

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
МДОУ «Детский сад №19»
Протокол № 1
«27» 08. 2020г

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МДОУ «Детский сад №19»
И.С. Шевченко
Приказ № 15
«27» августа 2020г



Программа «Здоровье»

муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №19»
Энгельсского муниципального района Саратовской области

ПРИНЯТО

На педагогическом совете
МДОУ «Детский сад №19»
Протокол №__
«__» _____2020г

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МДОУ «Детский сад №19»
_____ И.С. Шевченко
Приказ № _____
«__» _____ 2020г

Программа «Здоровье»

муниципального дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад №19»

Энгельсского муниципального района Саратовской области

Раздел I

1.1 Общие положения.

В современном обществе, в эпоху XXI века, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям, способностям. Постоянно усиливающееся влияние на организм человека разнообразных отрицательных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния здоровья, как взрослых, так и детей, к снижению их физического и умственного потенциала.

В последние годы наблюдается тенденция увеличения количества детей, имеющих недостатки в физическом и психическом развитии. Проблема рождения здорового ребенка, его воспитания и обучения вышла за рамки медицинской и превратилась в социальную. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, здоровые.

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

Причинами резкого снижения уровня здоровья детей дошкольного возраста являются:

- падение уровня жизни, социальные потрясения, неблагоприятная экологическая обстановка России;
- ухудшение состояния здоровья матери;
- стрессы;
- дефицит двигательной активности;
- недостаточная квалификация воспитателей в вопросах охраны здоровья и физической подготовленности, а порой просто нежелание уделять этим вопросам внимание;
- массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- неполноценное питание.

С учетом изложенного, проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна.

С этой позиции, мы считаем, в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во – первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во- вторых, дошкольное учреждение, где ребенок

проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Поэтому в ДОУ необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №19» находится по адресу: Саратовская область, Энгельсский район, р.п. Приволжский, квартал 2, дом 12

Осуществляет свою деятельность с 01 июня 2015года

Проектная мощность учреждения.

ДОУ представляет собой типовое, двухэтажное здание. Проектная мощность учреждения – 12 групп.

Среднесписочный состав детей на 01.01.2020 года – 229 человек.

Кадры.

Дошкольное учреждение полностью укомплектовано кадрами. Образовательную работу в ДОУ ведут 27 педагога:

старший воспитатель – 1;

воспитатели – 21;

педагог – психолог – 1;

учитель – логопед – 1;

музыкальный руководитель – 2;

инструктор по физической культуре – 1;

В ДОУ работают педагоги с высоким образовательным цензом: с высшим образованием – 16 человек, со средним специальным – 9 человек.

Высшую квалификационную категорию имеют 2 человека, первую квалификационную категорию – 16 человек, соответствие занимаемой должности – 9 человека. Средний возраст педагогов – 44 года. У 40% педагогов педагогический стаж свыше 20 лет.

Оздоровительную работу в ДОУ и медицинские наблюдения проводит: старшая медсестра.

В целом коллектив стабильный, работоспособный, творческий.

Материально – техническое оснащение.

В ДОУ созданы условия для всестороннего развития детей.

Оборудованы:

- ❖ физкультурно-музыкальный зал и спортивная площадка;
- ❖ медицинский блок;
- ❖ помещения для разных видов активности детей
- ❖ кабинет психолога;
- ❖ логопедический кабинет.

АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.

Таблица 1

	2018г.	2019г.	2020г.
Среднесписочный состав	225	231	217
Общая заболеваемость	164	205	222
Показатели заболеваемости на 1 ребенка	1,8	1,7	2,0

Анализ заболеваемости также показывает, что остается высоким уровень заболеваемости острыми респираторными инфекциями.

Таблица 2

Заболеваемость	2018г.	2019г.	2020г.
Соматическая	217	225	192
Инфекционная	3	6	3

Таблица 3

год	Пропуски дней одним ребенком (количество дней)
2018	15,6
2019	15
2020	14

Детей с 1 группой здоровья в ДОУ-14,3% . Есть дети с 3 группой здоровья

(11,5 %), имеющие хронические заболевания в стадии компенсации. Основную массу детей составляют дети 2 группы здоровья, имеющие функциональные нарушения со стороны отдельных органов и систем, ослабленные, часто болеющие. Но в основном контингент воспитанников в целом благополучный.

Таблица 4

Год	1 группа	2 группа	3 группа	4 группа	5 группа	Списочный
2018	46	159	20	-	1	225
2019	50	163	18	-	-	231
2020	31	160	25	-	1	217

1.2. Цель и задачи программы.

Цель: Программа «Здоровье» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, создание устойчивой, положительной мотивации у дошкольников к сохранению и укреплению собственного здоровья и формирование ответственности в деле сохранения собственного здоровья у родителей и педагогов.

Задачи:

- ❖ Обеспечение условий для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими возможностями, воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни.
- ❖ Создание оздоровительного микроклимата, соответствующей фитосреды, предметной среды, стимулирующей двигательную активность ребенка.
- ❖ Организация консультативной помощи родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей.
- ❖ Укрепление материально-технической базы образовательного учреждения с целью профилактики и укрепления здоровья детей.
- ❖ Определение содержания педагогического процесса в образовательном учреждении, способствующего формированию здоровья детей.
- ❖ Определение эффективных форм подготовки педагогических работников по оздоровлению детей, повышение ответственности взрослых по данной проблеме.

1.3. Законодательно-нормативное обеспечение программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-03 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15мая 2013 года N 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
4. 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 - 19)»
4. Основная образовательная программа МДОУ «Детский сад №19»
5. Устав учреждения
6. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».
7. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21.03.2014 № 125н г. Москва «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям»;
8. ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.01.2000г.№ 29 – ФЗ;
9. Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации.

1.4. Объекты программы:

- дети дошкольного образовательного учреждения;
- семьи детей, посещающих образовательное учреждение;
- педагогический коллектив образовательного учреждения.

1.5. Ожидаемые результаты:

1. Повышение уровня лечебной и профилактической работы.
2. Повышение уровня физического, психического, социального здоровья детей.

Главные критерии:

- снижение частоты случаев острой заболеваемости;
- уменьшение процента часто болеющих детей (ЧБД);

- снижение процента детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях;
 - совершенствование функций ведущих физиологических систем организма;
 - улучшение физического развития;
 - повышение уровня физической подготовленности;
 - повышение устойчивости к утомлению, повышение работоспособности;
 - позитивные сдвиги в эмоциональной сфере;
 - уменьшение детей «группы риска»;
 - улучшение аппетита, качества сна, навыков самообслуживания, познавательных возможностей.
3. Введение оптимального режима непрерывной образовательной деятельности и активного отдыха.
4. Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

1.6. Сроки реализации:

2020 - 2023 года

Раздел II.

Основные принципы программы.

1. **Принцип участия** – привлечение всех участников педагогического процесса, социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, по формированию здоровых привычек, планированию оптимальной учебной нагрузки, своевременной диспансеризации детей.
2. **Принцип социальной компенсации** – обеспечение социальной и правовой защищенности детей, находящихся в семьях, требующих социальной поддержки.
3. **Принцип гарантий** – реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.
4. **Принцип комплексного сквозного подхода** – заключается в преемственности между возрастными различиями и видами детской деятельности.
5. **Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно – обоснованными и практически апробированными методиками.

6. **Принцип природосообразности** – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого – педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностях. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

Раздел III.

Основные направления программы.

Организационное

1. Организация здоровьесберегающей развивающей среды в ДОУ.
2. Определение показателей физического развития, двигательной активности и подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья детей методами комплексной диагностики.
- 3. Составление планов оздоровления.**
4. Изучение передового психолого-педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.
6. Пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Профилактическое

1. Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям детского сада.
2. Организация сбалансированного питания.
3. Организация и надлежащее выполнение санитарно-гигиенического режима.
4. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
5. Предупреждение острых заболеваний и психологического дискомфорта методами неспецифической профилактики.
6. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Лечебное

1. Противорецидивная профилактика хронических заболеваний.
2. Коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом развитии.
3. Дегельминтизация.
4. Оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Раздел IV.

Обеспечение реализации основных направлений программы.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
Техническое и кадровое обеспечение.			
1.	Приобретение необходимого оборудования и осуществления ремонта	2020-2023 г.	Заведующий ДОУ Заместитель заведующего
2.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение правил охраны труда, санитарных правил при организации учебного процесса и свободного времени; своевременный ремонт здания, оборудования и мебели).	Постоянно	Администрация Педагоги
Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение			
1.	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей.	Постоянно	Администрация Старшая медсестра Педагоги
2.	На основе данных о заболеваемости детей разработать и постоянно осуществлять комплекс мер, направленных на улучшение здоровья детей.	Постоянно	Администрация Старшая медсестра Педагоги
3.	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик в образовательную деятельность	2020-2023 годы	Старший воспитатель
4.	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: - театр физического развития и оздоровления Н. Ефименко; - вибрационно-вокальные упражнения - М. Лазарева; - дыхательная гимнастика Стрельниковой;	2020-2023 годы	Старший воспитатель

	<ul style="list-style-type: none"> - респираторная дыхательная гимнастика Б.С. Толкачева; - лечебные игры Галанова и др. 		
5.	Определение инструментария для педагогической диагностики по физическому развитию, позволяющего фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка	2020 – 2023 годы	Старший воспитатель инструктор по физической культуре
6.	Строгое соблюдение режима дня в ДОУ и дома.	Постоянно	Администрация Воспитатели Родители
7.	Сбалансированное чередование специально организованной образовательной деятельности, совместной деятельности, свободного времени и отдыха детей, игровой деятельности	Постоянно	Старший воспитатель
8.	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей (проявлять уважение к личности ребенка; учитывать их потребности, возрастные и индивидуальные особенности; формировать положительное отношение к сверстникам; создавать условия для развития общения, творческой активности)	Постоянно	Воспитатели Педагог-психолог
9.	Проведение оздоровления всего учебного процесса (психологический фон НОД, методы и формы обучения, длительность, санитарно-гигиенические условия).	Постоянно	Администрация Старшая медсестра
10.	Продолжение работы по совершенствованию развивающей предметно – пространственной среды, внедрение новых эффективных моделей, способствующих социализации детей (наличие в каждой группе зоны отдыха, места для хранения личных вещей для каждого ребенка, создание фото и видео	Постоянно	Администрация Педагоги

	материалов на темы «Наша группа», «Моя семья», стенды «Мое настроение», «Наши дни рождения» и др.)		
11.	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (проведение консультаций, собраний по вопросам ознакомления родителей с заболеваниями в целях оказания предупредительной помощи; оказание консультативной и информационной помощи по вопросам ЗОЖ, физической культуры)	2020-2023 годы	Администрация Старшая медсестра Педагоги
12.	Налаживание тесного сотрудничества и партнерства с другими организациями и учреждениями с целью обмена информацией для решения вопросов по формированию ЗОЖ и развитию физической культуры -	Постоянно	Администрация
13.	Участие в мероприятиях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	2020-2023 годы	Администрация
14.	Организация разных форм методической работы по проблемам здоровья детей с привлечением медицинских и практических работников.	2020-2023 годы	Старший воспитатель
15.	Создание условий для физического развития	2020 - 2023 годы	Старший воспитатель педагоги ДОУ

ПЛАН ЛЕЧЕБНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

№ п/п	Содержание	Группа, длительность выполнения	Периодичность выполнения	Ответственный	Сроки
1.	<i>Комплексная диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами</i>				
	Обследование детей	1-10	В течение года	Старшая медсестра	Осень
	Лабораторные исследования: - общий анализ крови, мочи; - исследование кала на гельминты; - соскоб на энтеробиоз.	Подготовительные группы	1 раз в год	Старшая медсестра	Весна
	Анкетный тест-опрос родителей	1-10	По мере поступления детей	Старшая медсестра	В течение года
	Диагностика речевого и неречевого дыхания учителем – логопедом ДОУ.	Группы детей младшего дошкольного возраста	1 раз в год	Учитель-логопед	Октябрь - ноябрь
	Измерение основных параметров физического развития (антропометрические исследования, определение стоматоскопических показателей)	1- 10	1 –2 раза в год	Старшая медсестра	Осень

	<p>Диагностирование общей физической подготовленности детей по нормативам (развитие физических качеств, двигательных умений и навыков, волевых качеств)</p>	<p>1-10</p>	<p>2 раза в год</p>	<p>Инструктор по физической культуре Воспитатели</p>	<p>Октябрь Апрель</p>
--	---	-------------	---------------------	--	---------------------------

Социально-психологическая диагностика:	1– 10	По запросу администрации, педагогов и родителей	Педагог – психолог	В течение года
1. Выявление детей «группы риска» - тяжелая адаптация в ДОУ - нарушения в развитии коммуникативных способностей - нарушения в развитии эмоционально-волевой сфере (агрессивность, тревожность, гиперактивность) - нарушение взаимоотношений «ребенок-родитель» и т.д.				
2. Определение готовности к школьному обучению		2 раза в год		Октябрь Апрель
3. Диагностика уровня развития психических процессов	Подготовительные группы	По запросу администрации, педагогов и родителей	Педагог - психолог	В течение года
4. Социометрическое исследование социального статуса детей в группе	1-10	По запросу администрации, педагогов и родителей	Педагог – психолог	В течение года
5. Анкетирование, сбор информации о социальном положении семьи и ребенка.	1-10	В течение года	Педагог - психолог	В течение года

2.	<i>Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода.</i>				
	<ul style="list-style-type: none"> - назначение щадящего режима; - сокращение времени пребывания ребенка в образовательном учреждении в течение двух недель; - удлиненный сон на 1,5 – 2 часа в ночное время (дома); - незначительное утепление одежды; - не допускать переохлаждения детей во время прогулок 	1-12	Ежедневно	Воспитатели Педагог - психолог Старшая медсестра	В течение года
3.	<i>Организация режима двигательной активности</i>				
	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня				
	1. Утренняя гимнастика (по желанию детей) <ul style="list-style-type: none"> - традиционный комплекс; - подвижные игры; - оздоровительные пробежки вокруг детского сада; - преодоление полосы препятствий; 	1-10 2 мл.гр. – 5-6 мин. ср.гр. – 6 –8 мин. ст.гр. – 8-10 мин. подг.гр. - 10 –12 мин.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале	Воспитатели Инструктор по физической культуре	В течение года
	2. Физкультминутки (в середине статического занятия) <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для развития мелкой моторики; - имитационные упражнения; - общеразвивающие упражнения 	1-10 не более 3 мин.	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания НОД	Воспитатели	В течение года

<p>3. Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры; - спортивные упражнения; - двигательное задание с использованием полосы препятствий; - упражнение в основных видах движения; - элементы спортивных игр 	<p>1-10 20-30 мин.</p>	<p>Ежедневно во время утренней и вечерней прогулки; подгруппами, подобранными с учетом уровня двигательной активности детей</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>В течение года</p>
<p>4. Оздоровительный бег (постепенное увеличение дистанции от 500 до 1000 метров)</p>	<p>Старшие группы 3-7 мин</p>	<p>Два раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек. Проводится во время утренней прогулки</p>	<p>Воспитатели Инструктор по физической культуре</p>	<p>В течение года</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Прогулки - движение по разработанному маршруту; - двигательные задания; - подвижные игры разной степени интенсивности; - преодоление полосы препятствий с использованием природного окружения; - НОД по физической культуре 	<p>Средние и старшие группы. Ср. гр. не более 30-40 мин в один конец, 1,5 км в обе стороны; Ст. гр. 60-120 мин. 1,5-2 км в один конец.</p>	<p>1-2 раза в год во время, отведенного для НОД по физической культуре, организованных воспитателем игр и упражнений</p>	<p>Воспитатели инструктор по физической культуре</p>	<p>В течение года</p>

<p>5. Бодрящая гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка в постели и самомассаж; - игровые упражнения; - сюжетно-игровая гимнастика; - упражнения на формирование осанки и стопы; - дыхательная гимнастика; - гимнастика для глаз; - точечный массаж; - использование тренажеров и спортивного комплекса 	<p>1-10 не более 10 мин</p>	<p>Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>В течение года</p>
<p>8. Пробежки по массажным дорожкам (в сочетании с контрастными воздушными ваннами)</p>	<p>1-10 5-7 мин.</p>	<p>Ежедневно после дневного сна</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>В течение года</p>
<p>9. Коррекционная работа с детьми по развитию движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательное задание по усмотрению воспитателя; - дифференцированные игры, подобранные с учетом двигательной активности; - упражнения на формирование осанки и стопы 	<p>1-10</p>	<p>Ежедневно во второй половине дня</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>В течение года</p>
<p>10. Логоритмическая гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - имитационные упражнения; - упражнения на развитие мелкой моторики рук; - упражнения с включением считалок, поговорок 	<p>Дети с ОВЗ</p>	<p>1 раз в неделю</p>	<p>Музыкальный руководитель</p>	<p>В течение года</p>

Физкультурные занятия				
По физической культуре: - традиционная; - игровая; - сюжетно-игровая; - тренировочная; - с использованием тренажеров; - ритмическая гимнастика; - по интересам детей; - комплексная; - контрольно-проверочная; - тематическая; - туризм	1-10 1 мл. гр. – 9мин 2 мл. гр. –15 - 20 мин ср.гр. – 20 - 25 мин. ст.гр. – 25 - 30 мин. подг. гр. – 30 - 35 мин.	3 раза в неделю (одно в часы прогулки)	Воспитатели инструктор по физической культуре	В течение года
Самостоятельная двигательная деятельность				
Самостоятельная двигательная деятельность: самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования, самостоятельные подвижные и спортивные игры	1-10 не менее 3 – 4 часов в день	Ежедневно под руководством воспитателей в помещении и на открытом воздухе	Воспитатели	В течение года
Активный отдых				
1. День здоровья : - подвижные игры и физические упражнения, разработанные по сценарию; - фрагмент физкультурного досуга; - пеший поход в лес или парк	1-10	1 раз в год	Воспитатели Специалисты	Апрель

<p>2. Физкультурный досуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игры и упражнения; - спортивные игры; - упражнения в основных видах движений; - спортивные упражнения; - игры-эстафеты; - музыкально-ритмические движения 	<p>1-10 мл. и ср.гр. 15-20 мин. ст. и подг.гр. 30 - 45 мин.</p>	<p>1-2 раза в месяц одной – двумя группами</p>	<p>Воспитатели инструктор по физической культуре</p>	<p>В течение года</p>
<p>3. Физкультурные праздники</p> <ul style="list-style-type: none"> - игры и упражнения; - спортивные игры; - упражнения в основных видах движений; - спортивные упражнения; - игры-эстафеты; - музыкально-ритмические движения 	<p>1-10 мл. и ср. гр. - 45 мин. ст. и подг. гр. – до 60 мин.</p>	<p>2 раза в год внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего дошкольного учреждения</p>	<p>Специалисты Воспитатели</p>	<p>Январь, июнь</p>
<p>4. Игры-соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных классов («Веселые старты» и др.)</p>	<p>Старшие и подготовительные группы не более 60 мин.</p>	<p>1-2 раза в год на воздухе или в зале</p>	<p>инструктор по физической культуре</p>	<p>Осень, весна</p>
<p>5. Спортивные эстафеты вне детского сада (легкоатлетические эстафеты)</p>	<p>Подготовительные группы не более 120 мин.</p>	<p>1 раз в год, участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности</p>	<p>инструктор по физической культуре</p>	<p>Апрель Май</p>
<p>6. Дни здоровья</p>	<p>1-10</p>	<p>2-3 раза в год</p>	<p>Специалисты</p>	<p>Сентябрь, апрель</p>
<p>Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи</p>				

	1. Домашние задания	1-10	ежедневно	инструктор по физической культуре	В течение года
	2. Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	1-10	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, Недели здоровья, туристических походов и т. д.	инструктор по физической культуре	В течение года
4.	<i>Оздоровительная профилактика</i>				
	Гимнастики:				
	Бодрящая гимнастика с элементами корригирующей гимнастики	1-10 старшие, подготовительные группы	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Гимнастика для глаз	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Артикуляционная гимнастика	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Дыхательная гимнастика по А.Стрельниковой	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Респираторная дыхательная гимнастика Б.С. Толкачева	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Вибрационно-вокальные упражнения М. Лазарева	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года

	Кварцевание групп	1-10	Ежедневно по графику	Младшие воспитатели	В течение года
	Оздоровительные витаминные напитки (шиповник)	1-10	Ежедневно	Старшая медсестра повар	В течение года
	Оздоровление фитонцидами:				
	Чесочно –луковые закуски	1-10	Курсами	Старшая медсестра повар	Весна, осень
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	1-10	В период вирусных инфекций	Воспитатели	Осень, зима
	Аромамедальоны.	1-10	В период вирусных инфекций	Воспитатели	Осень, зима
	Сбалансированное питание: - учет калорийности; - вариативное меню; - витаминизация блюд.	1-10	Ежедневно	Старшая медсестра повар	В течение года
	Употребление соков и фруктов (второй завтрак)	1-10	Ежедневно	повар	В летний период
5.	<i>Лечебно-профилактическая работа</i>				
	Витаминотерапия				
	Витаминизация третьего блюда (витамин С)	1-10	ежедневно	повар	В течение года
	Прививки	1-10	Согласно плана с согласия родителей	ФАП	В течение года
6.	<i>Закаливающие мероприятия</i>				

	Закаливание воздухом:				
	Соблюдение температурного режима в течение дня (систематическое проветривание помещений)	1-10	Ежедневно	Младшие воспитатели	В течение года
	Максимальное пребывание детей на воздухе – прогулки в любую погоду	1-10	2 раза в день, не менее 3 - 4 часов (до обеда, после дневного сна или перед уходом детей домой)	Воспитатели	В течение года
	Адекватная температурному режиму одежда детей	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Хождение босиком (по «дорожкам здоровья»; по траве и т.д.)	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Контрастные воздушные ванны	1-10	Ежедневно	инструктор по физической культуре	В течение года
	Сон при открытых фрамугах	1-10	Ежедневно в летний период	Воспитатели	Июнь - август
	Закаливание водой:				
	Полоскание полости рта водой комнатной температуры (после обеда)	Группы дошкольного возраста	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	1-10	В жаркие дни	Воспитатели	Июнь - август
7.	Охрана психического здоровья				
	Свето- и цветотерапия:				

	обеспечение светового режима	1-10	Ежедневно	Воспитатели Администрация	В течение года
	цветовое и световое сопровождение среды и образовательной деятельности	1-10	Ежедневно	Воспитатели Администрация	В течение года
	Музтерапия:				
	музсопровождение режимных моментов (классическая и инструментальная музыка – Клайдерман, Джейм Ласт, Вивальди и пр.)	1-10	Ежедневно	Воспитатели Специалисты	В течение года
	Музыкальное оформление фона НОД	1-10	Ежедневно	Воспитатели Специалисты	В течение года
	Музыкально – театральная деятельность	1-10	Ежедневно	Воспитатели Специалисты	В течение года
	Индивидуальная и подгрупповая образовательная деятельность				
	<ul style="list-style-type: none"> - снятие психоэмоционального напряжения у детей; - улучшение эмоционального самочувствия; - обучение навыкам диафрагмального дыхания; - развитие произвольного внимания; - обучение приемам саморегуляции; - формирование адекватной самооценки; - обучение правилам взаимодействия с другими людьми; - развитие коммуникативных способностей 	1-10	По плану работы специалистов	Педагог-психолог	В течение года
8.	Реабилитация и коррекционная работа				

	Реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательных путей (щадящий режим, расчет физических нагрузок)	1- 10	Ежедневно	воспитатели инструктор по физической культуре	В течение года
	Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки	Старшие и подготовительные группы	Курсами	старшая медсестра инструктор по физической культуре воспитатели групп	В течение года
	Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и со слабо сформированной стопой	1–10	Курсами	старшая медсестра инструктор по физической культуре воспитатели групп	В течение года
	Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений	1-10	Ежедневно	инструктор по физической культуре	В течение года
	Коррекция речевого и психического развития у детей	Дети с ОВЗ и логопедического пункта	Ежедневно	Учитель-логопед, Педагог – психолог	В течение года
	Коррекция детско-родительских отношений; межличностного общения детей в группе	1-10	По плану	Педагог-психолог	В течение года
	Коррекция эмоциональной сферы детей с использованием методов песочной терапии, арт-терапии, игротерапии и т. д.	1-10	По плану	Педагог-психолог	В течение года
9.	Пропаганда здорового образа жизни.				

	Специально-организованная НОД по экологии человека (о пользе физической активности, профилактики кариеса, формирование привычки здорового питания, формирование элементарных анатомических и гигиенических знаний, профилактика вредных привычек и т. д.)	Старшие и подготовительные группы	По плану 1 раз в месяц	Воспитатели	В течение года
	Беседы с детьми по формированию представлений о здоровом образе жизни	1-10	Ежедневно	Воспитатели	В течение года