Музыкальное оформление фона занятий Использование музыки в театрализованной деятельности	Все группы
	Физиотерапия	Кварцевание	Все группы
	Стимулирующая терапия	Лечебное смазывание носа оксолиновой мазью Витаминизация	Все группы
	Психопрофилактика	Психогимнастика Аутотренинг Релаксация	Все группы
	Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психоэмоционального состояния	-диагностика уровня физического развития -диспансеризация детей детской поликлиникой -диагностика физической подготовленности -диагностика развития ребенка -обследование психоэмоционального состояния детей педагогом-психологом	Дети младшего и старшего дошкольного возраста

Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
1.Элементы повседневного закаливания	В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей			
1.1.Воздушно-температурный режим:	От +21 до +19 С	От +20 до +18 С	От +20 до +18 С	От +20 до +18 С
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей.			
- одностороннее проветривание (в присутствии детей)	В холодное время проветривание проводится кратковременно (5-10 минут). Допускается снижение температуры на 1-2 градуса			
-сквозное проветривание (в отсутствии детей)	В холодное время года проводится кратковременно (5-10 мин.) Критерием прекращения проветривания помещения является температура воздуха, сниженная на 2-3 градуса.			
-утром, перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
-перед возвращением детей с дневной прогулки	+21С	+20С	+20С	+20С
-во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время дня проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении			
2. Воздушные ванны: - прием детей на воздухе	-15С	-15С	-18С	-18С
-утренняя гимнастика	В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная.			
-физкультурные занятия	+18С	+18С	+18С	+18С
	Одно занятие круглогодично на воздухе.			
	-15С	-18С	-19С	-20С
	Два занятия в зале. Форма спортивная, в носках.			
	+18С	+18С	+18С	+18С
-прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям в холодное время года.			

	-18С	-20С	-22С	-22С
-световоздушные ванны	В неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-40 минут. В теплое время года ежедневно при температуре от +20С до +22С, после предварительной воздушной ванны в течение 10-15 мин.			
-хождение босиком	Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20С до +22С. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур до и после дневного сна.			
-дневной сон	Обеспечивается состояние теплого комфорта соответствием одежды, температуры воздуха в помещении			
	+18С	+18С	+18С	+18С
-физические упражнения	ежедневно			
-после дневного сна	В помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы.			
-гигиенические процедуры	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры			
II. Специальные закаливающие воздействия	Полоскание рта водой комнатной температуры.			
	Контрастно-воздушное закаливание после дневного сна.			
Закаливание проводится на фоне теплого комфорта для организма ребенка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности ребенка и его эмоциональный настрой.				

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СОТРУДНИКОВ МАДОУ В ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Должность	Содержание деятельности
Заведующий	Создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, для обеспечения их питанием. Обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных мероприятий и других условий по охране жизни и здоровья детей. Отвечает за проведение ремонта.
Старшая медицинская сестра	Осматривает детей во время утреннего приема. Организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах. Осуществляет контроль за режимом дня. Вместе с врачом-педиатром делает профилактические прививки. Оказывает доврачебную помощь. Проверяет организацию питания в группах. Следит за санитарным состоянием пищеблока и групповых комнат и других помещений учреждения. Проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей. Контролирует качество поставляемых продуктов, соблюдение правил их хранения и реализации.
Старший воспитатель	Составляет расписание занятий с учетом возраста детей, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах. Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах. Проводит диагностику двигательных навыков совместно с инструктором по ФИЗО. Осуществляет контроль за режимом дня. Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей. Проводит консультативную работу среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления детей.
Педагог-психолог	Наблюдает за динамикой нервно-психического развития детей. Проводит диагностику психического здоровья детей и их эмоционального благополучия. Составляет коррекционные программы по улучшению эмоционального благополучия и нервно-психического развития детей. Проводит соответствующую коррекционную работу.
Инструктор по ФИЗО	Координирует всю физкультурно-оздоровительную работу. Проводит физкультурные занятия, физкультурные досуги и праздники, индивидуальную работу по развитию и коррекции двигательных навыков детей. Наблюдает за динамикой физического развития детей. Проводит диагностику двигательных навыков совместно со старшим воспитателем Консультирует воспитателей по вопросам проведения утренней гимнастики, подвижных игр, индивидуальной работы по развитию движений. На педагогических советах докладывает о физическом состоянии и развитии движения детей.

	Проводит просветительскую работу с родителями по вопросам здорового образа жизни и использования элементов физической культуры в домашних условиях.
Музыкальный руководитель	Способствует развитию эмоциональной сферы ребенка. Проводит музыкальные игры и хороводы с детьми. Занимается развитием движений детей на музыкальных занятиях и в свободное от занятий время. Участствует в проведении утренней гимнастики, физкультурных досугов и праздников.
Воспитатели	Проводят утреннюю гимнастику, пальчиковую гимнастику, физкультминутки, подвижные игры. Спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия. Соблюдают режим дня. Следят за здоровьем детей и их эмоциональным состоянием, информируют об этом медсестру, заведующего, педагога-психолога. Следят за температурным режимом, искусственным освещением, одеждой детей. На педагогических советах отчитываются о состоянии физического развития детей и проведении закаливающих мероприятий. Проводят просветительскую работу среди родителей и детей.
Зам. зав. по АХЧ	Обеспечивает правильную работу вентиляционных установок. Регулирует тепловой и воздушный режим детского сада. Следит за состоянием оборудования и, здания, помещений, территории во избежание травмоопасных ситуаций. Контролирует соблюдение правил противопожарной безопасности.
Прачка	Своевременно производит замену постельного белья.
Повар	Своевременно готовит пищу в соответствии с режимом детского сада. Проводит доброкачественную кулинарную обработку продуктов. Обеспечивает строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов.
Дворник	Содержит в чистоте участок детского сада и подходы к нему. Своевременно убирает снег и сосульки с крыши. Следит за состоянием ограждения территории детского сада.
Сторож	Следит за дежурным освещением. Отвечает за противопожарную безопасность охраняемого здания

Приложение 5

Модель двигательного режима детей в возрасте от 1 года 6 месяцев до 3 лет

Вид занятия и формы двигательной активности	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительные занятия	
1.2. Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности (3 мин)
1.3. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, утром и вечером (30 мин)
1.4. Пробежка по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно, после дневного сна в спальне (5 мин)
1.5. Гимнастика пробуждения	Ежедневно, после пробуждения и подъема детей (5 мин)
2 НОД	
2.1. По физической культуре	3 раза в неделю (10 мин)
2.2. Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
3. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи	
3.1. Домашние задания	Определяются воспитателем

Модель двигательного режима детей в возрасте от 3 до 7 лет

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1. Организованная деятельность	7 часов в неделю	8 часов в неделю	10 и более часов в неделю	12 и более часов в неделю
2. Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
3. Гимнастика пробуждения	5-6 мин.	5-8 мин.	10 мин.	10 мин.
4. Подвижные игры	Не менее 2 – 4 раз в день			
	6- 10 мин.		6- 10 мин.	
5. Спортивные игры		Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
6. Спортивные упражнения на прогулке с мячом веревкой скакалкой, обручем	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю			
	-	Самокат 8 – 12 мин.	10 – 12 мин.	10 – 15 мин
	Лыжи 10 мин.	10 мин.	15 мин.	20 мин.
	Ежедневно с подгруппами			

7. Физкультурные упражнения на прогулке	5 – 7 мин.	8 – 10 мин.	10 мин.	15 мин.
8. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости			
9. Физкультурные	3 раза в неделю			
	15 мин.	20 мин.	25 мин	15 мин.
10. Музыкальные занятия (часть занятия)	2 раза в неделю			
	3 – 5 мин.		3 – 5 мин.	
11. Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю 5 – 10 мин.	1 раз в неделю 10 – 15 мин.	1 раз в неделю 15 – 20 мин	1 раз в неделю 25 мин
12. Спортивные развлечения, досуги	2 раза в месяц			
	20 мин.	20 мин.	30 мин.	30 - 35 мин.
13. Спортивные праздники	2 раза в год			
	20 – 25 мин.	20 – 25 мин.	50 – 60 мин.	50 – 60 мин.
14. День здоровья	1 раз в квартал			
15. Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами.			
16. Прогулка	15мин		20мин	25мин 30мин
17. Бытовая деятельность	5мин		8мин	10мин 10-15мин
18. Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту			
19. Игровая деятельность между занятиями	10мин		10мин	10мин 15мин
20. Использование спортивного уголка	В течении всего дня			
21. Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, дней здоровья			

Приложение 6

Обеспечение социально-психологического благополучия ребенка

Модель организации деятельности по обеспечению психического здоровья детей

№ п/п	Виды деятельности	Периодичность	Ответственный
1. Подготовительный этап			
1.1.	Сбор банка данных о ребенке и семье (Анкетирование, экспресс-опрос)	По мере поступления ребенка в ДОУ	Психолог, Заведующий
1.2.	Родительское собрание для вновь поступающих.	1 раз в год	Психолог, заведующий
1.3.	Индивидуальное собеседование с родителями	По мере необходимости	Психолог
1.5.	Круглый стол для педагогов групп раннего возраста «Адаптация ребенка к детскому саду»	1 раз в год	Психолог, Педагоги
2. Адаптационный этап			
2.1.	Наблюдение за детьми	В течение адаптационного периода	Психолог, педагоги
2.2.	Консультирование педагогов и родителей	По мере необходимости	Психолог
2.3.	Отработка методик приема детей в группу (подготовка шкафчика, спального места, сюрпризы для новых детей)	В течение адаптационного периода	Педагоги
2.4.	Ритуалы утреннего и вечернего сбора	Ежедневно	Педагоги
2.5.	Заполнение адаптационных карт ребенка	10 дней с момента поступления ребёнка в детский сад	Педагоги
3. Коррекционно-развивающий этап			
3.1.	Групповые занятия по развитию эмоциональной сферы ребёнка	2 раза в месяц	Психолог
3.2.	Групповые занятия по развитию коммуникативных навыков ребёнка	2 раза в месяц	Психолог
3.3.	Психогимнастика, пальчиковая гимнастика	Ежедневно	Педагоги
4. Предшкольный этап			

4.1.	Изучение межличностных отношений детей	2 раза в год	Психолог, педагоги
4.2.	Изучение эмоционального состояния детей через «Экран настроения»	Ежедневно	Педагоги, психолог
4.3.	Определение уровня готовности ребёнка к обучению в школе	2 раза в год	Психолог

Приложение 8

Формы и методы оздоровления

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	-щадающий режим -гибкий режим -организация микроклимата и стиля группы -учет лунного ритма -учет биоритмов	Все группы
2.	Физические упражнения	- утренняя гимнастика - физкультурно-оздоровительные занятия -подвижные и динамичные игры - профилактическая гимнастика - Спортивные игры - Занятия а спортивных секциях - Занятия аэробикой -дозированная ходьба -пешие прогулки	Все группы Мл. групп Ср., стар.,подг.
3.	Гигиенические и водные процедуры	-умывание -мытье рук -местный и общий душ (летом) -игры с водой -обеспечение чистоты среды	Все группы
4.	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное) - сон при открытых форточках -прогулки на свежем воздухе - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы
5.	Активный отдых	-развлечения и праздники	Все группы

		- игры-забавы -дни здоровья -каникулы	
6.	Арома и фитотерапия	- ароматизация помещений - полоскание ротовой полости отваром трав	Все группы Стар. Сред. подгот.
7.	Свето и цветотерапия	- обеспечение светового режима -цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
8.	Музтерапия	- музсопровождение режимных моментов -музоформление фона занятий -музтеатральная деятельность -хоровое пение	Все группы
9.	Аутотренинг и психогимнастика	- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы -игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний -коррекция поведения	Мл. гр. Ср., стар, подгот.
10.	Спецзакаливание	- босоножье -Игровой массаж -обширное умывание -дыхательная гимнастика	Все группы Ср.стар.подгот. Все группы
11.	Пропаганда ЗОЖ	-беседы и лекция -спецзанятия по ОБЖ	Все группы Ср. старш. подгот

Приложение 9

МЕРОПРИЯТИЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ.

№	МЕРОПРИЯТИЯ	РЕКОМЕНДАЦИИ
1	Режим (щадящий)	Укороченное пребывание в детском саду, постепенное увеличение времени пребывания в группе
2	Питание	Сохранение привычного способа питания на период адаптации. Не кормить насильно.
3	Гимнастика	В соответствии с возрастом при положительной реакции ребенка.

4	Закаливание	В соответствии с индивидуальными особенностями, постепенное включение, при положительном эмоциональном настрое.
5	Занятийная деятельность	По возрасту при отсутствии негативной реакции.
6	Профилактические прививки	На период адаптации исключить.

**Перспективный план работы по формированию основ
здорового образа жизни.**
младшая группа

<i>Месяц</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание и формы работы с детьми</i>	<i>Содержание и формы работы с родителями</i>
Сентябрь	Ребёнок и здоровье	1. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье» Цель: Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу. 2. Диигра «Кому что нужно» Цель: закреплять знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу. 3. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница» Цель: расширить знания детей о профессиональных действиях медицинских работников, воспитывать уважение к их труду. Учить объединяться в игре, распределять роли. 4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»	Анкета для роди-телей «Семья и здоровье ребёнка» Цель: выявление роли физической культуры в семье.
Октябрь	Полезные продукты	1. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям» Цель: Уточнить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов для здоровья человека. 2. Дидактические игры «Чудесный мешочек», «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты» Цель: Закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении дифференцировать овощи и фрукты. 3. С/рол. игра «Овощной магазин»	Папка-ширма: «Что такое правильное питание» Журнал «Здоровье»: «Детские закуски»

		Цель: Закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах. 4. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита» 5. Продуктивная деятельность Рисование «Что за яблочко, оно соку спелого полно» Цель: Учить детей изображать предметы круглой формы, закрашивать, не выходя за края. Закрепить знания о пользе фруктов. 6. Развлечение «Весёлые овощи»	
Ноябрь	Личная гигиена	1.Беседа «Чистота и здоровье» Цель: Формировать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. 2.Дидактические игры «Таня простудилась», «Сделаем куклам разные причёски», «Вымоем куклу» Цель: способствовать формированию навыка пользования носовым платком, закреплять навыки ухода за волосами, знания о предметах личной гигиены. Способствовать формированию привычки к опрятности. 3. С/рол. игра «Парикмахерская» Цель: Закреплять знания о профессии парикмахера, формировать навыки культуры общения, поведения. 4. Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «девочка чумакая», З.Александрова «Купание», потешки : «Расти коса до пояса», «Водичка водичка» 5. Развлечение «Девочка чумакая»	
Декабрь	Тело человека	1. Беседа «Моё тело» Цель: Познакомить детей с частями тела, рассказать об органах чувств. 2.Дидактические игры «Запомни движение», «Посылка от обезьянки. Цель: Упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание. 3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки», Н.Саконская «Где мой пальчик»	
		1. Беседа «Витамины и здоровье»	Журнал «Здоровье»

Январь	Витамины и здоровье	Цель: Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека. 2. Дидактические игры «Угадай на вкус», «Назови правильно» Цель: Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов, умение определять их по вкусу. 3. Продуктивная деятельность Рисование «Витамины» Цель: Учить детей симметрично располагать рисунок, заполнять всё пространство контура, закрепить умение рисовать ватной палочкой. Закрепить знание детей о пользах витаминов. 4. Развлечение «Таблетки растут на грядке, таблетки растут на ветке»	«Советы по предупреждению нарушения осанки у детей» «Упражнения для формирования правильной осанки у детей» Папка-ширма: «Предупреждение плоскостопия у детей»
Февраль	Ребёнок на улицах города	1. Занятие «Всем ребятам надо знать, как по улице шагать» Цель: Познакомить детей с элементарными правилами поведения на улице, правилами дорожного движения, рассказать о светофоре. 2. Беседа «Если ты потерялся на улице» Цель: познакомить детей с элементарными правилами поведения в сложных ситуациях, рассказать к кому можно обратиться за помощью. 2. Дидактическая игра «О чём говорит светофор» Цель: закрепить знание детьми значения сигналов светофора. 3. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль» 4. С/рол. игра «Автобус» Цель: Упражнять детей в навыках правильного поведения в транспорте, способствовать формированию культуры речевого общения. 5. Чтение С. Михалков «Дядя Степа – милиционер», В. Клименко «Зайка-велосипедист» 6. Развлечение «Незнайка на улице»	
Март	Будем спортом заниматься	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта. 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» Цель: Закрепить название некоторых видов спорта 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду»	Папка-ширма «Массаж против насморка» Журнал «Здоровье» «Упражнения дыхательной гимнастики»

		Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности 4. Продуктивная деятельность Рисование «Разноцветные мячи» Цель: Упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре. 5. Спортивное развлечение «Мы мороза не боимся»	для часто болеющих детей»
Апрель	Врачи – наши помощники	1. Занятие «Врачи – наши помощники» Цель: Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, уточнить представления об овощах, учить сажать лук 2. Экскурсия в аптеку Цель: Познакомить детей с работой фармацевта: отпускает лекарства и витамины по рецептам врача 3. С/рол. игры «Аптека», «Больница» Цель: Закрепить знание детей о профессии врача, способствовать формированию основ здорового образа жизни. 4. Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А.Барто «Мы с Тamarой» 5. День здоровья	
Май	Опасности вокруг нас	1.Беседа «Опасные предметы вокруг нас» Цель: Учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности. 2.Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя» Цель: Закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность. 3. С/рол. игры «Семья», «Больница» Цель: Способствовать объединению нескольких игр в единую сюжетную линию, закрепить знание о профессиях врача, медсестры. 4. Развлечение «Медведи в гостях у детей»	Папка-ширма «Учим детей основам безопасности»

Список литературы:

1. Волчкова В.Н., Степанова Н.В. Конспекты занятий в старшей группе детского сада. Познавательное развитие. Учебно – методическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2004.
2. Голицина Н.С., Шумова И.М. Воспитание здорового образа жизни у малышей. – М.: «Скрипторий 2003», 2007.
3. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра. СПб. 1997.
4. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера , 2008
5. Щипицина Л.М. и др. Азбука общения. СПб. 1998

Перспективный план работы по формированию ЗОЖ.

средняя группа

<i>Месяц</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание и формы работы с детьми</i>	<i>Содержание и формы работы с родителями</i>
Сентябрь	Ребёнок и здоровье	1. Беседа: «Как я буду заботиться о своем здоровье» 2. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье» Цель: Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу. 3. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница» Цель: расширить знания детей о профессиональных действиях медицинских работников, воспитывать уважение к их труду. Учить объединяться в игре, распределять роли. 4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»	Анкета для родителей «Семья и здоровье ребёнка» Цель: выявление роли физической культуры в семье. Консультация: «Развиваем пальчики»
Октябрь	Полезные продукты	1. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям» Цель: Уточнить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов для здоровья человека. 2. Беседа: «Витамины и полезные продукты» 3. Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты», «Съедобное – несъедобное» Цель: Закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении дифференцировать овощи и фрукты. Формировать первичное знание о съедобных и несъедобных продуктах ООД: «Здоровая пища» Цель: способствовать формированию представлений детей о пользе и вреде еды для организма 3. С/рол. игра «Овощной магазин», «Угостим куклу чаем»	Газета «Здоровье с детства».

		Цель: Закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах. Формировать умение правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами 4. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита» 5. Продуктивная деятельность Аппликация «Большие и маленькие яблоки» Цель: Обеспечить развитие умения наклеивать круглые предметы	
Ноябрь	Личная гигиена умывание каждый день	Разработка проекта (ноябрь-февраль) 1.Беседа «Чистота и здоровье», «Умываются котята по утрам и вечерам», «Как правильно мыть руки», «Как ухаживать за полостью рта». Цель: Формировать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. 2.Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Почистим зубки», «Зуб неболеет-ка» Цель: закреплять знания о предметах личной гигиены. Способствовать формированию привычки к опрятности (мыло, полотенце, зубная паста). Формировать умение детей как нужно ухаживать за зубами и правильно питаться. 3. Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода». Цель: Формировать умение детей делать выводы, мышление, вызвать радость от открытия полученных опытов 4. С/рол. игра «Искушаем куклу Катю», «Салон красоты» Цель: Формировать практические умения при умывании и купании куклы, закреплять знания о предметах личной гигиены 5. Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумахая», З.Александрова «Купание», потешки : «Расти коса до пояса», «Водичка водичка»	Консультация для родителей «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни». Анкетирование (по проекту) Консультация для родителей: «Культурно гигиенические навыки их значения в развитие ребенка»
Декабрь	Наше здоровье	1. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с», «Правила здорового носа». Цель: Формировать у детей осознанное отношение к здоровью, стремление бережно относиться к нему в холодный период года. Формировать основы безопасного поведения в группе и на участке.	Анкетирование «Здоровый образ жизни».

		2. Дидактические игры «Покажи мишке, как надо одеваться, чтобы не простудиться». Цель: Формировать знания у детей зимней одежды и порядок одевания. 3. Чтение Н.Саконская «Где мой пальчик», С. Шукшина «Как беречь нос». ООД: «Профилактика простудных заболеваний». Цель: расширять представления о причинах возникновения инфекционных заболеваний. 4. С/рол. игра «Кукла Маша простудилась», «Больница» Цель: Формировать навык пользования носовым платком, приучать детей при чихании и кашле прикрывать рот носовым платком, если кто-нибудь находится рядом.	Беседа с родителями: «Здоровье ребенка в наших руках».
Январь	Витамины и здоровье	1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины», «Роль лекарств и витаминов» Цель: Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека. 2. Дидактические игры «Угадай на вкус», «Назови правильно», «Полезно – неполезно». Цель: Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов, умение определять их по вкусу. ООД: «Путешествие за витаминами» Цель: расширять представление детей о витаминах и их полезных свойствах. «В нашем саду растут витамины» Цель: Познакомить детей с понятием «витамины», закрепить знания об овощах, фруктах, об их значении в питании. Обеспечить развитие мышления, внимания. Способствовать развитию умения навыков самообслуживания, желание следить за своим здоровьем. 3. Продуктивная деятельность: Рисование «Витамины» Аппликация «Овощи и фрукты», Лепка «Морковки». Цель: Учить детей симметрично располагать рисунок, заполнять всё пространство контура, закрепить умение рисовать ватной палочкой. Закрепить знание детей о пользе витаминов. 4. Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала»	Журнал «Здоровье» «Советы по предупреждению нарушения осанки у детей» «Упражнения для формирования правильной осанки у детей»

Февраль	Тело человека	1. Беседа «Моё тело», «Мы все похожие но разные», «Чтобы ушки слышали», «Глаза мои помощники», Рассматривание картин – «Тело человека» Цель: Познакомить детей с частями тела, формировать знания об отдельных частях своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Повышение интереса детей к здоровому образу жизни 2. Дидактические игры «Запомни движение», «Покажи части тела». Цель: Упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание. 3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки», С.Маршак «Тело человека» 4. Спортивное развлечение «Сильнее, выше, смелее» ООД: «Части тела» Цель: формировать представления о строении тела человека	
Март	Будем спортом заниматься	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта. 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» Цель: Закрепить название некоторых видов спорта 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду» Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности 4. Продуктивная деятельность Рисование «Разноцветные мячи» Цель: Упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре. День здоровья Развлечения: «Паровоз – здоровья» Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой	Папка-ширма «Массаж против насморка» Журнал «Здоровье» «Упражнения дыхательной гимнастики для часто болеющих детей»
	Опасности вокруг нас	1. Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства» Цель: Формирование знаний детей о здоровом образе жизни. Учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности	

Апрель		ООД: «Помоги себе и своему другу» 2. Занятие «Врачи – наши помощники» Цель: Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, уточнить представления об овощах, учить сажать лук 3. Дидактическая игра «Опасно-безопасно», «Скорая помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя» Цель: Закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность. 4. С/рол. игры «Мы шоферы», «Больница» Цель: Обобщать знания о правилах техники безопасности в быту и на улице. Закрепить знание детей о профессии врача, способствовать формированию основ здорового образа жизни. 5. Чтение «Кошкин дом»	Папка-ширма «Учим детей основам безопасности»
--------	--	---	---

Перспективный план работы по формированию основ здорового образа жизни

Старшая группа

Месяц	Содержание и формы работы с детьми	Содержание и формы работы с родителями
Сентябрь	«Здравствуйте мои друзья». Создание условий для радостного общения детей после летнего отпуска. Помочь детям понять, что от слов - хороших или плохих - зависит здоровье, как самих детей, так и окружающих “Здоровый образ жизни” Дать понятие «здоровье», формировать у детей представление о здоровом человеке и развивать умение использовать имеющиеся знания о здоровье сберегающих условиях. «Что такое болезнь?» Формировать представление о правилах ухода за больным, формировать умение характеризовать свое самочувствие.	Анкетирование родителей «Ваши дети и их здоровье»
октябрь	«Что помогает мне быть здоровым» Раскрыть значение оздоровительных мероприятий и «помощников» здоровья. «Витамины и их роль в жизни человека. Каталог витаминов для детей». Закрепить знания детей о витаминах, сделать каталог витаминов для детей с помощью родителей. «Приготовление витаминного салата». Научить детей приготавливать витаминный салат. «Рисование: витамины на нашем столе – фрукты и овощи». Через рисунок закрепить представление детей о витаминах растительного происхождения.	Оформление папки- передвижки «Витамины и минералы – незаменимые компоненты в питании»
ноябрь	«Мои защитники: кожа, ногти, волосы» Дать общее представление о том, что кожа, ногти и волосы являются защитниками организма человека. "Кожа, её строение и значение" Познакомить со строением кожи, её значением. Формировать представление о коже, как защите организма от инфекции. "Гигиена кожи" Учить детей любить себя и свое тело, прививать гигиенические навыки. "Как возникают болезни" Дать детям понять, что болезни не возникают из ничего, а ими заражаются. Сформулировать правила, которые нужно соблюдать, чтобы уберечься от инфекции.	Гостиная здоровья: «Здоровый ребенок — здоровое общество».
декабрь	«Беседа о вирусах – вредилусах. Рисование вирусов по представлению» Познакомить детей с вирусами, которые вызывают заболевания.	Презентация «Целебные свойства овощей, фруктов и ягод».

	«Лекарственные растения нашего края» Продолжать знакомство с лекарственными растениями своего края, учить детей делать гербарий. «Лечебные деревья» Продолжать знакомство с лечебными свойствами некоторых деревьев «Рисование лекарственных растений – составление альбома». Закрепить через практическую деятельность названия лекарственных растений.	
январь	«Рождественские каникулы: спортивные праздники и развлечения» Создать условия для отдыха, вызвать желание заниматься спортом «Спортландия – спортивные игры и развлечения» Прививать любовь к спорту. Развивать у детей физические качества. «Чем полезен снег для человека – познавательное занятие с экспериментами». Познакомить с оздоровительными свойствами снега. «Я – часть природы» Учить детей любить себя и окружающих людей. Дать понять детям, что человек - часть природы и о взаимодействии всех природных объектов.	Семинар-практикум «Закаливание ребенка дома». Методические рекомендации «Зимние игры и развлечения детей».
февраль	«Части тела человека» Учить детей любить себя и свое тело. Познакомить с частями тела человека. «Функции позвоночника, скелета» Развивать у детей понимание функции позвоночника, скелета. «Моя красивая осанка» Познакомить детей с понятием «осанка» и ее важностью для сохранения здоровья. «Органы слуха» Активизировать знания детей о роли слуха для ориентировки в окружающей действительности.	Методические рекомендации «Игры и упражнения для профилактики плоскостопия». Оформление папки-передвижки «Внимание!!! Осанка!!!»
март	«Роль зрения в жизни человека» Показать детям какую роль играют глаза в жизни человека. «Уход за зубами» Напомнить детям о средствах личной гигиены, закрепить приобретенные навыки. «Зубная паста, мыло и вода – наши лучшие друзья» Познакомить детей с продуктами, которые укрепляют и разрушают зубы. «О правильном приеме пищи» Развить у детей представление о работе главного органа пищеварения – желудка.	Гостиния здоровья «Здоровые глазки». Памятка «Гимнастика для глаз»
апрель	«Наши внутренние органы» Дать детям общие представления о внутренних органах человека «Сердце – наш мотор» Познакомить детей с сердцем и его функцией в организме человека.	Оформление папки-передвижки «Все о дыхании ребенка»; «Ароматерапия для детей».

	«Для чего нужна кровь?» Рассказать детям о кровеносной системе нашего организма, как остановить кровотечение. «Зачем мы дышим: органы дыхания». Познакомить детей с дыхательной системой, показать правильное дыхание	
май	«В здоровом теле – здоровый дух» Закрепление пройденного материала. «Движение – это жизнь. Спортивные игры» Прививать любовь к спорту. «Солнце, воздух и воды – наши лучшие друзья» Закрепить знания детей о естественных факторах природы и правилах закаливания организма этими факторами. «Правила поведения на воде» Формировать у детей навыки безопасного поведения на воде.	Презентация «Физкультура и спорт» Оформление папки-передвижки «Отдых летом».

Перспективный план работы по ЗОЖ в подготовительной группе

Месяц	Тема	Задачи	Содержание	Совместная деятельность	Самостоятельная деятельность
сентябрь	Твой режим дня	Сформировать представления о правильном режиме дня. Закрепить последовательность действий утром, днем и вечером. Воспитывать желание соблюдать режим дня.	1. И.М. В гости к детям приходит бабушка мальчика Вити и жалуется на то, что мальчик всё время болеет. Как вы думаете, почему у Вити слабое здоровье? 2. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу». 3. Беседа по содержанию стихотворения: - Соблюдает ли Витя режим дня? - Правильно ли он питается? - Закаляет ли бабушка Витю? - Как помочь укрепить Витино здоровье?	Д/и «Режим дня» Цель: закрепить у детей последовательность действий в течении дня. Д/и «Что перепутал художник» Цель: закрепить представления о правильном режиме дня. Общение «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	<u>В учебной зоне</u> – вывесить плакат «Твой режим дня», выложить дидактические игры «Режим дня», «Части судок» и «Что перепутал художник» <u>В умывальной комнате</u> - вывесить последовательность мытья рук. <u>В библиотеке</u> – выставить книги с произведениями «Девочка чумазя», «Мойдодыр», «Про

			4. Гитмическая гимнастика под музыку «Зверобика» 5. Д/и «Режим дня» 6. Итог занятия: дети с воспитателем составляют модель здорового образа жизни для Вити. Бабушка благодарит детей и угощает фруктами.	Цель: развитие речи детей и умения рассуждать.	мимозу», «Козлёнок, который не хотел умываться»
октябрь	Откуда берутся болезни	Сформировать представления о здоровье, болезнях, микробах. Дать элементарные представления об инфекционных заболеваниях, способах их распространения. Научить детей заботиться не только о своём здоровье, но и о здоровье окружающих.	1. П.С. В группу к детям приходит Незнайка. Он чихает и кашляет, при этом не прикрывает рот носовым платком. Расскажем Незнайке правила поведения человека при простуде. 2. Беседа: «Как себя вести, если ты простудился?» - Почему человек болеет? - Как вы думаете, каким образом микробы могут проникнуть внутрь организма? - Почему заболевшему человеку необходимо пользоваться носовым платком? - Какие правила больному нужно соблюдать, чтобы быстрее выздороветь? 3. П/и «Полезные продукты» 4. Самомассаж биологически активных точек «Неболейка» 5. Итог занятия: проводится сюжетно – ролевая игра «Больница», в ходе которой Незнайка выздоравливает.	Д/и «Оденься правильно» Цель: выявить умения детей выбирать одежду по сезону. Игра по ТРИЗ «Что будет если ...» Цель: закрепление правил поведения в осеннее – зимний период» Конструктивная деятельность «Больница для игрушек» Цель: закреплять умение детей конструированию по образцу. Досуг «Осторожно микробы» Цель: формировать представления о причине некоторых заболеваний – микробах (71, 65)	<u>В игровую зону</u> – выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Больница». <u>В уголок конструирования</u> – подготовить образцы постройки здания больницы и различный строительный материал (кубики, конструктор «Лего») <u>В учебную зону</u> – выставить дидактическую игру «Одень куклу на прогулку» и повесить картину «На приеме у врача». <u>В физкультурный уголок</u> - подготовить атрибуты для подвижной игры «Полезные продукты»

ноябрь	С врачами нужно нам дружить	Закрепить знания детей о врачах – специалистах и особенностях их работы. Учить детей не бояться врачей, самому уметь оказывать помощь.	1. И.М. Дети заходят в группу и видят, что у кукол повязки на руках, ногах, горле и т.д. Как вы думаете, что случилось с нашими игрушками? 2. Вопросы к детям: - Как узнать кто из кукол, чем болен? - К каким врачам каждому из них нужно обратиться за помощью? - Расскажите о своём визите в поликлинику. 3. Д/и «Угадай, что за доктор» 4. Ритмическая пауза «Мы в автобусе сидим» 5. С/р игра «Поликлиника». 6. Итог занятия: все игрушки здоровы и дети вместе с ними танцуют.	Разучивание стихотворения «Прививка» Цель: формирование положительного отношения к прививкам, развитие речи и памяти детей. Рассматривание альбома «Наши врачи» Цель: закрепить знания детей о многообразии специалистов – врачей в поликлинике. Д/и «Продолжи определение» Цель: формирование умения формулировать определения	<u>В игровую зону</u> – приготовить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Поликлиника», «Аптека» <u>В учебную зону</u> – выложить альбом «Наши врачи» <u>В театральный уголок</u> подготовить атрибуты к инсценировки отрывка сказки «Добрый доктор Айболит» <u>В уголке творчества</u> – выложить образцы рисования: врача, скорой помощи, больницы; организовать выставку детских рисунков «Добрый доктор»
декабрь	Мой организм	Дать представления об устройстве человеческого организма. Познакомить детей с понятиями «сердце», «легкие», «желудок», «скелет» и их основными функциями. Воспитывать у детей интерес к изучению человеческого организма.	1. И.М. Дети получают посылку от Знайки, в которой плакат с изображением человеческого организма. Ребята, как вы думаете, о чём Знайка хочет, чтобы мы сегодня узнали? 2. Рассматривание плаката. 3. Д/и «Покажи, что назову» 4. Физминутка «Спорт – здоровье» (6, 28) 5. Рассказ воспитателя о строении человеческого организма. 6. вопросы к детям: - Зачем человеку сердце? - Нужен ли человеку скелет и для чего?	Д/и «Кто что делает» Цель: знакомство с функциями органов» Задание «Знакомство с работой сердца» Цель: научить детей определять пульс с лучевой артерии. Лепка человеческой фигуры на металлическом каркасе. Цель: продолжать знакомство с человеческим скелетом и его функциями.	<u>В физкультурном уголке</u> – выложить игрушки для развития дыхания, вывесить пособие «5 волшебных точек», ростомер и игрушки для подпрыгивания. <u>В уголок творчества</u> – выложить пластилин и схему лепки фигуры человека. <u>В учебной зоне</u> – поместить плакаты «Кровеносная система», «Дыхательная система», «Скелет» и

			- С помощью какого органа дышит человек? - Как пища попадает в желудок? 7. Итог занятия: «Что означает выражение «золотое сердце»? Нарисуйте любого сказочного персонажа, у которого было «золотое сердце»	Дыхательное упражнение «Дровосек» Цель: развитие органов дыхания у детей.	«Пищеварительная система»
январь	Кто с закалкой дружит – никогда не тужит.	Дать первоначальные представления о закаливании и его значении для человеческого организма. Закрепить понятия о взаимосвязи закаливания и здоровья. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.	1. И.М. В группу к детям заходит Незнайка и сообщает, что доктор Пилюлькин прописал ему закаливание. А что это он не знает. Поможем Незнайке, расскажем про закаливающие процедуры. 2. Беседа: - Как вы понимаете фразу «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» - Расскажите, как вы закаливаетесь в детском саду и дома? - А как закаливание влияет на здоровье человеческого организма. 4. Физминутка «На зарядке, на заре» (6, 11) 5.Чтение рассказа «Волшебный морж» 6. Вопросы к детям: - Как волшебный морж помог Ване закаливаться? - Как вы думаете, что кроме здоровья, морж помог закалить мальчику? - Какие правила при закаливании нужно знать?	Физкультурный досуг «На спортивной площадке» Цель: создание положительного эмоционального настроения, повышение двигательной активности, развитие чувства товарищества. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» Цель: воспитание любви к водным процедурам, развитие творческих способностей детей. Загадки детям. Цель: знакомство с тем, как животные ухаживают за собой. Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» Цель: закрепление знаний о пользе закаливания.	<u>В умывальной комнате</u> – поместить последовательность мытья рук и обливания ног прохладной водой. <u>В театральный уголок</u> - выложить атрибуты для инсценировки сказки «Мойдодыр» <u>В игровой зоне</u> - приготовить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Семья». <u>В уголке природы</u> - поместить иллюстрации животных, птиц – принимающих водные процедуры. <u>В учебной зоне</u> -выложить альбом «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» и дидактическую игру «Одень куклу по сезону»

			7. Итог занятия: дети показывают Незнайке, как они закаляют свой организм в группе.		
февраль	Чтоб здоровой была кожа – за её чистотой следить надо тоже.	Дать первоначальные представления о кожных покровах человека и животных. Познакомить с основными функциями кожи. Воспитывать осознанное желание у детей по уходу за кожей своего тела.	1. И.М. В группу к детям заходит грязный Незнайка, собирается есть яблоко. Воспитатель просит его сначала вымыть руки. Он отказывается. Дети, расскажем Незнайке, почему нужно следить за чистотой своих рук. 2. Вопросы к детям: - Ребята, а нужно следить только за чистотой рук? - Что может случиться с Незнайкой, если он не будет мыться? 3. Рассказ воспитателя о кожных покровах человека и животных, их значении. 4. Ритмическая пауза под музыку «Все ребята любят мыться» 5. Загадки детям о средствах гигиены. 6. Д/и «Чтобы кожа была здоровой» 7. Итог занятия: дети отправляются с Незнайкой мыть руки, лицо и уши.	Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены» Цель: закрепить знания детей о предметах гигиены, упражнять детей называть предмет по заданным признакам. Общение «Сколькоими способами можно очистить кожу» Цель: доказать, что любое действие можно выполнить различными способами. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо» Цель: закрепить образцы правильного поведения у детей.	<u>В игровой уголок</u> – выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Парикмахерская» <u>В учебную зону</u> – выложить дидактические игры «Наши помощники» и «Чтобы кожа была здоровой» <u>В уголке природы</u> - поместить иллюстрации животных, птиц – принимающих водные процедуры. <u>В библиотеку</u> выложить книги со сказками и рассказами «Козлёнок, который не любил умываться», «Мойдодыр», «Волшебный морж», «Девочка чумакая» и иллюстрации к ним.
март	Сон – лучшее лекарство	Выявить и закрепить представления детей о сне и его значении. Сформировать у детей правила подготовки ко сну. Воспитывать положительное отношение ко сну.	1. И.М. В группу к детям приходит Незнайка. Он жалуется на то, что вечером долго не может уснуть, а когда спит, то ему снятся страшные сны. Как помочь Незнайке? 2. Вопросы к детям: - Зачем нужен сон? - Как вы себя чувствуете, когда не выспались?	Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось» Цель: развивать связную речь детей, учить детей не бояться сновидений. Д/и «Что сначала, что потом»	<u>В уголок творчества</u> - выложить шаблоны звёзд, месяца, кровати, подушки. <u>В игровую зону</u> - подготовить атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Семья» <u>В учебную зону</u> – выложить дидактические

			- Сколькими способами можно спать? - А вы знаете, как спят птицы, рыбы, звери? 3. Чтение стихотворения И. Токмаковой «Где спит рыбка» 4. Гимнастика после сна «Солнце глянуло в кроватку» 5. Д/и «Как готовится ко сну» 6. Тренинг «Страшные сны» 7. Итог занятия: дети рисуют для Незнайки добрые сны. Незнайка благодарит детей и уходит.	Цель: закрепить последовательность действий детей перед сном. Тренинг «Страшные сны» Цель: учить детей не бояться сновидений. Разучивание колыбельных песен. Цель: развитие памяти и певческих способностей детей	игры «Что перепутал художник», «Что сначала, что потом», «Режим дня», иллюстративный материал «Как спят звери, птицы, рыбы»; вывесить плакат «Части суток».
апрель	Зелёная аптека	Сформировать у детей понятия о взаимосвязи растительного и животного мира. Закрепить и расширить представления детей о лекарственных растениях. Воспитывать у детей бережное отношение к миру растений.	1. И.М. В гости к детям приходит Лесовичок и рассказывает детям о том, что в лесу он главный лекарь. А как же Лесовичок помогает животным без лекарств? 2. Вопросы к детям: - Как нужно себя вести, чтобы оставаться здоровым? - Как вас лечат дома, если вы вдруг простудились? - Чем можно вылечить простуду, если лекарства под рукою нет? 3. Рассказ Лесовичка о свойствах лекарственных растений. 4. Ритмическая гимнастика под музыку «Зверобика» 5. Кроссворд от Лесовичка «Зелёная аптека» 6. Итог занятия: Лесовичок рад, что вы смогли разгадать его кроссворд и запомнить лекарственные растения, поэтому дарит вам	Загадки детям о лекарственных растениях Цель: закрепление знаний о лечебных свойствах лекарственных растений. Д/и «что лишнее» Цель: Развитие умения классифицировать и обобщать предметы по определённому признаку. Общение «Если ты в лесу поранил ногу» Цель: познакомить детей с основными кровоостанавливающими растениями. Д/и по экологии «Лекарства под ногами» Цель: расширить знания о лекарственных растениях в жизни человека.	<u>В уголок природы</u> – выложить гербарий с лекарственными растениями и иллюстративный материал «Правила поведения в природе» <u>В уголок творчества</u> – образцы рисования малины, винограда, одуванчика, капусты и т.д. <u>В библиотеку</u> - выложить книги о целебных растениях, детскую энциклопедию «Растения» <u>В учебную зону</u> – выложить дидактическое пособие «Первая медицинская помощь при травмах», дидактическую игру «Что лишнее»

			малиновое варенье (чаепитие с Лесовичком)		
май	Игра «Что? Где? Когда?»	Повторить, обобщить и расширить знания детей, полученные на предыдущих занятиях. Воспитывать у детей чувство коллективизма.	1. Организационный момент (воспитатель сообщает, что занятие будет проходить в форме игры, дети делятся на команды, выбирают капитанов и название своим командам, представляются судьи) 2. На столе у педагога барабан, на которых разложены конверты с заданиями. Их прислали телезрители – сказочные персонажи. 3. В каждом конверте задание для команд: сложить картинку, отгадать загадки, назвать полезные и вредные продукты, продекламировать отрывок произведения о чистоте и т.д. 4. За правильные ответы команда зарабатывает фишки. В конце игры они подсчитываются, и определяется команда – победитель. 5. Итог игры: все участники награждаются медалями знатоков.	Игра – эстафета «Полезные продукты» Цель: закрепить знания детей о вредных и полезных продуктах. Д/и с мячом «Виды спорта» Цель: закрепить в памяти детей названия видов спорта. Д/и «Что вредно, что полезно» Цель: закрепить знания детей о способах укрепления здоровья. Рисование «Любимый герой сказки К.И. Чуковского «Доктор Айболит» Цель: развивать художественные способности детей. Д/и «Кто что делает» Цель: знакомство с функциями органов» Общение «Сколькоими способами можно очистить кожу» Цель: доказать, что любое действие можно выполнить различными способами.	<u>В учебную зону</u> – выложить дидактические игры «Что перепутал художник», «Что сначала, что потом», «Режим дня» <u>Физкультурный уголок</u> – выложить спортивные игры «Кольцеброс», «Дарц», «Кегельбан». <u>Игровая зона</u> – приготовить атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Кабинет окулиста» <u>В уголке природы</u> - поместить иллюстрации животных, птиц – принимающих водные процедуры <u>В уголок творчества</u> – выложить пластилин и схему лепки фигуры человека. <u>В библиотеку</u> «Козлёнок, который не любил умываться», «Мойдодыр», «Волшебный морж», «Девочка чумазая» и иллюстрации к ним.