

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №3» с. Ижма

Принято
педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 3» с. Ижма
от «28» августа 2019 г. протокол №1

Утверждено
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 3» с. Ижма
от «28» августа 2019 г. №

Программа по здоровьесбережению
«Здоровый дошкольник»

Авторы программы:

Э.В. Хозяинова, заведующий

О.Н. Чупрова, воспитатель

Н.Ф. Беляева, старший воспитатель

Е.В. Морозова, старшая медицинская сестра

Срок реализации программы 2019-2022г.г.

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Научно – методическое обеспечение.....	7
Планирование оздоровительной работы в детском саду.....	9
Взаимодействие с родителями.....	14
Ожидаемые результаты программы.....	16
Критерии оценки эффективности программы по организации здоровьесберегающей технологии.....	17
Заключение.....	18
Список использованной литературы.....	19

1. Пояснительная записка

Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Всемирной организации здравоохранения предоставляет такое определение: «Здоровье – это состояние полного телесного, душевного и социального благополучия». Здоровье человека – одна из глобальных научных проблем в мире, обостряющаяся с каждым шагом развития цивилизации и общества. В 21 веке проблема здоровья человека, его сохранения и укрепления остается крайне острой, требующей серьезного осмысления и решения. Не случайно задачи здоровьесбережения россиян решаются сегодня на государственном уровне и находят отражение в приоритетных национальных проектах РФ. Государство актуальные задачи здоровьесбережения ставит уже с дошкольной организации через федеральные стандарты, национальной стратегии в интересах детей «Десятилетие детства» (Указ президента РФ от 29.05.2017г № 240).

Дошкольное детство – уникальный, самоценный и важнейший период становления человека и его здоровья. Именно в дошкольном возрасте закладываются фундаментальные ценности и выстраиваются отношения ребенка с самим собой и окружающим миром, происходит освоение самых разных способов деятельности и реализации себя в них, приобретается разносторонний опыт. В период дошкольного возраста интенсивно протекает рост и развитие организма, процессы морфологического и функционального совершенствования отдельных органов и систем. А незавершенность этих процессов определяет большую чувствительность детского организма даже к незначительным отрицательным воздействиям внешней среды, что может послужить причиной возникновения отклонений в состоянии здоровья. Приоритетной средой обитания, развития маленького человека является дошкольное учреждение, где должно быть созданы оптимальные и безопасные условия для успешной образовательной деятельности и укрепления здоровья. Неотъемлемой частью работы педагогов, медицинских работников и администрации учреждения должны быть мероприятия, направленные на создание в ДОО безопасной образовательной среды, а также проведения комплекса оздоровительных и профилактических мероприятий.

В настоящее время прослеживаются негативные тенденции в состоянии здоровья детей: рост хронической патологии и функциональных нарушений, частая заболеваемость ОРЗ, значительная распространенность отклонений в физическом развитии и нервно-психическом здоровье, увеличение числа детей с отставанием биологического возраста, распространенность болезней костно-мышечной системы, желудочно-кишечного тракта и т.д.

Развитие человека, формирование его интересов, положительных и отрицательных качеств и привычек, способностей, подчинено действию определенных законов. Законам и правилам детей приучает взрослый, дети подражают примерам родителей, педагогов.

Следовательно, в образовательных организациях уже с дошкольного возраста важно включать системную оздоровительную работу, валеологическое воспитание с использования здоровьесберегающих технологий.

В связи с этим в ДОО разработана программа «Здоровый дошкольник» муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад №3» с. Ижма в соответствии:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Указ президента РФ № 240 от 29.05.2017 г. «Десятилетие детства (2018 – 2027 г. г.)»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- СанПиН 2.4.1.3049- 13 « Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных учреждениях»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основной общеобразовательной программе дошкольного образования от 30.08.2013 №1014;
- Приказа Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.;
- Уставом Учреждения.

Основные исполнители программы: сотрудники ДОО, воспитанники, родители воспитанников, сотрудники социальных и дополнительных образовательных организаций.

1.1. Кадровый состав и материально – техническая обеспечение детского сада

В МБДОУ «Детский сад №3» с. Ижма функционирует 8 групп с общей проектной мощностью на 185 воспитанников.

Возрастная группа	Возраст детей	Проектная мощность
Ранняя группа	1 – 3 лет	20
Ранняя группа	1 - 3 лет	20
Дошкольная группа	3 - 8 лет	24
Дошкольная группа	3 – 8 лет	24
Дошкольная группа	3 – 8 лет	24
Дошкольная группа	3 - 8 лет	24
Дошкольная группа	3 - 8 лет	24
Дошкольная группа	3- 8 лет	25

В ДОО имеется медицинский блок, музыкальный и физкультурный зал с полным набором оборудования (физкультурное оборудование, инвентарь, полифункциональные модули, сухой бассейн, атрибуты для подвижных игр). Физкультурные занятия и мероприятия ведет инструктор по физической культуре. В групповых помещениях имеются физкультурные уголки для самостоятельной и совместной деятельности, которые отвечают технике безопасности. На участке детского сада обустроены игровые площадки с игровыми постройками, спортивная площадка. На площадке в летнее время проводятся подвижные и командные игры, на спортивных снарядах развивают равновесие, координацию, ловкость и силу. В зимнее время прокладывается трасса для ходьбы на лыжах. Педагоги активно применяют физкультурные и оздоровительные мероприятия с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. Ведут комплексный подход по всем видам здоровьесберегающих технологии.

Для коррекционной работы в детском саду имеется учитель-логопед и педагог – психолог. Специалисты включают в работе с детьми тренинги, игры, игровые ситуации.

Педагогический состав 14 воспитателей, включая старшего воспитателя, 1 инструктор по физической культуре, 2 музыкальных руководителя, 1 учитель – логопед, 1 педагог – психолог. Воспитатели и специалисты детского сада включают в работу здоровьесберегающие технологии.

1.2. Анализ оздоровительной работы МБДОУ

Современная ситуация в сфере образования указывает на приоритетность проблемы охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Ежегодно перед учебным годом разрабатывается режим дня воспитанников, учебный план по санитарным нормам и правилам. По данной программе составляется оздоровительный план работы в каждой группе с рекомендациями психолога, инструктора по физическому воспитанию, медицинскими работниками. Воспитатели, учитывая индивидуальные и возрастные особенности, подбирают эффективные методы, приемы и средства работы по оздоровительному направлению. Подбираются дополнительно авторские программы, методики, педагогический персонал систематически проходят курсы повышения квалификации.

Воспитанники ежедневно находятся под наблюдением медицинских работников в ДОО. Ведется мониторинг посещаемости и заболеваемости детей. Ведется наблюдение за закаливающими процедурами, соответствием режима дня, двигательной активности воспитанников. Медицинской сестрой и врачами-специалистами поликлиники ежегодно проводится комплексный осмотр детей, даются рекомендации педагогам и родителям. Ежегодно выявляются и формируются воспитанники по группам здоровья.

Мониторинг посещения дошкольной организации и здоровья детей (за сентябрь 2017-май 2018г.; вторая – сентябрь 2018г. - май 2019г.)

Группа	Посещено дней		Пропущено дней		Из них по болезни		Индекс здоровья	
	2017-2018у.г.	2018-2019г	2017-2018.г.	2018-2019г	2017-2018.г.	2018-2019г.	2017-2018.г.	2018-2019г
Группа №1 первая группа раннего возраста	64,9%		36,1%		55,3%		30,5%	
Группа №2 Вторая группа раннего возраста	64%	68,7%	36%	31,3%	58,9%	52,23%	35,1%	49,2%
Группа №3 Младшая группа	60,5%	68,8%	39,5%	31,2%	48,9%	51%	46%	52,5%

Группа №4 Младшая группа	76,63%	78,4%	23,7%	21,6%	55,8%	22,1%	56,4%	80,7%
Группа №5 Средняя группа	79,63%	76,8%	20,37%	23,2%	47,7%	46,8%	61,3%	64,2%
Группа №6 Старшая группа	79,24%	81,2%	20,76%	18,8%	47,7%	32,1%	61,9%	79,5%
Группа №7 Подготовительная группа	75,4%	76,8%	24,6%	23,2%	41,8%	33,5%	65,7%	75,1%
Группа №8 Вторая группа раннего возраста		59,3%		40,7%		44,3%		32,0%

Группа здоровья

Группа / год	2017-2018 учебный год		2018-2019 учебный год	
1-я группа здоровья	77 детей	42%	48 детей	26,2%
2-я группа здоровья	97 детей	53%	113 детей	63,55%
3-я группа здоровья	8 детей	4,46%	16 детей	9,12%
4-я группа здоровья	1 ребенок	0,54%	2 детей	1,13%

По сравнению отмечается положительная динамика по посещаемости и показателей здоровья детей. Этому способствовало проведение оздоровительных, профилактических мероприятий: лечебно-профилактических, методов закаливания, спортивных и физкультурных мероприятий, а также приостановление образовательной деятельности в целях профилактики распространения гриппа и ОРВИ в учреждении по эпидемиологическим показаниям, усиление работы педагогов с родителями по обеспечению посещения воспитанником образовательной организации в целях получения качественного дошкольного образования. В работе с детьми раннего возраста воспитатели создают необходимые условия для успешного прохождения каждым ребенком периода адаптации. Для фиксации результатов приспособления детей в детском саду ведется индивидуальная карта адаптации. Адаптация к условиям ДОО проходит удовлетворительно: в большей степени в легкой и средней форме. В целом сохраняется устойчивая тенденция на сохранение здоровья детей и их физического развития. Для сохранения положительной тенденции разрабатывается комплекс двигательной, профилактической, оздоровительной мероприятий.

2. Научно – методическое обеспечение

Программа "Здоровый дошкольник" разработана творческой группой педагогов МБДОУ «Детского сада № 3» с. Ижма, которая отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

Программа «Здоровый дошкольник» разработана на основе анализа оздоровительной работы в ДОО:

- анализ педагогической системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала) и материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);

- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости, анализ посещаемости);

научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОО);

- оздоровительная работа в ДОО (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий, анализ результатов физической подготовленности детей).

Наша цель разработать системно – комплексную программу «Здоровый дошкольник», на основе научно – методической базы, чтобы разработанная нами программа, помогла создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья наших детей, а так же включала инновационные формы и методы.

Задачи:

- обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей;

- воспитание культурно-гигиенических навыков и формирование привычки к здоровому образу жизни;

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни и основ безопасности собственной жизнедеятельности;

- формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия семьи и ДОО на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.

Анализ теоретических исследований В.Г. Алямовской, В.А. Деркунской, Ю.Ф. Змановского, А.М. Сивцовой, Н.К. Смирнова показывает, что авторы предлагают разные, классификации здоровьесберегающих технологии. Самым оптимальным для программы по здоровьесбережению «Здоровый дошкольник» легли принципы и классификация здоровьесберегающих технологий В.А. Деркунской и А.М.Сивцовой.

Виды здоровьесберегающих технологий используемые в детском саду по В.А. Деркунской и А.М.Сивцовой (прослеживается в таблицах):

1.Медико - профилактические технологии – обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним

относятся- организация мониторинга здоровья дошкольников разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья, организация и контроль питания детей, физического развития дошкольников, закаливания, организация профилактических мероприятий в ДООУ, организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиН, организация здоровьесберегающей среды в ДОО .

2. Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка, развитие физических качеств, двигательной активности и становления физической культуры дошкольников, закаливания, динамическая пауза (дыхательная, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз), массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры на тренажерах, подвижные и спортивные игры, применение стретчинга (упражнения под музыку). Используем на занятиях, прогулках, в режимных моментах, в совместной деятельности.

3. Технология социально- психологического благополучия ребенка обеспечивает психическое и социальное здоровье ребенка. Основная задача этой технологии обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного и психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в д/с и семье. Используем психогимнастику, сказкотерапию, релаксацию, технологии воздействия цветом, игротренинги.

4.Технология здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования направлена на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни(ребенок должен видеть кому и чему подражать).

5.Здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОО –это прежде всего воспитание валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель данной технологий – становление осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать, сохранять его. Используем занятия из серии «Уроки здоровья».

6.Технологии валеологического просвещения родителей- это технология направленная на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОО.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Программа ориентирована на организацию работы с детьми с 2 до 7 лет.

Срок реализации программы 2019 -2021 г.г.

3. Планирование оздоровительной работы в детском саду

3.1. План мероприятий (формы, методы, технологии организации)

№	Содержание	Периодичность выполнения, срок	Ответственные
Оптимизация режима			
1.	Организация деятельности детей в благоприятных условиях, создание комфортного режима пребывания ребенка в ДОО	Постоянно, в течение года	Заведующий, ст. воспитатель, педагогические работники
Организация активного двигательного режима			
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
2.	Физкультурные педагогические мероприятия	3 раза в неделю, одно занятие с 5 лет на улице	Воспитатели, инструктор по физической культуре
3.	Прогулки с включением подвижных и спортивных игр	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
4.	Дозированная ходьба/Оздоровительный бег/	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
5.	Спортивные упражнения - ходьба на лыжах, катание на санках, езда на велосипеде	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
6.	Организация кружковой деятельности- «Юный футболист», Стрейчинг	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре
7.	Корригирующая гимнастика	1 раз в неделю	Специалист дополнительного образования
8.	Посещение РЦДТ- командные игры	2 раза в месяц	Воспитатели, инструктор по физической культуре
9.	Различные виды гимнастик (ритмическая, пальчиковая, дыхательная, зрительная, этюды)	Ежедневно	Воспитатели
10.	Музыкально – ритмические занятия	2 раза в неделю	Воспитатели, музыкальные руководители
11.	Походы, целевые экскурсии на природу	Ежемесячно	Педагогические работники
12.	Физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»	Ежемесячно	Педагогические работники

13.	Индивидуальная работа с детьми по профилактике болезней(личная гигиена, безопасность)	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
14.	Игры и упражнения в сухой бассейне, полифункциональными модулями(ранний возраст)	Ежедневно	Воспитатели
Охрана психического здоровья			
1.	Использование приемов релаксации	Ежедневно	Воспитатели, педагог - психолог
2.	Проведение психогимнастики	Ежедневно	Воспитатели, педагог - психолог
Оздоровительно - профилактическая работа (фитонцидами, закаливание, массаж)			
1.	Ароматизация помещений (чесночные «бусы», хвойные букеты, эфирные масла) с учетом индивидуальных особенностей	По необходимости	Медицинские работники
2.	Полоскание зева отварами трав (ромашка, календула) или кипяченной водой комнатной температуры	Ежедневно	Воспитатели, Медицинские работники
3.	Прогулки, воздушные ванны- одежда соответствует по сезону	Ежедневно	Воспитатели
4.	Водные процедуры- обширное умывание, контрастное обливание ног, игры с водой	Ежедневно	Воспитатели
5.	Хождение босиком по траве по тропинке здоровья;/ массажной дорожке, по ребристым дорожкам после сна в сочетании с воздушными ванна	Июнь – август/ ежедневно	Воспитатели
6.	Упражнения с массажными мячами, самомассаж игра, флэш-мобы –массаж друг другу по кругу	ежедневно	Воспитатели, медицинские работники
7.	Сон с открытыми форточками в теплое время года	В теплое время суток	Воспитатели, медицинские работники
8.	Гимнастики –дыхательная, для глаз, артикуляционная, мелкая моторика	Ежедневно	Воспитатели, медицинские работники
9.	Витаминотерапия – настойка шиповника, чай с медом с лимоном , напитки из фруктов, овощи, фрукты, соки, «Северная» витаминизация (клюква. брусника) 3 блюдо;	Ежедневно	Медицинские сестры, работники пищеблока

10.	Витаминация третьего блюда – витамин С. С 3 лет -напиток «Витоша», киселек «Витаминазированный».	Ежедневно	Медицинские работники
11.	Физиопроцедуры- УФО по назначениям врачей	По назначениям	Медицинские работники
12.	Тщательное мытье рук с мылом, применение индивидуальных средств гигиены- носовые платочки, салфетки, расчёски	Перед приемом пищи, после игровой деятельности/ при необходимости	Воспитатели, вспомогательный персонал
13.	Беседы из серии «Уроки здоровья», «Правильное питание», чтение познавательной литературы	Ежедневно	Педагогические работники
14.	Просмотр мультфильмов, диафильмов, слайд –шоу, презентации на тему: «ЗОЖ»	Еженедельно	Педагогические работники
15.	Проектная деятельность «Мое здоровье.....»	1 раз в квартал	Педагогические работники
16.	Проветривание, кварцевание, уборка по графику	Ежедневно	Воспитатели, медицинские работники

3.2. Использование методов закаливания природными факторами в дошкольных группах

Самым оптимальным является закаливание природными факторами. В качестве закаливающих процедур широко используется пребывание детей на свежем воздухе. В основе закаливающих процедур лежит многократное воздействие тепла, охлаждения и солнечных лучей. При этом у ребенка постепенно вырабатывается адаптация к внешней среде. В процессе закаливания улучшается работа организма, а именно улучшаются физико-химическое состояние клеток, деятельность всех органов и их систем.

В результате закаливания увеличивается работоспособность, снижается заболеваемость, особенно простудного характера, улучшается самочувствие. При действии факторов окружающей среды в организме возникает сложный физиологический комплекс ответных реакций, в котором участвуют не отдельные органы, а определённым образом организованные и соподчинённые между собой функциональные системы.

Характеристика действия	метод	Методика	Противопоказания	Ответственный
Свежий воздух	Утренняя гимнастик	Проведение в теплое время года на свежем воздухе	Медицинский отвод после болезни	Медицинский работник, воспитатель
	Сон без маек при открытых форточках в теплое время года	Обязательный учет физического состояния ребенка. Не допускать сквозняков, потока холодного воздуха	Температура воздуха в спальне ниже на 4 градуса	Медицинский работник, воспитатель
	Воздушные контрастные ванны	Использование разницы температуры	Температура воздуха ниже нормы	Медицинский работник, воспитатель
Вода	Обширное умывание	Постепенное обучение элементам обширного умывания (кисти рук- локоть- плечо-шеи- подбородок- лицо). Проводиться 1 раз после сна	Медицинский отвод, температура воздуха ниже нормы	Медицинский работник, воспитатель
солнце	Прогулка, солнечные и световоздушные ванны	Проведение солнечных ванн в пасмурные дни	-	Медицинский работник, воспитатель
Закаливание горла	Полоскание горла водой комнатной температуры	Ежедневно после приема пищи	-	Медицинский работник, воспитатель

3.3. Содержание работы медицинского персонала

Основные направления работы	0 – 3 лет	3 -5 лет	5 -7 лет
Контроль соблюдения санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы МБДОУ	+	+	+
Контроль соблюдения воздушно-теплого и светового режима в МБДОУ	+	+	+
Контроль соблюдения санитарного состояния помещений и участка МБДОУ	+	+	+
Контроль расстановки мебели и ее подбор с учетом роста воспитанников	+	+	+
Контроль соблюдения режима дня	+	+	+
Динамический контроль состояния здоровья и развития детей в течение образовательного периода	+	+	+
Выявление детей группы риска: часто и длительно болеющих. Контроль показателей заболеваемости в течение образовательного периода	+	+	+
Выявление детей с отставанием биологического возраста	+	+	+
Выявление детей с отклонениями в физическом развитии по данным проведенной антропометрии. Динамический контроль показателей физического развития	+	+	+
Выявление детей с отклонениями костно-мышечной системы (осмотр врачами специалистами): - нарушения осанки; - сколиоз; - плоскостопие	+	+	+
Профилактика нарушений зрения. Контроль проведения гимнастики для глаз	+	+	+
Медико-педагогический контроль организации образовательной деятельности по физическому развитию. Разработка системы закаливания и контроль ее реализации.	+	+	+
Консультации для педагогов и родителей по вопросам оздоровления детей. Пропаганда здорового образа жизни	+	+	+
Профилактика травматизма	+	+	+
Работа с семьями воспитанников по обеспечению преемственности организации рационального режима дня и закаливающих мероприятий, коррекция отклонений в состоянии здоровья и развития детей, питания.	+	+	+

4.Взаимоотношения с родителями

Работа с родителями строится на принципах преемственности семьи и дошкольной образовательной организации, а также на основе договора между родителями и детского сада, который заключается с родителями каждого ребенка. Формирование физического и психического здоровья ребёнка является совместной работой родителей и дошкольной организации. Задачи работы с родителями:

1. Повышение педагогической культуры родителей;
2. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания;
3. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка;
4. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье;
5. Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций, бесед на тему: «Сохранения здоровья детей»;
2. Дни открытых дверей (показ занятий для родителей);
3. Создание проектов совместно с родителями, детьми;
4. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры) по проблемным вопросам;
5. Организация совместных спортивных, оздоровительных мероприятий.

Методы, используемые педагогами в работе с родителями:

1. Наблюдение за ребёнком;
2. Анкета для родителей и анализ анкет;
3. Беседы с родителями, с детьми;
4. Совместные продукты участниками образовательного процесса.

С целью улучшения профилактической работы в течение учебного года проводятся с родителями цикл бесед, консультации на темы:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний;
2. Профилактика ОРЗ, ОРВИ, гриппа в домашних условиях;
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей;
4. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении;
5. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка;
7. О здоровом питании дошкольников;
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей;
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома;
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей;
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников;
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей;
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка и т.д.

Примерный план работы с родителями

Мероприятия	Срок проведения	Участники
Родительские собрания, анкетирование, консультации, беседы, рекомендации от педагогов, врачей.	2 раза в год, по плану педагогов	Участники образовательного Процесса – дети, педагоги, родители воспитанников, социальные партнеры
Спортивно-музыкальное развлечение с семьями	1 раз в год	
Спортивный конкурс «Папа, мама, я – спортивная семья»	1 раз в год	
Участие в районных мероприятиях «Лыжня России», «Кросс наций», «Снежные постройки»	По годовому плану 3-4 мероприятия	
Пешие походы, экскурсии в лес Разработка и защита проекта на тему: ЗОЖ	2 раза в год	
Информация на стенде, сайте о здоровье, физкультуре и спорте. Антропометрические данные, ежедневное меню ДОО	Постоянно	

С целью получения информации о степени удовлетворенности качеством образования, режима работы, питания детей проводится анкетирование родителей.

Вопрос	удовлетворены	неудовлетворены	затрудняюсь ответить
Качество образовательного процесса	97,8%	-	2%
Режим работы ДОО	100%	-	-
Питание детей в ДОО	96%	-	4%

Результаты анкетирования указывают, что около 98% родителей удовлетворены качеством образовательного процесса, 100% режимом работы в ДОО, 96% качеством питания детей. Из этого следует, что удовлетворенность с родителями показывает высокую тенденцию.

5. Ожидаемые результаты реализации программы

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:

1. Улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
2. Успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОО ежегодно не менее 85%, качественная подготовка детей к школе до 85%;
3. Рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
4. Активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье ;
5. Совершенствование системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка;
6. Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний;
7. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;
8. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к развитию и воспитанию;
9. Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников;
10. Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

6. Критерии оценки эффективности программы по организации здоровьесберегающей технологии

1. Качественная и количественная система контроля отслеживается через мониторинг.
2. Качественная оценка реализации программы удовлетворенности педагогов, родителей, детей отслеживается при помощи анкетирования, опросов.
3. Динамика заболеваемости и посещаемости детей отслеживается по результатам изучения медицинских карт и табеля посещаемости.
4. В конце учебного года полученные результаты анализируются. Это основа для коррекции задач на последующий год.

6.1. Система мониторинга оздоровительной работы

Направления мониторинга	Показатель мониторинга	Методы и средства проведения мониторинга	Периодичность проведения
Состояние здоровья детей	Карта развития ребенка Распределение по группам здоровья	Осмотр врачами Наблюдения	Сентябрь- Май Ежемесячно
Уровень достижения детьми планируемых результатов освоения ООП	Уровень нервно-психического развития детей раннего возраста Уровень образовательной области «Физическая культура» Уровень психической готовности детей к обучению в школе (логопед, педагог – психолог)	Наблюдения Диагностика Диагностика	1 раз в год май Сентябрь Май Май
Развивающая среда Оборудование и его размещение в ДОУ Территория ДОУ Отопление, освещение, водоснабжение, канализация	Соответствие развивающей среды требованиям Состояние игровой, спортивной зоны Состояние системы отопления, освещения, водоснабжения, канализации	Наблюдения	1 раз в квартал 1 раз в квартал Постоянно 2 раза в год
Прием детей в ДОУ, режим дня, организация НОД	Качество и полнота реализации алгоритма режима дня, организации и проведения НОД	Наблюдения	1 раз в полгода
Требования к составлению меню	Оценка качества питания	Наблюдения	1 раз в квартал
Мероприятия по ОТ и ТБ	Соблюдение требований по ОТ и ТБ	Наблюдения Инструктаж	Направления мониторинга
Удовлетворенность родителей деятельностью ДОУ	Степень удовлетворенности родителей деятельностью ДОУ	Анкетирование	1 раз в год

7. Заключение

Здоровый образ жизни формируется с помощью комплексных мероприятий. Ребёнок в детском саду находится целый день, поэтому педагогами ставятся комплексные задачи, которые осуществляются по следующим направлениям:

1. Привитие культурно – гигиенических навыков;
2. Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
3. Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
4. Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
5. Формирование представлений о пользе и вреде для организма;
6. Организация систематической работы по ОБЖ;
7. Выработка знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для реализации данных задач в детском саду созданы необходимые условия:

1. Сотрудники внимательны к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
2. Развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей, группах детского сада силами воспитателей оборудованы «физкультурные уголки», «места уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике;
3. Эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников, спортивные праздники и развлечений;
4. 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, проводятся физические паузы - минутки;
5. Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, этюды, театрализованная деятельность, где каждый участник – деятельный актёр;
6. Большая роль в коррекционной работе отводится музыкотерапии (классической), которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает, расслабляет, помогает развитию восприятия и эстетического вкуса).

А также эффективный результат дает учет ряда принципов:

1. Постепенность –увеличение дозировки;
2. Последовательность – воздух, вода, солнце; например, обтирание, обливание, умывание;
3. Системность – направлены на выработанные механизмы;
4. Комплексность – закаливающие процедуры + прогулка+ физические игры, упражнения;
5. Учет индивидуальных и возрастных особенностей.

Таким образом, учитывая все направления по организации ЗОЖ, можно сохранить и укрепить здоровье малыша, повысить уровень знаний ввалеологическом воспитании.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Алямовская, В.Г. Как вырастить здорового ребенка. М.:ЛИНКА – ПРЕСС,1993.
2. Голицина, Н.С. Система методической работы в ДОУ. Внедрение здоровьесберегающих технологий. Повышение двигательной активности детей в течение дня. Часть2 -М.: Издательство «Скрипторий 2003»,2010
3. Деркунская, В.А. Здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе// Управление ДОУ.-2005.-№3.
4. Кудрявцев В.Т., Егорова Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно – методическое пособие.-М.:ЛИНКА-ПРЕСС,2000.
5. Лазарев, М.Л. Здравствуй!: Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста: Руководство для воспитателей дошкольных образовательных учреждений.-М.: Академия здоровья, 1997.
6. Мартынов, С.М. Здоровье ребенка в ваших руках: Советы врача-педиатра: Кн.для воспитателей дет.сада и родителей.-М.: Просвещение,1991.
7. Сивцова А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях// Методист.- 2007.№2.
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы.-М.: АРКТИ,2003.
9. Пензулаева, Л.Н. Физкультурные занятия с детьми. Москва. «Просвещение».1993.
10. Шалаева, Г.П. Как воспитать здорового и умного ребенка. Дисциплина. Чувство ответственности. ООО «Филологическое общество «Слово», 2009.
11. Образовательная программа МБДОУ «Детский сад №3» с. Ижма.
12. Вебинар по теме: «Здоровьеформирующие и здоровьесберегающие технологии в работе с дошкольниками» - <https://www.youtube.com/watch?v=3CevPbH-khI>