

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Ярский детский сад №3
комбинированного вида «Улыбка»

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол №1 от 30 августа 2024 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Ярский детский сад №3

Ф.С. Кильдибекова
Приказ № 124 от 02 сентября 2024 г.

Оздоровительная программа
МБДОУ Ярский детский сад №3
на 2024-2025 учебный год

Пос. Яр, 2024г.

Пояснительная записка.

В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья детей, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей являются одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье»

Сохранение и укрепление здоровья детей является одним из приоритетных направлений работы нашего ДОУ.

Для выработки грамотного, эффективного плана действий была составлена Оздоровительная Программа, которая стала инструментом ориентации и интеграции усилий всего коллектива к будущим желаемым результатам, но уже не с позиции сегодняшнего дня, а с учетом перспективы.

Программа была разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, творческие объединения педагогов и старшей медсестры;
- научно - методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка, индекс здоровья);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ (занятия, внедрение системы здоровьесберегающих технологий);
- характеристика здорового питания , как одной из составляющих здорового образа жизни.

Программа определяет основные направления, задачи, а так же план действий и их реализацию.

Программа способна создать новые условия для воспитания здоровой личности.

Программа, разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения - это комплексная система воспитания ребенка дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства.

Цель программы

Оздоровительная программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья; формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Нормативно-правовая база:

Конвенция ООН «О правах ребёнка»;

«Семейный кодекс РФ»;

Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43.

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании» в Российской Федерации;

Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»

Устав ДОУ.

Образовательная Программа ДО.

Объекты программы:

Дети ДОУ;

Педагогический коллектив;

Родители (законные представители) детей, посещающих ДОУ;

Специалисты Ярской ЦРБ, ДЮСШ, Ярский политехникум, ОО района.

Принципы:

- научности - подкрепление всех проводимых мероприятий по укреплению здоровья научно обоснованными методиками.
- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- непрерывность и целостность - вся работа по оздоровлению детей должна проводиться в

комплексе и системе всего учебно-воспитательного процесса.

- принцип систематичности и последовательности - постепенный, системный подход к подаче материала, к решению тех или иных возникающих проблем.

- доступности - использовании здоровьесберегающих технологий в соответствии возрастными особенностями детей.

Реализация Программы осуществляется по направлениям:

- физкультурно - оздоровительная работа;
- разговор о правильном питании.

I. Физкультурно-оздоровительная работа.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОО
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- противорецидивное лечение хронических заболеваний
- дегельминтизация
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Проектирование и планирование текущей педагогической деятельности

Режим дня. Особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.),
- виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми обычных групп;

Образовательная деятельность в ходе режимных моментов

	Младшая группа (2 - 3)	Младшая группа (3 - 4)	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Культурно - гигиенические навыки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Базовый вид деятельности: Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Чтение художественной литературы; Театрализованные игры для малышей	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки (погодные условия учитываются)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Дежурство			ежедневно	ежедневно	ежедневно
игра	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах(уголках) развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Активный отдых	развлечения , праздники - игры- забавы	развлечения , праздники - игры- забавы	- Дни здоровья - развлечения , праздники - игры- забавы - каникулы	- Дни здоровья - развлечения , праздники - игры- забавы - каникулы	- Дни здоровья - развлечения, праздники - игры- забавы - каникулы
Дорожки здоровья		ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Система оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	1 младшая	Ежедневно в	Воспитатели,

	- щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	группа Все группы Все группы	адаптационный период ежедневно ежедневно	медсестра, педагоги все педагоги, медсестра
2.	Двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физ.культуре
2.1.	Утренняя гимнастика Корректирующая гимнастика после дневного сна	Все группы Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ф/р
2.2.	Занятия по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
2.3.	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4.	Элементы спортивных игр	Старший возраст	2 р. в неделю	Воспитатели, Инст.по физ.-ре
2.5	Кружковая работа	Старший возраст.	1 р. в неделю	Инструктор по физ.культуре
2.6.	Активный отдых - физкультурный досуг; - туристический поход в лес.	Все группы Все группы Подготовительная, старшая	1 р. в месяц 1 р. в год	Инструктор по физ.культуре Воспитатели, родители
2.7.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья», «Весёлые старты»	все группы .	1 р. в год 1 р. в год	Инструктор Воспитатели, муз. рук.
3.	Лечебно - профилактические мероприятия			
3.1.	Витамиотерапия, С-витаминизация третьих блюд	Все группы	Курсы 2 р. в год постоянно	медсестра
3.2.	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В неблагоприятный период	медсестра
3.3	Фитонезидотерапия (лук, чеснок), оксолино-профилактика	Все группы	В неблагоприятный период	Воспитатели медсестра
3.4.	Полоскание полости рта Полоскание горла настоями трав	Все группы Логопед.груп.	Постоянно Осень, весна	Воспитатели Ст.медсестра
4.	Закаливание			
4.1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После сна	Воспитатели
4.2.	Ходьба босиком	Все группы	Летний период	Воспитатели
4.3.	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели,
4.4.	Обширное мытьё рук, лица	Все группы		Воспитатели
4.5.	Массаж сухой варежкой	Старшие группы	После сна	воспитатели

Режим двигательной активности на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Форма организации двигательной деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность									
		1-я младшая		2-я младшая		средняя		старшая		подготовительная	
		в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	30 мин	3 раза в неделю	45 мин.	3 раза в неделю	60 мин.	3 раза в неделю	75 мин.	3 раза в неделю	90 мин.
3.	Физкультминутки	1-2 мин.	5-10 мин.	2 мин.	10 мин.	2 мин.	10 мин.	4 мин.	20 мин.	4 мин.	20 мин.
4.	Музыкальные занятия (музыкально-ритмические движения, игры)	2 раза в неделю 4-5 мин	8-10 мин.	2 раза в неделю 4-5 мин	8-10 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 6-7 мин.	12-14 мин.
5.	Подвижные игры, - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты; аттракционы. спортивные упражнения	8-10 мин.	40-50 мин.	8-10 мин.	40-50 мин.	15 мин.	75 мин.	15-20 мин.	75-90 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
6.	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке, спортивные игры	10-15 мин.	50-75 мин.	10-15 мин.	50-75 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
7.	Гимнастика после дневного сна	4-5 мин.	20-25 мин.	4-5 мин.	20-25 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.
8.	Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная	1-2 мин	5-10 мин	1-2 мин	5-10 мин	2-3 мин	10 - 15 мин	2-3 мин	10 - 15 мин	2-3 мин	10 - 15 мин

	- пальчиковая гимнастика; зрительная гимнастика.										
	Итого:	56 мин.	4 ч. 20 мин.	55 мин.	4ч35 мин.	70 мин.	5 ч. 52 мин.	84 мин.	6 ч. 32 мин.	98 мин.	7 ч. 49 мин.
	Активный отдых										
	Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 10-15 мин.		1-2 раза в месяц 15-20 мин.		1-2 раза в месяц 20-25 мин.		1-2 раза в месяц 25-30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
	День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал
	Спортивный праздник		—		—		в качестве зрителей		2 раза в год		2 раза в год
	Туристские прогулки и экскурсии								1-1,5 ч.		1-2,5 ч.

II. Разговор о правильном питании.

Цель - формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование и развитие представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у дошкольников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование детей о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у детей, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Отличительные особенности направления:

Содержание работы "Разговор о правильном питании" отвечает следующим принципам:

- возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей;
- научная обоснованность и достоверность - содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей;
- практическая целесообразность - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей;
- динамическое развитие и системность - содержание каждого из последующих модулей программы, цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей в результате изучения предыдущих модулей;
- вовлеченность в реализацию программы родителей воспитанников;
- культурологическая сообразность - в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

В ходе реализации направления используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

Наиболее распространенными при этом являются игровые методики - ролевые, ситуационные, образно-ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы.

Уровень результатов работы:

1уровень - формирование у детей способности самостоятельно мыслить и действовать, добывать и применять знания, удовлетворять интеллектуальные запросы, четко планировать свои действия.

2уровень - формирование универсальных учебных действий: восприятие, внимание, формы мышления - наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое.

3уровень - участие в конкурсах, конференциях, в выставках, соревнованиях, осознанное стремление к здоровому образу жизни.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки.

Воспитанники знают:

- основные правила правильного питания.

Воспитанники умеют:

- распознавать вкусовые качества наиболее употребляемых продуктов;

Воспитанники имеют представление:

- об основных принципах гигиены питания;
- о необходимости и важности регулярного питания и соблюдения режима питания;
- о завтраке, обеде и ужине, как об обязательных компонентах ежедневного меню;
- о значении молока и молочных продуктов;
- о значении жидкости для организма человека, ценности разнообразных напитков;
- о связи рациона питания с образом жизни, о высококалорийных продуктах питания;
- о значении витаминов и минеральных веществ в жизни человека, о разнообразии овощей, фруктов и ягод, их значении для организма;
- о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем.

Проверка результатов проводится через:

- наблюдение;
- анкетирование родителей;
- тестирование;
- опросы детей и их родителей;
- рисунки детей.

Личностными результатами являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Перспективный план работы

Октябрь. Занятия .	Работа вне занятий.	Работа с родителями.
Тема: «Знакомство с героями Улицы Сезам» Цель: познакомить детей с героями «Улицы Сезам», дать представление о характере каждого героя.	Рассматривание иллюстраций и картин с изображением героев «Улицы Сезам». Цель: закрепить знание детей о героях.	Анализ работы Оздоровительной Программы 2023 год

Тема: «Самые полезные продукты» Цель: Дать детям представления о полезных продуктах и их жизненно важное значение. Закрепить обобщающие понятия овощи, фрукты, продукты.	Беседы с детьми о здоровом образе жизни Цель: умение детей называть обобщающие понятия, закреплять знания, что помогает укреплять здоровье человека	Анкетирование родителей «здоровое питание - здоровый ребенок
		Выставка детского творчества «что мы знаем о полезных продуктах».

Тема: «Если хочешь быть здоров». Цель: Показать и рассказать детям разницу между полезными и любимыми продуктами.	Дидактические игры» «Волшебные корзины», «Найди лишнее»	
Тема: Удивительные превращения пирожка» Цель: Дать представление о необходимости и важности регулярного питания, соблюдения режима питания.	Заучивание пословиц о хлебе. Цель: Воспитывать уважительное отношение к хлебу, расширять кругозор детей, обогащать речь детей.	
Ноябрь. 1. Тема: «Как правильно есть» Цель: Закрепить с детьми обработку продуктов. Соблюдение культурно-гигиенических правил.	Правила поведения за столом Цель: Воспитывать культурное поведение за столом, умение использовать «волшебные слова» спасибо, пожалуйста. Дидактическая игра Каша. Наблюдение культуры поведения за столом «Правила поведения воспитанных детей» Цель: Умение детей пользоваться столовыми приборами	Детское творчество «Моя любимая каша»
2.Тема: «Из чего варят кашу?» Рассказ о злаковых культурах. Познакомить их с историей возникновения каши. Упражнять детей в угадывании сказки и ее автора и определять, чем похожи сказки	Чтение сказки Б. Grimm «Горшочек каши» Игра «Назови крупу»	Информация для родителей о полезных свойствах каши.
3. Тема: «Как сделать кашу вкусной». Цель: Познакомить детей с добавками для каши	Лепка Крупа Цель: Развивать мелкую моторику, умение называть крупу.	
4. Тема: «Плох обед , если хлеба нет» Цель: Формирование представления об обеде как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, его структуре	Рассматривание иллюстраций растений: пшеницы, риса, гречихи и т.д. Цель: Закреплять знания о названиях растений, из которых готовятся каши, расширять представления детей о зерновых культурах	

Декабрь. 1.Тема: Какие продукты нужны для выпечки хлеба. Выучить стихотворение о хлебе «Руки человека» Я. Дягуити.	Лепка из пластилина. Цель: Умение детей передавать образ хлебобулочных изделий	Конкурс - пирогов для родителей.
--	--	---

Цель: Дать детям представление о составных компонентах теста, о значении и ценности хлеба в рационе питания, воспитывать любовь и уважение к труду хлебороба		Приглашение родителей в «Детское кафе».
2.Тема: «Что интересного узнали о хлебе?» Приготовление теста и изготовление из теста различных фигурок. Цель: «обсуждение с детьми, что нового они узнали о хлебе, чему научились в процессе исследований»	Беседа с детьми о бережном отношении к хлебу. Цель: Закрепить бережное отношение к хлебу. Приготовление из засохшего хлеба.	Ярмарка хлебных изделий.
3.Тема: «На вкус и цвет товарищей нет». Цель: Познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и привить практические навыки распознавания вкусовых качеств наиболее употребительных продуктов.	Д/игра «Определи вкус продукта». Цель: развивать вкусовые ощущения у детей, умение определять знакомые продукты Знакомство детей с соковыжималкой Цель: Продемонстрировать фруктовые коктейли. Приготовление вит. напитков	
Январь. Полдник. Тема: «Время есть булочки» Цель: Познакомить детей с вариантами полдника, дать представление о значении молока и молочных продуктов	Заучивание песни «Кто пасется на лугу» Игра - демонстрация «Это удивительное молоко» Цель: Рассказать и показать детям о питательных веществах находящихся в молоке	Методические рекомендации для родителей по правильному питанию
2.Тема: «Пора ужинать» Цель: «Формирование представления об ужине как обязательном компоненте ежедневного рациона питания».	Игра «Что можно есть на ужин» Цель: Продолжить закреплять время и полезные продукты	Методические рекомендации для родителей по правильному питанию Выпуск газеты «Поваренок»
3. Тема: «Как утолить жажду» Цель: Познакомить детей о важности воды для организма человека. Продемонстрировать, что можно приготовить с помощью воды	Эксперимент на комнатных растениях Цель: «Рассмотреть, что произойдет с цветами, если их не поливать». Беседа с детьми о пользе простой воды. Игры с водой	Методические рекомендации для родителей по правильному питанию

Февраль. 1.Тема: «Экскурсия на пищеблок Цель: Познакомить детей с приготовлением различных	Беседа с детьми для чего нужен в детском саду повар. Цель: Показать важную роль повара в детском саду.	Конкурс фотографий «Мой домашний обед» Выпуск газеты «Поваренок»
--	---	--

блюд в столовой детского сада, с работой повара. Развивать у детей фантазию и умение логически мыслить при составлении меню завтрака, развивать мелкую моторику при работе в тетрадах.		
2.Тема: «Что надо съесть, если хочешь быть сильнее» Цель: Сформировать представление о связи рациона питания и образа жизни, о высококалорийных продуктах питания	Игра «Мой день» Цель: Умение детей анализировать, называть, что полезного они сделали и что полезного съели. Рисование полезных продуктов	Конкурс фотографий «Мой домашний обед»
3.Тема: «Это удивительное молоко» Цель: Закрепить у детей знания о свойствах молока, умение называть и квалифицировать молочные продукты	Сюжетно-ролевая игра «Магазин»	
Март. Настольная игра. «Путешествие по улице Правильного питания»		Осторожно Аллергия!!! Наглядные картинки для родителей.
2.Тема: «Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты». Цель: Познакомить детей с разнообразием фруктов, ягод. Их значением для организма.	Посещение медицинского кабинета. Беседа медсестры о значимости витаминов. Игра «Овощи и фрукты»	Конкурс рецептов: Любимый салат нашей семьи.
3.Тема: «Сервировка стола к обеду, столовые приборы» Игра «Советы хозяйшки» Цель: Закрепить у детей умения правил сервировки стола и о столовых предметах	Познавательная беседа о «Возникновении ложки». Цель: Познакомить детей об истории возникновении ложки	Опрос среди родителей, умение воспитанников владеть столовыми приборами дома. Выпуск газеты «Поваренок»
Апрель. 1.Тема: «Где найти витамины весной» Цель: Познакомить детей со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека.	Рассматривание картин и иллюстраций с изображением витаминных продуктов. Игра «Отгадай название»	Конкурс-соревнование «Самый оригинальный овощной салат». Задание на дом посадить, вырастить и сделать вывод
2.Тема: «Всякому овощу свое время» Цель: Познакомить детей с разнообразием овощей, их полезными свойствами	Чтение русской сказки «Вершки и корешки»	

Тема: Итоговое занятие Цель: Подведение итогов, умение детей делать самостоятельно выводы.		Выпуск газеты «Поваренок»
Май Итоговое занятие. «Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»,		Выпуск газеты «Поваренок»

Работа с педагогами.

Работа с сотрудниками - одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям Оздоровительной Программы и т.д.;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог - здоровый воспитанник; здоровый педагог - больной воспитанник; больной педагог - больной воспитанник;
- консультации воспитателей по основам здоровьесберегающих технологий;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство, разработка и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста, детей с ОВЗ.

3. Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в психическом и физическом развитии.

4. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.

5. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.

6. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.

7. Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, экономическим, санитарно - гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.

8. Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов сопровождения воспитанников с ОВЗ

9. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.

10. Пропаганда здорового образа жизни.

11. Обучение воспитанников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции через проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов.

Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всеми миром», семья, детский сад, общественность.

Задачи работы с родителями:

Повышение педагогической культуры родителей.

Пропаганда общественного дошкольного воспитания.

Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

Установка на совместную работу с целью решения всех психолого - педагогических проблем развития ребёнка.

Вооружение родителей основами психолого - педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.

Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

Включение родителей в образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров - практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
6. Совместная образовательная деятельность для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача).
8. Организация совместных дел: конкурсы, выставки, акции и др.
9. Ежемесячный выпуск газеты «Поваренок»

Для успешной работы с родителями использовать план изучения семьи:

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения).
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.).
- стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают - положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов.
- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка.
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Кадровое обеспечение Оздоровительной Программы

Заведующий МБДОУ:

- общее руководство по реализации Оздоровительной Программы;
- ежегодный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей
- финансовое обеспечение реализации Программы.
- составление индивидуального образовательного маршрута(адаптированной программы) для воспитанников с ОВЗ, Старший воспитатель:
- составление индивидуального образовательного маршрута(адаптированной

программы) для воспитанников с ОВЗ,

- нормативно - правовое, программно - методическое обеспечение реализации Оздоровительной Программы;

- проведение мониторинга (совместно с педперсоналом);
- контроль за реализацией Оздоровительной Программы.
- ежегодный анализ реализации программы;

Учитель-логопед:

- устранение речевого дефекта у детей;
- предупреждение возможных трудностей в процессе школьного обучения (подготовка к обучению грамоте, профилактике дисграфии, совершенствование познавательных процессов и обеспечение личностной готовности к обучению в школе).

- составление индивидуального образовательного маршрута (адаптированной программы) для воспитанников с ОВЗ, Медицинская сестра:

- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;

- составление индивидуального образовательного маршрута(адаптированной программы) для воспитанников с ОВЗ,

- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- пропаганда здорового питания.

Завхоз:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;
- создание материально - технических условий;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно - гигиенических условий при реализации программы .

Инструктор по физкультуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- коррекция отклонений в физическом развитии;
- составление индивидуального образовательного маршрута(адаптированной программы) для воспитанников с ОВЗ,

- дыхательная гимнастика, физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).

Шеф - повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания. Воспитатели:

- составление индивидуального образовательного маршрута(адаптированной программы) для воспитанников с ОВЗ,

- реализация здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда ЗОЖ, здорового питания
- закаливающие мероприятия;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- дыхательная гимнастика;

Младший обслуживающий персонал:

- соблюдение санитарно - охранительного режима;
- помощь педагогам в организации оздоровительной работы.

Информационно-методическое обеспечение:

Литература для воспитателя:

Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Разговор о правильном питании». Методическое пособие для учителя. Москва. «НЕСТЛЕ», «ОЛМА-ПРЕСС». 2006г.
Безруких М.М., Филипповой Т.А., Макеевой А.Г. Методическое пособие для

учителя.

Москва. «НЕСТЛЕ», «ОЛМА ПРЕСС», 2006 г.

Кирилова Ю.А. Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР.

Л.И Пензулаева Физкультурные занятия с детьми

Ефименко Н. Горизонтальный пластический балет.

Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет..М.,2006.

Галанов

А.С. Игры, которые лечат. М.,2001.

Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.ю,2004. Картушина М.Ю Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6,6-7 лет. М.,2005.

Литература для детей:

Безруких, Т.Филиппова. Рабочая тетрадь для школьников «Разговор о правильном питании». Москва. «ОЛМА Медиа Групп», 2008 г.

Белая К.Ю., Зимонина В.Н. Как обеспечить безопасность дошкольников. М.,2000.

Электронные ресурсы:

1. Сайт Nestle «Разговор о правильном питании» [http://www.food.websib.ru/
http://www.eda-server.ru/cook-book/osnovnye/makaron/](http://www.food.websib.ru/http://www.eda-server.ru/cook-book/osnovnye/makaron/).