

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 89»



**Программа по здоровьесбережению
детей младшей группы
МБДОУ «Детский сад № 89»
«Здоровый малыш»
на 2019-2022 года**

г. Иваново, 2019 г.

Программа «**Здоровый малыш**» разработана коллективом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 89» (далее – МБДОУ) в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников МБДОУ, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

Пояснительная записка

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Современные дети в большинстве своем испытывают “двигательный дефицит”, т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы МБДОУ, является здоровьесбережение. Педагогический коллектив МБДОУ четко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих дошкольному учреждению обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Программа «**Здоровый малыш**» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в МБДОУ:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в МБДОУ);
- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно – оздоровительной работы в МБДОУ (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Разрабатывая программу «**Здоровый малыш**» мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровления и физического воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь дошкольного учреждения, 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.

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

Наша программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Программа «Здоровый малыш» предполагает возможность самостоятельного отбора педагогам МБДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

Цели Программы

- Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
- Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
- Формирование устойчивой мотивации на сохранение и укрепление здоровья;
- Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в сохранении собственного здоровья.

Задачи Программы

- Сохранение и укрепление здоровья детей.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни.
- Профилактика нарушений простудных заболеваний.
- Создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Привитие культурно-гигиенических навыков.
- Осознание и осмысление собственного «Я», преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков.
- Развитие внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами.
- Оказание помощи семье в воспитании детей, адаптация к жизни в социуме.

Законодательно – нормативное обеспечение Программы

- ✓ Закон РФ «Об Образовании»
- ✓ Конвенция ООН «О правах ребёнка»
- ✓ Семейный кодекс РФ
- ✓ Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43
- ✓ ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» №124 – ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.)
- ✓ «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»
- ✓ Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы «Организация детского питания»
- ✓ Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.
- ✓ Инструктивно-методическое письмо МО РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» №65/23-16 от 14 марта 2000 г.
- ✓ Устав МБДОУ.

Объекты Программы

Объектами Программы «Здоровый малыш» являются: дети МБДОУ, педагогический коллектив, родители воспитанников, посещающих МБДОУ.

Принципы Программы

- принцип научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками);
- принцип доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- принцип активности (участие всего коллектива педагогов, родителей в поиске эффективных методов оздоровления воспитанников);
- принцип сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- принцип систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- принцип целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели);
- принцип оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

Основные направления Программы

Профилактическое:

- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике инфекционных заболеваний.

Организационное:

- организация здоровьесберегающей среды в МБДОУ;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе воспитанников, родителей.

Программа реализуется через следующие разделы

- Укрепление материально – технической базы МБДОУ.
- Работа с детьми.
- Работа с педагогами.
- Работа с родителями.

I. Укрепление материально – технической базы

<i>№ п/п</i>	<i>Содержание работы</i>	<i>Ответственные</i>
1	Приобретение необходимого оборудования: ≈ мебель: шкафы для раздевания, стулья, кровати, игровые стенки, стенки для игрушек); ≈ на прогулочные участки: домики, лесенки, песочницы, качалки; ≈ спортивный инвентарь: мячи, ребристые доски, массажные коврики и дорожки,	Заведующий МБДОУ, заместитель заведующего по АХР

	<p>гимнастические скамейки, маты, обручи, скакалки, мягкие модули, составные тунели; ≈ спортивная площадка: сетка для волейбола, кольцо для баскетбола; ≈ музыкальный зал: музыкальные инструменты для детей; ≈ технологическое оборудование: бойлер, кухонный комбайн, плита; ≈ медицинское оборудование: холодильник, медицинский стол, ростомер.</p>	
2	<p>Проведение ремонта: ≈ ремонт цоколя и отмостков; ≈ ремонт раздевалки; ≈ замена оконных блоков; ≈ асфальтирование территории центрального входа.</p>	Заведующий МБДОУ, заместитель заведующего по АХР
3	<p>Оборудование помещений: ≈ оснащение групповых комнат игрушками и пособиями, оборудование, мебелью, техникой; ≈ оснащение педагогического кабинета наглядной информацией, пособиями, техникой; ≈ уголка здорового образа жизни для родителей, педагогов и детей.</p>	Заведующий МБДОУ, педагоги
4	<p>Обеспечение условий для предупреждения травматизма в МБДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в МБДОУ, обследование игрового оборудования на прогулочных и спортивной площадках)</p>	Заместитель заведующего по АХР

II. Работа с детьми

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим (адаптационный период); • гибкий режим.
2.	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика; • физкультурно-оздоровительные занятия; • подвижные и динамические игры; • спортивные игры; • пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> • умывание;

		<ul style="list-style-type: none"> • мытье рук; • обеспечение чистоты среды; • занятия с водой (центр вода и песок).
4.	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений; • сон при открытых фрамугах; • прогулки на свежем воздухе; • обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> • развлечения, праздники, спортивные досуги; • игры-забавы; • дни здоровья.
6.	Фитотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • витаминизация напитков.
7.	Диетотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • рациональное питание.
8.	Светотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • обеспечение светового режима.
9.	Музтерапия	<ul style="list-style-type: none"> • музыкальное сопровождение режимных моментов; • музыкальное оформление фона занятий; • музыкально-театральная деятельность.
10.	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> • дыхательная гимнастика; • пальчиковая гимнастика; • гимнастика для глаз; • хождение по корригирующим дорожкам.
11.	Пропаганда здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • консультации; • родительские собрания; • работа с сайтом; • индивидуальная работа с родителями.

2.1. Полноценное питание

Принципы организации питания:

- ✓ выполнение режима питания;
- ✓ гигиена приёма пищи;
- ✓ ежедневное соблюдение норм потребления и калорийность питания;
- ✓ эстетика организации питания (сервировка);
- ✓ индивидуальный подход к детям во время приёма пищи;
- ✓ правильность расстановки мебели.

2.2. Система эффективного закаливания

1	Основные факторы закаливания	<ul style="list-style-type: none"> ➤ закаливающее воздействие ограничено вписывается в каждый элемент режима дня; ➤ закаливающие процедуры различаются как по виду так и по интенсивности; ➤ закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях и других режимных моментах; ➤ закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма ребёнка.
2	Комплекс закаливающих мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> ➤ соблюдение температурного режима в течение дня; ➤ правильная организация прогулки и её продолжительность; ➤ соблюдение сезонной одежды во время прогулки с учётом индивидуального состояния здоровья ребёнка; ➤ облегчённая одежда для детей в дошкольном учреждении; ➤ дыхательная гимнастика после сна.
3	Методы оздоровления	<ul style="list-style-type: none"> ➤ хождение по гимнастическим дорожкам; ➤ оздоровительный бег на свежем воздухе; ➤ хождение босиком (летом); ➤ релаксационные упражнения с использованием музыкального фона.

2.3. Организация рациональной двигательной активности

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

1	Основные принципы организации физического воспитания в дошкольном учреждении	<ul style="list-style-type: none"> ➤ физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; ➤ сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами; ➤ медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
2	Формы организации физического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> • физические занятия в зале и на спортивной площадке; • туризм (прогулки – походы); • дозированная ходьба; • оздоровительный бег; • физкультминутки;

		<ul style="list-style-type: none"> • физкультурные досуги, праздники, «Недели здоровья»; • утренняя гимнастика; • гимнастика после сна; • индивидуальная работа с детьми; • спортивные игры.
3	Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач	<ul style="list-style-type: none"> • Традиционные; игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности; • Сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в лес», «В парк» и др.; • Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла», «Зимушка красавица»; они могут быть с одним предметом (например: мяч, цветок, кубик и т. д.); • Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр; • занятия – походы; • занятия в форме оздоровительного бега; • музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам; • Занятия на «экологической тропе»

2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей

Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (пятиразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Достаточный по продолжительности дневной сон детей.

Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.

Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями.

2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в дошкольном учреждении должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по **следующим направлениям:**

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки выполнения ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои

- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- ведение систематической работы по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для осуществления вышеперечисленных принципов в учреждении *созданы необходимые условия:*

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- отношения между работниками учреждения строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания;
- сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей;
- педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевалки, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
- в группах учреждения силами педагогов оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться;
- в каждой группе созданы уголки настроения;
- эмоциональное благополучие ребёнка в учреждении достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников.

Большой вклад вносят в это музыкальный руководитель и педагоги групп. В МБДОУ проходят празднования дни рождения, ярмарки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты», «День родителя» и др.

Снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка.

Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр.

2.6. Лечебно-профилактическая работа

Лечебно – профилактическую работу в МБДОУ осуществляют — старшая медицинская сестра и педагоги.

Она включает в себя:

- ✓ физкультурные занятия;
- ✓ подвижные игры и физические упражнения на улице;
- ✓ хождение на лыжах;
- ✓ дыхательная гимнастика после сна;
- ✓ утренняя гимнастика;
- ✓ гимнастика после сна;
- ✓ спортивные игры и соревнования;
- ✓ элементы массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

2.7. Летняя оздоровительная работа

Формы организации оздоровительной работы:

- ✓ закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- ✓ физкультурные занятия в природных условиях (на спортивной площадке);
- ✓ туризм (походы, экскурсии);
- ✓ физкультурные досуги и развлечения;
- ✓ утренняя гимнастика на воздухе;
- ✓ витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

III. Работа с педагогами

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

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

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы МБДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
3. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
4. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
5. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
6. Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
7. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
8. Пропаганда здорового образа жизни.
9. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

1. Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
2. Максимальное обеспечение двигательной активности детей в МБДОУ на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
3. Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
4. Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
5. Обучение дошкольников здоровому образу жизни.

IV. 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 совместно с родителями.

Для себя мы определили следующие 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 тренинги, консультации, семинары, беседы;
- валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье;
- включение родителей в воспитательно — образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

- проведение родительских собраний, семинаров, консультаций;
- педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам;
- консультативная работа (информационные стенды, тематические уголки и папки передвижки);
- использование Интернет-ресурсов (размещение информации на сайте МБДОУ, использование интерактивных форм взаимодействия);
- организация индивидуальной и групповой работы;
- анкетирования родителей;
- участие родителей в конкурсах;
- дни открытых дверей;
- экскурсии по дошкольному учреждению для вновь пришедших родителей воспитанников.
- показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь пришедших);
- совместные занятия для детей и родителей;
- круглые столы с привлечением педагогов МБДОУ;
- организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями используем 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.

Методы, используемые педагогами в работе:

1. Анкета для родителей.
2. Беседы с родителями.
3. Беседы с ребёнком.
4. Наблюдение за ребёнком.
5. Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
6. Посещение семьи ребёнка.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

- причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний;
- профилактика ОРЗ в домашних условиях;
- хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей;

- хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков;
- закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении;
- значение режимных моментов для здоровья ребёнка;
- о питании дошкольников;
- особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей;
- физические упражнения в дошкольном учреждении и дома;
- профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей;
- воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников;
- вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей;
- здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка.

Планирование на ближайшие 3 года

- продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников, «Дней рождения» совместных досугов;
- для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов собраний (на темы: узнавать малыша, как помочь малышу, сделаем это вместе и т. д.) привлечением медицинского работника;
 - организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений (совместные работы с детьми, соревнования и т. д.);
 - посещение родителями занятий с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни;
 - вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы, выполнение с детьми заданий в домашних условиях.

Ожидаемые результаты реализации программы

- создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка;
- снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний;
- снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;
- обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию;
- повышение заинтересованности работников дошкольного учреждения и родителей в укреплении здоровья дошкольников;
- повышение квалификации работников дошкольных учреждений;
- стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

Кадровое обеспечение программы «Здоровый малыш»

Заведующий МБДОУ:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровый малыш»;
- ежемесячный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей;
- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровый малыш»;
- контроль за реализацией программы «Здоровый малыш».

Старшая медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- составление индивидуального плана реабилитации;

- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- просветительская работа с родителями и сотрудниками.

Педагоги:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе);
- утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами;
- спортивные досуги, развлечения, спортивные праздники;
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- дыхательная гимнастика;
- прогулки, походы, экскурсии;
- просветительская работа с родителями и сотрудниками;
- проведение мониторинга (совместно с медицинским персоналом).

Работники пищеблока:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил.

Заместитель заведующего по АХР:

- создание материально-технических условий;
- обеспечение условий для предупреждения травматизма;
- соблюдение условий противопожарного режима и техники безопасности при реализации программы;
- контроль за младшим обслуживающим персоналом в области соблюдения санитарно-гигиенических требований при реализации программы.

Младший обслуживающий персонал:

- соблюдение санитарно-гигиенического режима;
- помощь педагогам при организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Основные направления программы по здоровьесбережению:

1. Организационное:

- изучение передового педагогического медицинского и психоло-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий;
- разработка и внедрение программы здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс младшей группы МБДОУ;
- создание в младшей группе МБДОУ организационно-педагогических и медико-социальных условий по внедрению программы по здоровьесбережению;
- разработка системы и тактики по укреплению психо-физического здоровья младших дошкольников;
- обеспечение комплексного подхода в реализации программы по здоровьесбережению;
- разработка критериев оценки эффективности по реализации программы по здоровьесбережению.
- наращивание материально-технической базы группы для внедрения и реализации программы по здоровьесбережению.
- корректировка программы по здоровьесбережению на всех этапах.

2. Просветительское (образовательное):

- организация пропаганды здорового образа жизни;

- составление плана мероприятий по формированию у младших дошкольников здорового образа жизни;
 - создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни;
 - включение родителей в деятельность группы как значимых участников оздоровительного процесса;
 - разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.
3. **Правовое:**
- нормативно-правовое обеспечение разработки программы по здоровьесбережению: ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья;
4. **Аналитико – экспертное:**
- проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации;
 - изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей;
 - анализ – экспертиза результатов реализации программы здоровьесбережения в динамике;
 - своевременное выявление изменений происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их;
 - предупреждение негативных тенденций;
 - осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса;
 - изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья.
5. **Информационно – методическое:**
- научно – методическое обеспечение разработки и реализации программы по здоровьесбережению;
 - повышение информационной культуры педагогических и медицинских работников, обусловленной общими задачами программы по здоровьесбережению;
 - мониторинг результативности оздоровительной деятельности группы;
 - информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни;
 - информирование родителей о результатах проделанной работы: обмен мнениями об эффективности программы по здоровьесбережению;
 - распространение опыта оздоровительной работы.
6. **Диагностическое:**
- измерение промежуточных результатов реализации программы по здоровьесбережению;
 - диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их знаний, умений и навыков;
 - изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни;
 - анализ здоровьесберегающей среды в группе;
 - выявление группы детей, требующих внимания специалистов;
 - выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории младших дошкольников;
 - индивидуальная диагностика проблем детей.
7. **Социально – педагогической адаптации:**
- обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям МБДОУ;
 - повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья;
 - повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребёнка и процесс его развития.
8. **Координационное:**

- обмен работы между педагогами МБДОУ;
- взаимодействие МБДОУ с семьёй по вопросам укрепления здоровья детей;
- использование в оздоровительной работе группы перспективных форм социального партнёрства.

V. Заключение

Данная программа предлагает системный подход к формированию и укреплению здоровья детей. Стиль жизни, общения и педагогической работы с детьми направлен в первую очередь на сохранение самостоятельности, неповторимости дошкольного периода детства. При планировании оздоровительной работы с детьми необходимо учитывались:

- ✓ Медико – гигиенические требования к последовательности, длительности и особенностям проведения различных режимных моментов.
- ✓ Местные, региональные условия (климат, природные условия).
- ✓ Индивидуальные особенности каждого ребёнка (пробуждение, свобода участия в той или иной деятельности).
- ✓ Чередование и соотношение организованной и самостоятельной деятельности детей с обязательным временем для свободных игр, которая является ведущей деятельности ребёнка дошкольного возраста.
- ✓ Изменение работоспособности детей в течении дня.
- ✓ Включение моментов, способствующих эмоциональной разрядке. Творческие, доброжелательные, компетентные педагоги, работая по данной программе в системе и в содружестве с семьёй обязательно добьются снижения заболеваемости детей, укрепления их здоровья, сформированности навыков здорового образа жизни и дети будут активнее, самостоятельнее, проявлять инициативу и творчество в разных видах деятельности. Станут более открыты к общению со взрослыми, дружелюбнее и терпеливее по отношению к сверстникам, любознательней и интеллектуально развиты, эмоционально отзывчивыми на красоту окружающего мира, произведений искусства, на состояние других людей, любящие свою родину, свой народ.

Ведь в здоровом теле – здоровый дух!!!

**Кузьмина Татьяна
Борисовна**

Подписано цифровой
подписью: Кузьмина Татьяна
Борисовна
Дата: 2021.06.03 15:25:55
+03'00'