

Республика Бурятия  
Администрация муниципального образования «Муйский район»  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад «Золотой ключик» общеразвивающего вида

Буряад Улас  
«Муянай маг» гэрэнн ютагай засагай байгууламжын захиргаан  
Юрэнх хугжэлтын түхэлэй нургуулиинурдах иболбосоройн ютагай засагай  
бюджетэй эмхизургаан - хүүгэдэй сээрлиг «Золотой ключик»

СОГЛАСОВАНО

Председатель Совета Учреждения  
МБДОУ Д/С «Золотой ключик»

  
В.П.Васянович  
Протокол от 28.08.2024 № 1

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета  
Протокол от 28.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ Д/С «Золотой  
ключик»

  
В.Ю.Мурзина  
Приказ от 28.08.2024 № 90



**ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»**  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
Детский сад «Золотой ключик» общеразвивающего вида

п. Таксимо

2024

# Пояснительная записка

Необходимость создания программы «Здоровый дошкольник» обусловлена обеспокоенностью 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. На сегодняшний день у 54% детей дошкольного возраста наблюдаются какие-либо нарушения физической, психической и соматической сфер, к моменту окончания школы их число увеличивается до 90% и более (по сведениям Российской академии медицинских наук).

ФГОС ДО обеспечивают разностороннее развитие и воспитание детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям — физическому, социально-личностному, познавательно-речевому и художественно-эстетическому. В связи с этим предъявляются всё новые требования к здоровью ребенка.

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

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.

Однако, отдаленность результатов работы по проблеме укрепления здоровья, индивидуализация комплекса мероприятий, различия условий дошкольных учреждений затрудняют работу в реализации образовательной области «Физическое развитие».

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, а самое главное - здоровый образ жизни должен стать нормой для взрослых и детей не на словах, а на деле. Под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Основными компонентами здорового образа жизни являются: правильное питание, рациональная двигательная активность, закаливание организма, развитие дыхательного аппарата, сохранение стабильного психоэмоционального состояния. В нашем Учреждении накопился богатый опыт работы по оздоровлению воспитанников, сложилась система мероприятий по работе с детьми, имеющими какие-либо отклонения в развитии.

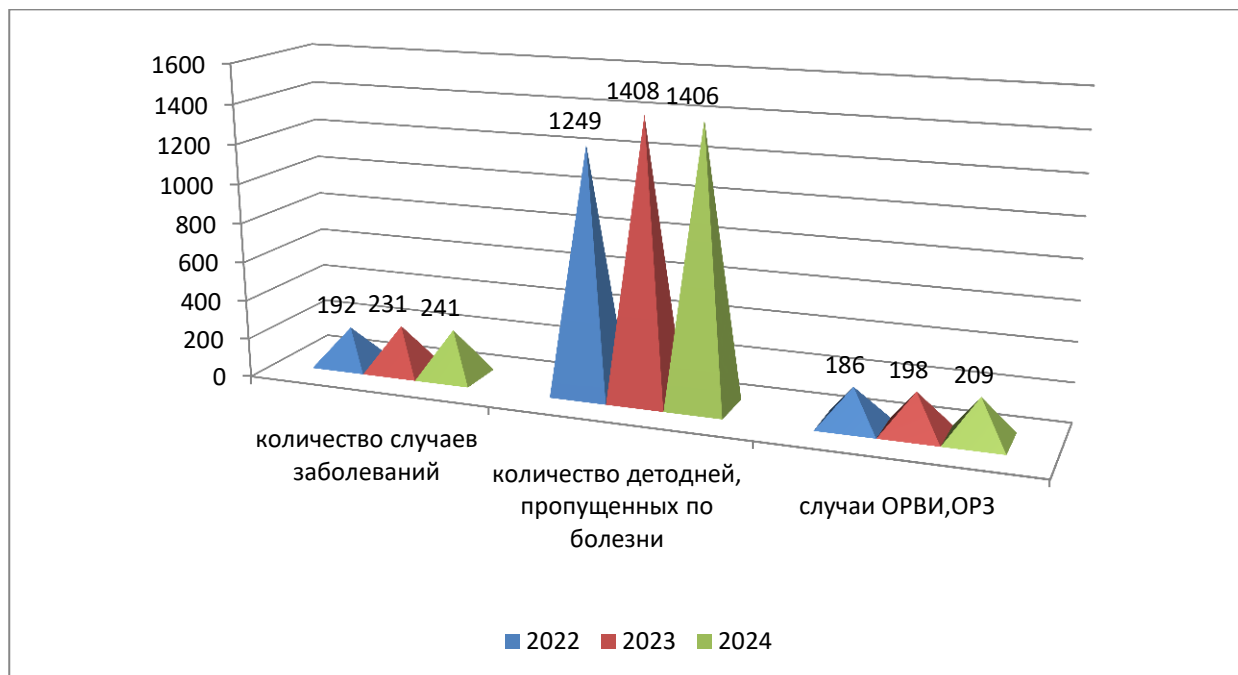
Сделать эту систему доступной, обеспечить распространение положительного опыта, скоординировать работу всех сотрудников дошкольного учреждения призвана программа «Здоровый дошкольник».

Программа раскрывает нормативную базу для реализации комплекса мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей; рациональные подходы к организации и проведению оздоровительных и закалывающих мероприятий; прописывает условия, необходимые для организации работы, совместную деятельность педагога с детьми, по реализации образовательной области «Физическое развитие»; раскрывает взаимодействие дошкольного учреждения со всеми участниками образовательного процесса.

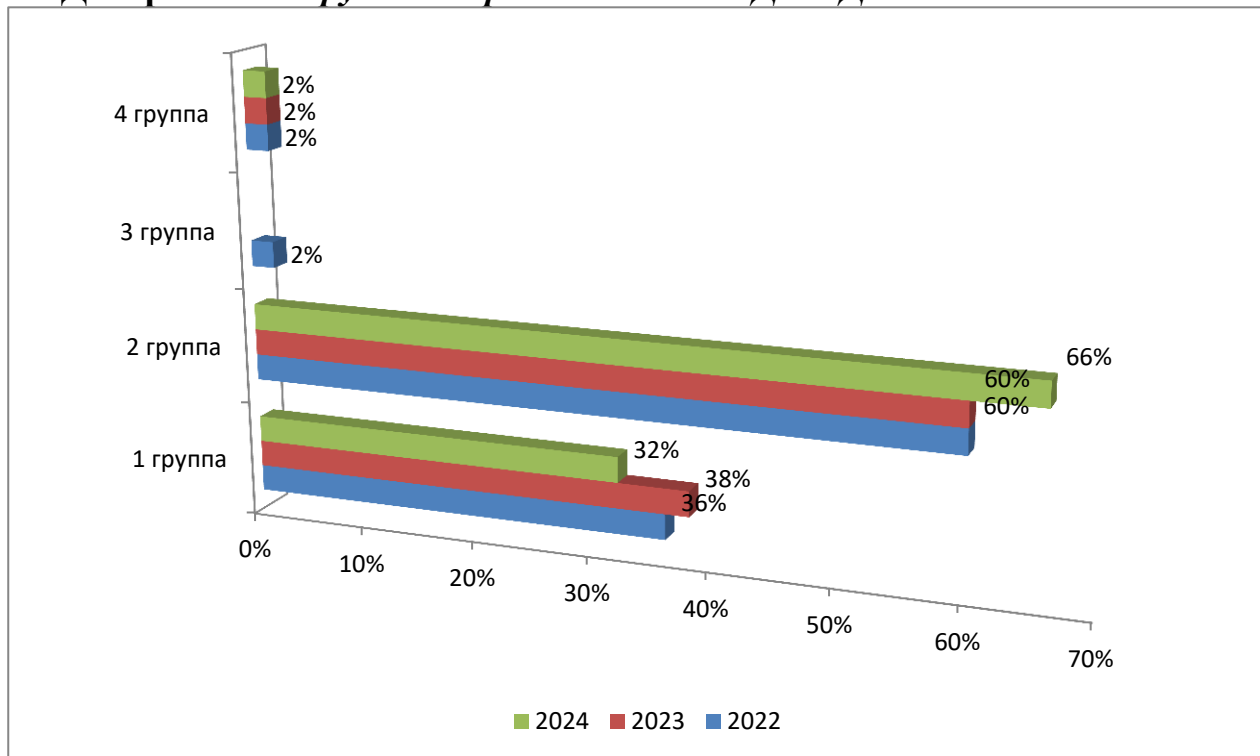
<b>№</b>	<b>Регистрационный номер</b>	<b>Наименование нормативного документа</b>
1	от 29.12.2012 N 273-ФЗ, с изменениями на 16 апреля 2022 года	Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
2	с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6- ФЗ, от 30.12.2008 N 7-ФЗ, от 05.02.2014 N 2-ФЗ, от 21.07.2014 N 11-ФЗ)	Конституция Российской Федерации
3	Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменениями на 21 января 2019 года	«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
4	Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 21 марта 2022 года № 9	О внесении изменений в санитарно- эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в

		условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-2019)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16
5	Устав Учреждения	От 28.06.2021 года № 228
6	Лицензия Учреждения на осуществление образовательной деятельности	От 27.11.2017 года № 2929
7	Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 N 1028	Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 N 71847).
8	Парциальная образовательная программа физического развития детей 3-7 лет	«Малыши - крепыши» О.В.Бережнова, В.В.Бойко
9	Постановление правительства РФ от 11.06.2014 года № 540	«Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно - спортивном комплексе «Готов к труду и обороне».
10	Письмо Министерства образования и науки РФ «О реализации приказа Минобрнауки России» от 17.10.2011 г. № 03-877	«О примерном перечне игрового оборудования для учебно-методического обеспечения дошкольных образовательных учреждений»
11	Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2	Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"
12	Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32	Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (СанПиН 2.3/2.4.3590-20)
13	Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28. 09. 2020 г. N 28	Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

**Диаграмма 1. Общая заболеваемость детей МБДОУ Д/С «Золотой ключик»**

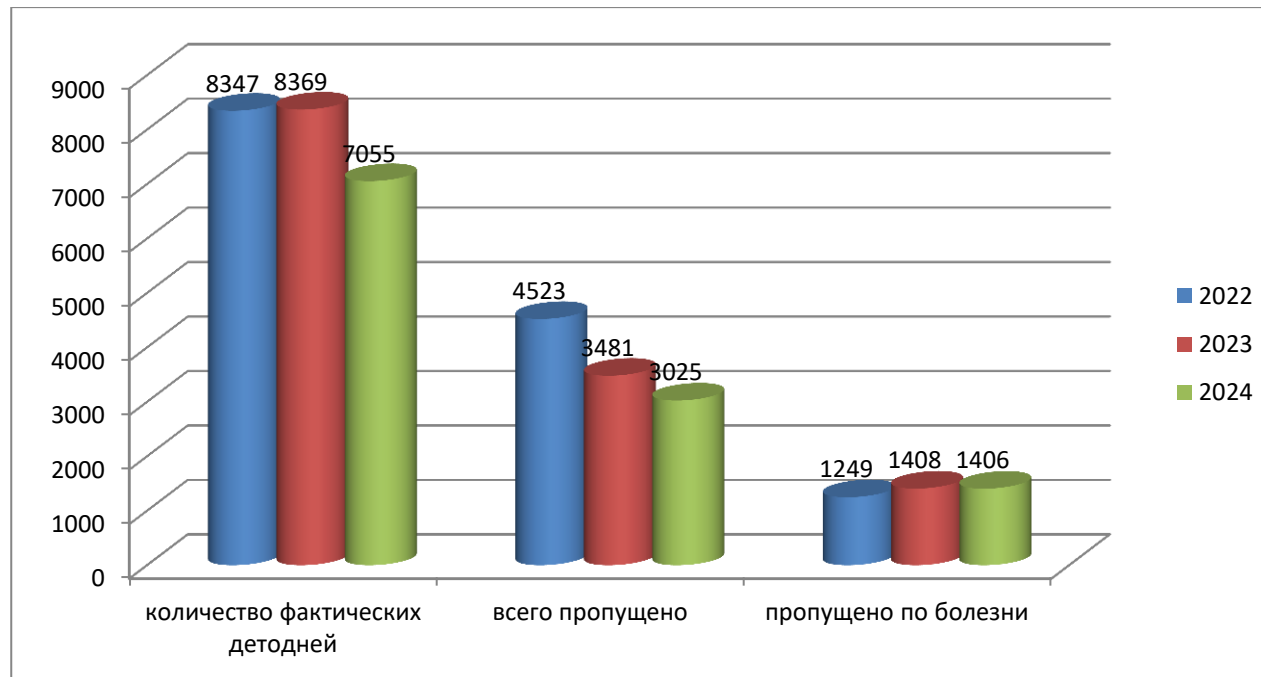


**Диаграмма 2. Группы здоровья детей МБДОУ Д/С «Золотой ключик»**

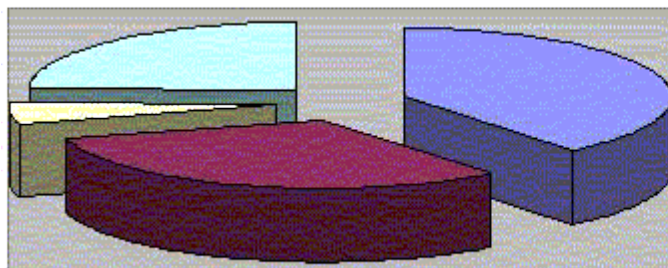


Данные мониторинга показали, что уровень здоровья наших детей оставляет желать лучшего. Заболеваемость растет, увеличивается количество дней пропущенных по болезни, растет интенсивный показатель, увеличивается количество детей со 2-й группой здоровья.

## Уровень посещаемости МБДОУ Детский сад «Золотой ключик»



## **РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ "КАКОЕ МЕСТО ЗАНИМАЕТ ФИЗКУЛЬТУРА В ВАШЕЙ СЕМЬЕ"**

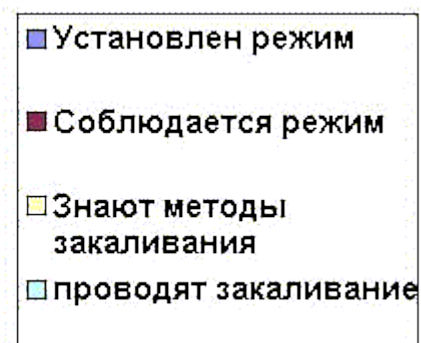
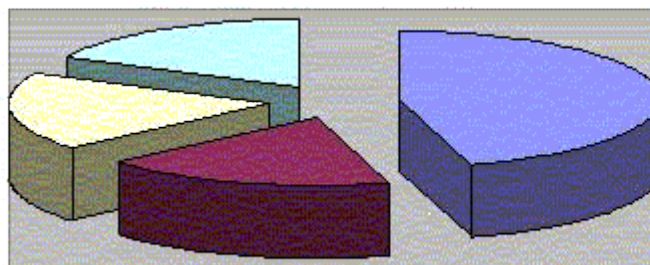


56,4% занимались или занимаются спортом.

У 45% есть дома спортивный снаряд

7,5% детей посещают спортивные секции

35% делают дома утреннюю гимнастику.





У 80% установлен режим дня, но соблюдается только у 32%.

33% знают методы и приемы закаливания, 31% проводят закаливающие мероприятия дома.

Анализ образовательной ситуации в МБДОУ позволил выявить следующие проблемы:

- несовершенство здоровьесберегающей модели для сохранения и укрепления здоровья детей;
- отсутствие системы в применении здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- отсутствие системы в вопросах просвещения семьи по педагогическому, психологическому и валеологическому направлениям;
- несоответствие уровня профессиональной компетентности педагогических кадров современным требованиям к качеству образовательного процесса (недостаточно сформированы умения применения в практике здоровьесберегающих технологий, отсутствует здоровьесберегающий стиль общения, ответственное отношение к своему здоровью)
- низкий уровень педагогической компетентности родителей, не позволяющий занять активную позицию в образовательном процессе ДОУ,
- несформированность потребности у детей, родителей и педагогов в здоровом образе жизни;

Исходя из вышеизложенного педагогический коллектив дошкольного учреждения поставил перед собой главную задачу – это проектирование такой модели здоровьесбережения, которая отвечала бы современным требованиям и запросам родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья своих детей.

Таким образом, проектирование комплексной здоровьесберегающей модели стало первостепенным при разработке программы «Здоровый дошкольник».

**Целью** данной Программы является оптимальная реализация оздоровительного, воспитательного и образовательного направления физического развития, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

**Задачи:**

- ✓ Сохранение и укрепление здоровья воспитанников МБДОУ Д/С «Золотой ключик».
- ✓ Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий и эпидемиологического благополучия внутренней среды Учреждения.
- ✓ В течение года ежемесячно проводить анализ заболеваемости и посещаемости по всем группам и общей по Учреждению.
- ✓ Расширение спектра здоровьесберегающих технологий и технологий психологической поддержки.

- ✓ Развитие двигательной активности дошкольников.
- ✓ Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью.
- ✓ Организация системы работы по внедрению 1 ступени комплекса ГТО.
- ✓ Консультирование и привлечение родителей (законных представителей) к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.
- ✓ Привлечение родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.

#### **Основные принципы программы.**

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

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

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

*Программа учитывает возрастные особенности детей и реализуется в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. Реализуется с раннего возраста до подготовительной к школе группы в группах оздоровительной направленности (частично программа реализуется в группах компенсирующей направленности).*

#### **5. Предполагаемые конечные результаты:**

Планируемым результатом освоения Программы является создание образовательной среды, обеспечивающей достаточный уровень ресурсов здоровья детей от 1 до 7(8) лет для реализации программ дошкольного образования.

Важнейшим условием реализации программ дошкольного образования в соответствии с п. 3.1. Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования является гарантированная охрана и укрепление физического и психического здоровья, в том числе эмоциональное благополучие воспитанников.

Укрепление здоровья дошкольников - это процесс, позволяющий родителям с помощью педагогов повысить контроль за здоровьем своих детей, а также совместно с детским садом улучшить его. Контроль здоровья, осуществляемый в динамике (сравнивающий начальное и новое состояние здоровья), называется мониторингом здоровья. В соответствии с ФГОС ДО, здоровье рассматривается в трех категориях:

1. Психическое здоровье (ВОЗ) не является просто отсутствием психических расстройств. Оно определяется как состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество.
2. Эмоциональное благополучие - основной фактор психического благополучия. В дошкольном возрасте оно определяется семьей и взаимодействующим с ней окружением ребенка.
3. Физическое здоровье - это не только отсутствие болезней, физических дефектов, нормальное функционирование органов и систем организма, но и динамическое состояние, характеризуемое функциональными ресурсами организма, являющееся основой выполнения индивидуумом своих биологических и социальных функций.

Ресурсы-это необходимые для жизни человека источники, запасы, средства и предпосылки. Функциональные ресурсы физического и психического здоровья - это внутренние ресурсы адаптации организма, позволяющие человеку решать поставленные жизнью задачи.

- Совершенствование комплексного подхода оздоровления дошкольников.
  - Внедрение в практическую деятельность современных психолого-педагогических технологий оздоровления детей.
  - Увеличить число детей, не болевших в течение года.
  - Совершенствование материально-технической базы.
  - Обеспечение качественным профилактическим и сбалансированным питанием детей.
  - Снижение адаптационного стресса у детей. Сохранить показатель легкой степени адаптации среди детей, поступающих в Учреждение.
  - Обеспечение единой информационной среды.
  - Повышение умственной и физической работоспособности воспитанников.
  - Улучшение показателей физического развития ребенка в динамике (по данным профилактических осмотров) (приложение №16).
- Отсутствие острой групповой заболеваемости по кишечным инфекциям.

**Прогнозируемый результат Достаточные функциональные ресурсы здоровья (ФРЗ) детей** обеспечивают:

1. Выполнение ими обычных действий в семье и в обществе.
2. Адаптацию к повышенным нагрузкам современного мира и социума.
3. Оптимальное индивидуальное развитие, позитивная социализация и освоение ОП.

**Высокий уровень ФРЗ детей** обеспечивает оптимальные условия для освоения детьми ОП.

**Низкий уровень ФРЗ детей** затрудняет освоение ребенком программ дошкольного образования. Это выявляет воспитатель в процессе педагогического мониторинга оценки индивидуального развития детей.

Важнейшим принципом мониторинга функциональных ресурсов здоровья детей программы

«Здоровье», разработанной на основе программы здоровьесозидания «К здоровой семье через детский сад» является его **конфиденциальность**.

-В конфиденциальном бланке для компьютерной обработки (компьютерный анализ) не указываются фамилии детей.

-Мониторинг проводится совместно с подписавшими информированное согласие на мониторинг ресурсов здоровья детей родителями по следующим показателям здоровья:

-Группа здоровья, кол-во пропущенных дней по болезни и сколько раз ребенок болел с сентября по апрель;

-Рост и вес;

-Физиологические показатели;

-Ортопедические показатели;

-Показатели эмоционального благополучия.

Участие родителей и специалистов дошкольного образования в мониторинге функциональных ресурсов здоровья ребенка дополнительно реализует:

-открытость дошкольного образования;

-условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Планируемыми результатами освоения Программы являются достижение следующей результативности:

**Результат персональный (улучшение качества здоровья воспитанника-участника программы):**

-снижение заболеваемости

-укрепление физического и психического (в т.ч. эмоционального благополучия) здоровья воспитанников, обеспечивающего успешность в семье и обществе.

**Результат для родителей и педагогов:**

-Развитие психолого-педагогической компетентности родителей, воспитывающих ребенка дошкольного возраста.

-Сформированная компетентность педагогов в решении профессионально- педагогических задач, связанных с реализацией программы здоровьесозидания.

-Построение целостного образовательного процесса, формирующего позитивную социализацию детей, на основе отечественных традиций и социокультурных ценностей в интересах семьи и общества.

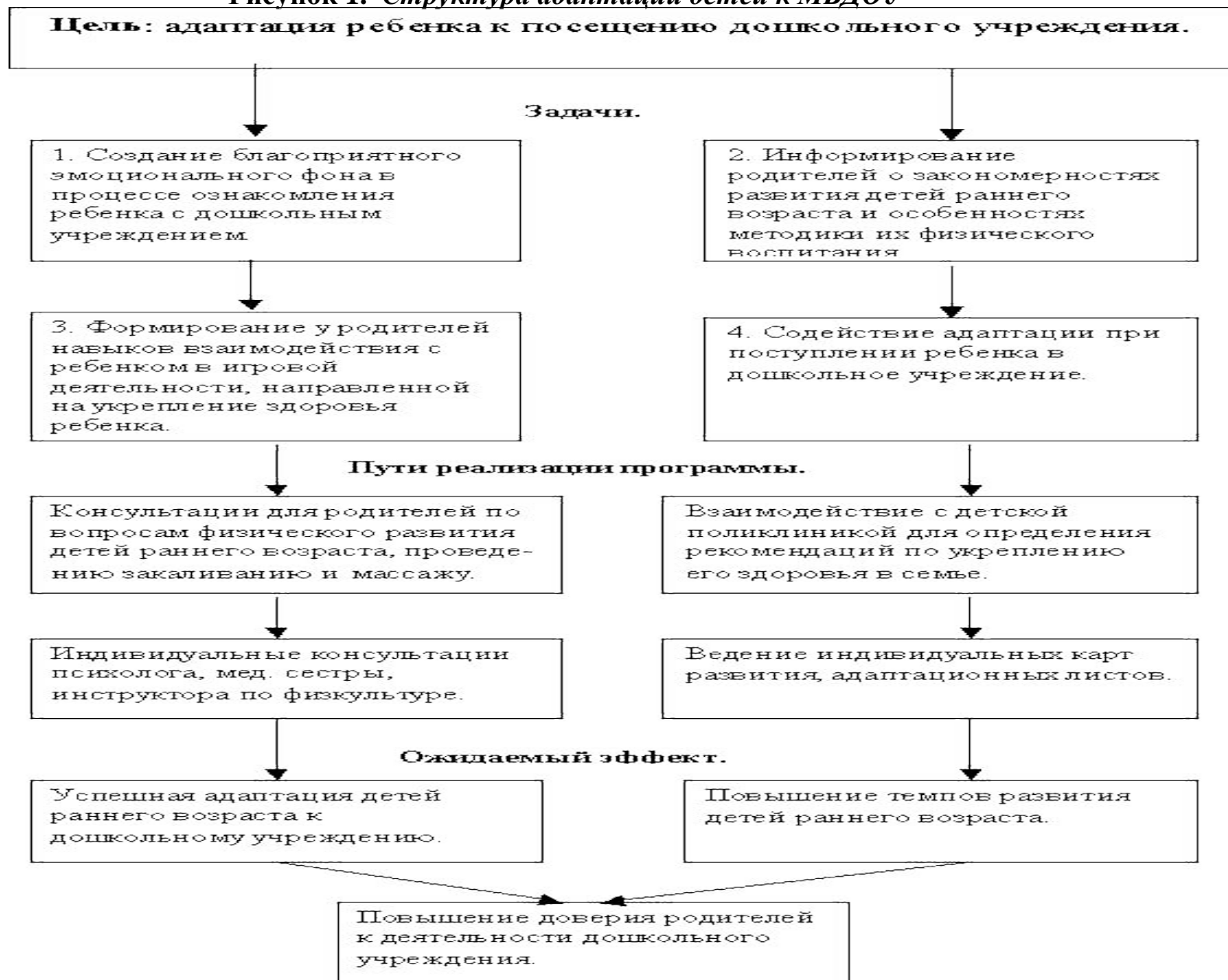
**Таблица 1. План мероприятий, направленный на осуществление комплексного подхода к улучшению состояния здоровья воспитанников**

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Наблюдение за физическим и нервно- психическим развитием детей дошкольного возраста	Постоянно	Медсестра, Инструктор физвоспитания
2.	Углубленный медицинский осмотр	По графику	Медсестра, заведующий МБДОУ
3.	Осуществление комплекса мер, направленных на улучшение здоровья детей: - Элементы точечного массажа; - Пальчиковая и артикуляционная гимнастика; - Психогимнастика; - Дыхательная гимнастика; - «Дорожки здоровья»; - Ароматерапия; - Фитотерапия; - Игровой массаж	Постоянно	Медсестра, заведующий МБДОУ
4.	Организация профилактических мероприятий: -Кварцевание; - Проветривание; - Вакцинация против гриппа; -Обеззараживание воздуха фитонцидами; - Прием поливитаминов; - С- витаминизация третьих блюд.	Постоянно	Медсестра, заведующий МБДОУ
5.	Разработка цикла лекций и методических рекомендаций для сотрудников по проблемам здоровья детей.	2024г.	Медсестра, Инструктор физвоспитания

6.	Разработка программы по вопросам ознакомления родителей с заболеваниями в целях оказания предупредительной помощи.	2024г.	Медсестра, Инструктор физвоспитания
7.	Организация работы клуба для сотрудников «Красота, здоровье, жизнь»	2024-2027г.	Медсестра, Инструктор физвоспитания
8.	Контроль выполнения натуральных норм питания, оздоровительных мероприятий.	Постоянно	Администрация МБДОУ

На Рис. 1 представлена структура адаптации детей к МБДОУ.

**Рисунок 1. Структура адаптации детей к МБДОУ**



**СТРУКТУРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ  
МБДОУ Д/С «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»**

Месяц	Мероприятия	Дозировка	Контингент детей
<b>сентябрь</b>	1. Стимуляция биоактивных точек	Ежедневно	Все дети
	2. Ходьба по аккупунктурным дорожкам	После днев. сна	Все дети
	3. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя, старшая группы
<b>октябрь</b>	1. Витамины "Ревит"	Ежедневно 1 драже	Все дети
	2. Ходьба по аккупунктурным дорожкам "Босоножье"	После дневного сна	Все дети
	3. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя, старшая группы
	4. "Поиграем с носиком"	2-3 раза в день	Все группы
<b>ноябрь</b>	1. "Босоножье"	После дневного сна	Все дети
	2. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая группы
<b>декабрь</b>	1. Поливитамины «Ревит»	1 драже ежедневно	Все дети
	2. "Волшебная приправа" (фитонциды: лук, чеснок.)	Ежедневно в обед в 1-е блюдо.	Все дети
	3. Лечебная смазка носика (0.25% оксолиновая мазь).	2 раза в день	Все дети
	4. Эликсир "бодрость" (витамин С )		Все дети
	5. "Поиграем с ушками"	2-3 раза в день	Все дети
	6. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая группы
	7. "Босоножье"	После дн. сна	Все дети
<b>январь</b>	1. "Волшебная приправа" (фитонциды: лук, чеснок)	Ежедневно в обед в первое блюдо	Все дети
	2. Напиток «Лесная сказка» (шиповник, брусника)	2 раза в неделю	Все дети
	3. "Поиграем с ушками"	2-3 раза в день	Все дети
	4. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая группы
	5. "Босоножье"	после дневного сна	Все дети
<b>февраль</b>	3. "Поиграем с ушками"	2-3 раза в день	Все дети
	4. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая группы
	5. "Босоножье"	После дневного сна	все дети
<b>март</b>	1. "Волшебная приправа" (фитонциды: лук, чеснок)	Ежедневно в обед в первое блюдо	Все дети
	2. Напиток «Лесная сказка» (шиповник, брусника)	2 раза в неделю	Все дети
	3. "Поиграем с ушками"	2-3 раза в день	Все дети
	4. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая группы
	5. "Босоножье"	после дневного сна	Все дети



<b>апрель</b>	1. "Поиграем с ручками"	На занятиях	Все дети
	2. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая группы
	3. "Босоножье"	После дневного сна	Все дети
<b>май</b>	1. Свежие овощи	Ежедневно 50 гр	Все дети
	2. "Босоножье"	После дн. сна	Все дети
	3. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая гр.
	4. "Волшебная капля" (экстракт элеутерококка)	1 капля на год жизни	ЧБД
<b>июнь</b>	1. "Умывайка"	После дн. сна	Средняя и старшая гр.
	2. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая гр.
	3. "Босоножье"	После дн. сна	Все дети
<b>июль</b>	1. "Умывайка"	После дн. сна	Средняя и старшая гр.
	2. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая гр.
	3. "Босоножье"	После дн. сна	Все дети
<b>август</b>	1. "Умывайка"	После дневного сна	Средняя и старшая гр.
	2. "Поиграем с ножками"	1 раз в неделю перед сном	Средняя и старшая гр.
	3. "Босоножье"	После дн. сна	Все дети

## УЛУЧШЕНИЕ САНИТАРНЫХ УСЛОВИЙ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ САНИТАРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

### Основные задачи:

1. Укрепление материально- технической базы образовательного учреждения с целью профилактики и укрепления здоровья детей дошкольного возраста
2. Создание оптимального режима функционирования образовательного учреждения.

№	Мероприятия	Ответственные	Сроки
1.	Обеспечение воспитанников мебелью в соответствии с показателями антропометрии	Заведующий, завхоз	Ежегодно (Сентябрь, март)
2.	Косметический ремонт помещений	Заведующий, завхоз	Ежегодно
3.	Реконструкция спортивной площадки	Заведующий, завхоз	2024-2025г.
4.	Создание условий для двигательной активности детей на участках	Инструктор физвоспитания, воспитатели	Ежегодно
5.	Оформление и дополнение спортивных уголков в группах	Воспитатели	Ежегодно
6.	Пополнение и обновление оборудования спортивного зала	Заведующий, завхоз	Ежегодно
7.	Составление расписания образовательной деятельности, режима ежедневной деятельности	Заведующий, медсестра	Ежегодно
8.	Составление примерного 10-ти дневного меню, согласование с ТУ Роспотребнадзора	Заведующий, медсестра	Ежегодно
9.	Контроль за соблюдением расписаний и учетом нагрузки на детей	Заведующий, медсестра	Постоянно
10.	Медико-педагогический контроль проведения зарядки и физкультурных занятий	Заведующий, медсестра	Постоянно
11.	Пополнение и обновление информационного уголка для родителей «Олимпийские резервы»	Инструктор физвоспитания	Ежеквартально
12.	Обновление информационного уголка для родителей «Здоровье»	Медсестра	Ежемесячно
13.	Создание информационного уголка для родителей «Питание ребенка»	Медсестра	2016г.
14.	Обновление консультаций в групповых информационных уголках	Воспитатели	Ежемесячно
15.	Размещение материалов по вопросам оздоровления детей на сайте МБДОУ	Заведующий, администратор сайта	По мере накопления
16.	Контроль безопасности используемого оборудования	Заведующий, завхоз	1 раз в полгода
17.	Пополнение инвентаря и оборудования для спортивного зала	Заведующий, Инструктор физвоспитания	Постоянно
18.	Создание «Экологической гостиной»	Заведующий, воспитатели	2024г.

## ФОРМИРОВАНИЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Основные задачи:

1. Разработать концептуальные подходы к формированию валеологической культуры.
2. Определить структуру, специфику, критерии, уровни, методики диагностирования валеологической культуры дошкольников.
3. Определить содержание педагогического процесса в ДОУ, способствующего формированию валеологической культуры и валеологического образования ребенка.
4. Определить эффективные формы подготовки педагогических кадров по валеологии с учетом существующих требований и специфики этой науки.
5. Создать программно- методическое обеспечение педагогического процесса в образовательном учреждении, соответствующее современным требованиям дидактики, возрастной психофизиологической специфики данного контингента детей.
6. Разработать и осуществить проверку модели валеологического образования дошкольников

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Анализ и подбор материалов для создания теоретического, методологического и научно-методического обеспечения валеологии, культурологии, психологии, педагогики, инновационных педагогических технологий, проблем непрерывного валеологического образования и физического воспитания, современных методик психолого- педагогической и медицинской диагностики	2024-2025гг.	творческая группа
2.	Совершенствование предметно- развивающей среды в образовательном учреждении	Постоянно	Администрация ДОУ
3.	Издание материалов обобщающих ППО по вопросам формирования валеологической культуры (в сборниках, интернет-ресурсах)	Постоянно	Творческая группа
4.	Участие в научных, научно- практических конференциях, совещаниях различного уровня по	Постоянно	Администрация ДОУ

	вопросам оздоровления детей		
5.	Организация постоянно действующего клуба для родителей по вопросам валеологии, валеологической культуры семьи, ЗОЖ, физической культуры, естественных средств оздоровления на базе ДОУ	2024г	Администрация ДОУ
6.	Предупреждение травматизма в ДОУ, через соблюдение техники безопасности при организации учебного процесса, свободного времени	Постоянно	Администрация ДОУ, медики
7.	Организация дополнительных мероприятий, направленных на преодоление гиподинамии.	Постоянно	Администрация ДОУ, медики, педагоги
8.	Курсы повышения квалификации педагогов ДОУ	По графику	Администрация ДОУ
9.	Пополнение картотеки подвижных игр и упражнений, гимнастик.	Постоянно	Инструктор физвоспитания, воспитатели
10.	Оформление индивидуальных карт развития детей	Постоянно	Педагоги
11.	Ведение карт контроля за организацией здоровьесберегающей деятельности.	Постоянно	Старший воспитатель
12.	Коррекция планов, программ оздоровительной деятельности	Ежегодно	Заведующий Старший воспитатель

# **СТРУКТУРА ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ МЕТОДИК, ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС МБДОУ**

## **I Вводный этап. Подготовительный.**



## **II Основной этап. Практический.**



## **III Заключительный этап. Аналитический.**



## РЕШЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

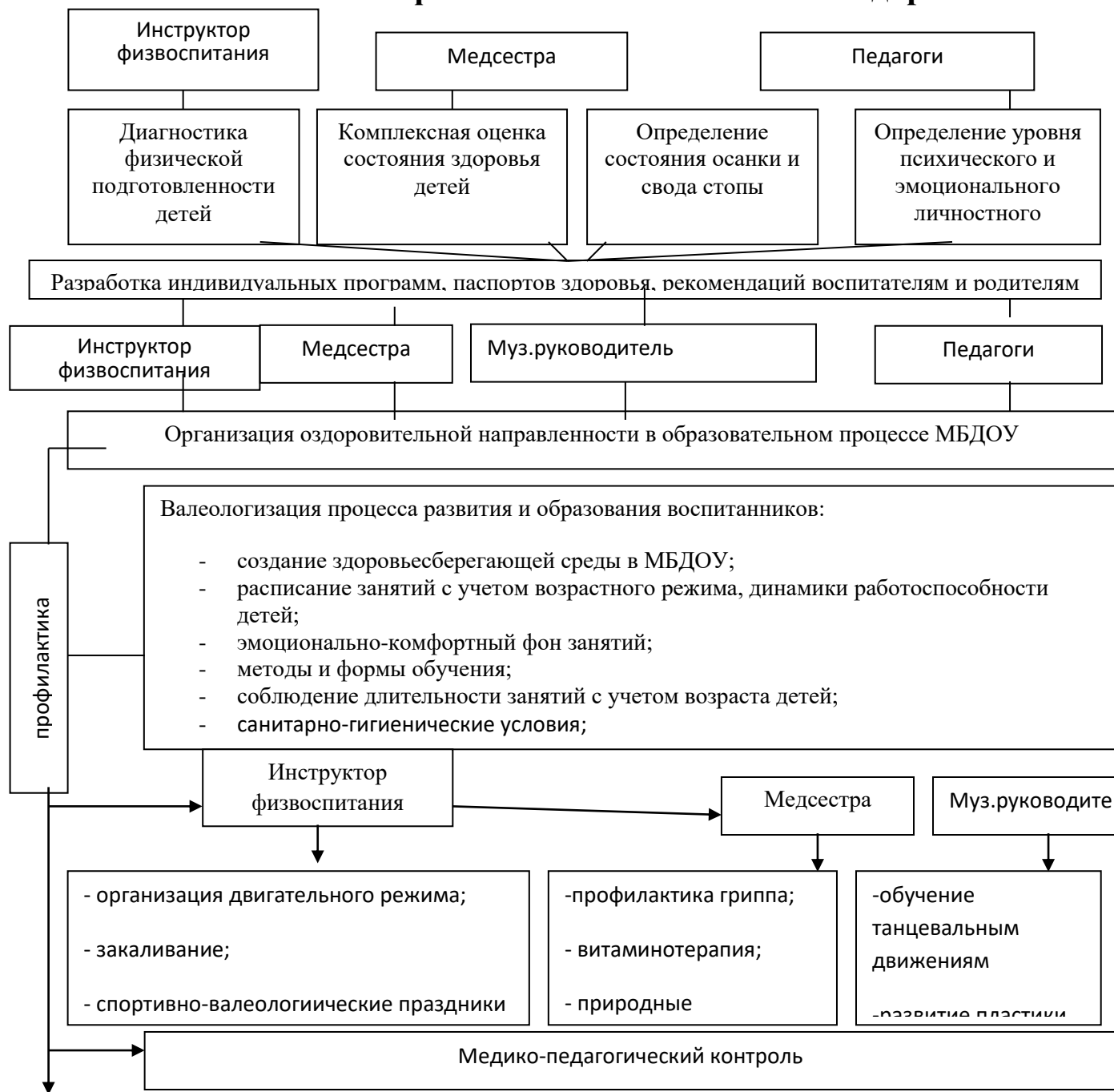
### Основные задачи:

1. Обеспечение условий для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими возможностями, формирование у них валеологически обоснованного режима труда и отдыха.
2. Формирование реабилитационной базы в образовательном учреждении на основе внедрения спортивно- оздоровительных, а не медикаментозных средств и методов снятия стресса различной этиологии.
3. Всемерное развитие и содействие детскому спорту.
5. Организация консультативной помощи родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Укрепление здоровья детей средствами физической культуры	Постоянно	Администрация ДОУ, педагоги
1.	Контроль за спортивными нагрузками детей на занятиях по физической культуре, в соответствии с их группой здоровья	Постоянно	администрация ДОУ, медсестра
2.	Проведение «Дня здоровья» совместно с родителями	2 раза в год	Администрация ДОУ
3.	Проведение апрельской декады здоровья	Постоянно	Администрация ДОУ
4.	Участие в районных спортивных мероприятиях	Постоянно	Инструктор физвоспитания
5.	Реализация комплексной системы физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ	Постоянно	Заведующий, медсестра
6.	Подготовка плана мероприятий для:	Ежегодно	Медсестра, Инструктор

	оздоровления часто болеющих детей («группа риска») профилактики гриппа и ОРВИ профилактики нарушений осанки и плоскостопия профилактики нарушения зрения		физвоспитания
7.	Оформление индивидуальных рекомендаций по результатам медицинского осмотра детей и после перенесенного заболевания	Постоянно	Медсестра
9	Совместные мероприятия с родителями и воспитанниками	Ежеквартально	Заведующий, Инструктор физвоспитания
10	Презентация родительского опыта по оздоровлению детей в семье	Ежегодно	Педагоги
11	Дозирование физической нагрузки в соответствии с ДА и индивидуальными особенностями	Постоянно	Педагоги
13	Проведение образовательной деятельности во всех формах для формирования представлений детей об организме, ЗОЖ и ОБЖ	Постоянно	Педагоги

# Модель взаимодействия специалистов МБДОУ Д/С «Золотой ключик» по оздоровлению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников





**ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО СНИЖЕНИЮ ОСТРОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ В МБДОУ Д/С «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»**

<b>№</b>	<b>Мероприятия.</b>	<b>Срок</b>	<b>Ответственный</b>
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	Медсестра, заведующий
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	Медсестра, заведующий
3	Осуществление преемственности в работе участковой больницы и МБДОУ по подготовке и ведению детей в период адаптации к ДДУ. Проводить мероприятия по ослаблению адаптационного синдрома	При поступлении ребёнка в ДОУ и после пропусков (по болезни, отпуска и пр.)	Медсестра.
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Медсестра, заведующий
6	Проведение экстренной профилактики с использованием оксолиновой мази.	В период эпидемии гриппа	Медсестра
7	Выделение детей с группами риска (по анемии, по высокому инфекционному индексу, по бронхо-лёгочной патологии, по аллергическим заболеваниям, с дефицитом массы тела), проводить их динамическое наблюдение с выполнением индивидуального плана оздоровительных мероприятий и оценкой динамики процессов улучшения.	Постоянно.	Медсестра
8	Выделение в группу ЧБД с составлением индивидуальных планов наблюдения для	Постоянно.	Медсестра,

	этих детей и оценкой эффективности оздоровления.		
9	Преимущество между детской поликлиникой и ДДУ в реабилитации детей из групп риска, из группы ЧБД, с хронической патологией, с отклонениями в состоянии здоровья, после острых заболеваний (острая пневмония, кишечная инфекция, ангина).	Постоянно.	Медсестра,
10	Информирование педагогов о состоянии здоровья каждого ребёнка с выдачей индивидуальных рекомендаций по коррекции отклонений в состоянии здоровья на медико-педагогических совещаниях.	1 раз в 3 месяца.	Медсестра,
11	Продолжение работы по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активное воздействие на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	Медсестра, заведующий

**СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
МБДОУ Д/С «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»**

№	Разделы и направления работы.	Формы работы.
1	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ.	Сезонный режим дня по возрастным группам. Щадящий режим дня Скорректированный режим дня Оздоровительный режим дня Индивидуальный режим дня Коррекция учебной нагрузки
2	Психологическое сопровождение развития	Создание психологически комфортного климата в ДОУ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми Формирование основ коммуникативной деятельности у детей Диагностика и коррекция развития Психолого - медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период.
3	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: Регламентированная деятельность.	Утренняя гимнастика Физкультминутки, физкультпаузы Динамические перемены Физкультурные занятия

	Частично регламентированная деятельность.	<p>Физические упражнения после сна</p> <p>Спортивные праздники</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Подвижные игры на воздухе и в помещении</p> <p>Оздоровительный бег на воздухе</p> <p>Спортивные досуги</p> <p>Дни здоровья</p> <p>Ритмическая пластика</p> <p>Подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья, двигательной активности детей.</p> <p>Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке.</p>
4	Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни.	<p>Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья в рамках программы "Основы безопасности жизнедеятельность"</p> <p>Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности</p> <p>Формирование основ безопасности жизнедеятельности</p>
5	Организация питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами
6	Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение Профилактические мероприятия	<p>Нетрадиционные дыхательные комплексы</p> <p>Комплекс неспецифической профилактики ОРВИ и гриппа</p> <p>Витаминопрофилактический комплекс</p>

	<p>Коррекционные мероприятия.</p> <p>Общеукрепляющие мероприятия</p>	<p>Коррекция адаптационных нарушений</p> <p>Профилактика сезонных обострений хронической патологии:</p> <p>Фитотерапия</p> <p>диетотерапия</p> <p>витаминопрофилактика и лекарственная профилактика сезонных обострений</p> <p>Закаливание естественными физическими факторами:</p> <p>режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физической культуре, во время прогулок</p> <p>режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна</p> <p>местные и общие воздушные ванны</p> <p>свето - воздушные ванны и солнечные ванны в весенне - летний сезон, полоскание полости рта и горла водой комнатной температуры</p> <p>Диспансеризация:</p> <p>1 раз в год профилактические осмотры детей всех возрастных групп</p>
--	--	---