

## Рецензия

на комплексную программу сохранения и укрепления здоровья воспитанников «Здоровый ребёнок» на период 2014-2017 учебные годы, разработанную творческим коллективом работников МБДОУ «ДСОВ №20»: Зыриной О.М., Коваль О.Ю., Севостьяновой Л.Н., Грицан О.М., Нигомедзяновой Ю.М.

Представленная на рецензирование комплексная программа сохранения и укрепления здоровья воспитанников «Здоровый ребёнок» представляет собой целостный, логически структурированный документ, характеризующий модель системы работы учреждения по данному направлению.

Как положительный факт, можно отметить то, что авторы при составлении программы учитывали рекомендации учёных по технологии разработки стратегических программ развития образовательных организаций в целом или по одному из направлений. Программа содержит такие составляющие, как аналитическое обоснование, стратегию развития через постановку конкретных целей и задач, выбор средств достижения целей, планирование основных мероприятий.

Очевидным достоинством программы является актуальность поднятой в ней проблемы, она доказывается авторами в аналитико-прогностическом блоке на основе анализа исходной ситуации в стране, в своём дошкольном учреждении, характеризующейся ухудшением здоровья детей. В этом же блоке даны концептуальные основы программы, они раскрываются в цели, задачах, принципах, лежащих в основе создания целостной системы сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

Концептуальное видение будущего образа позволило авторам определить основные стратегические направления в реализации поставленных целей и задач: оздоровительно-профилактическое, воспитательно-образовательное, организационно-методическое. Заслуживает внимания выделение авторами программы в оздоровительно-профилактическом направлении раздела комплексная медико-психологический-педагогическая оценка состояния здоровья дошкольников и взаимосвязь со специалистами детской поликлиники. В каждом из направлений указываются задачи, и перечень мероприятий, обеспечивающих их реализацию. Названные мероприятия дают образ желаемого будущего состояния системы сохранения и укрепления здоровья детей в дошкольной организации, отвечающего запросам времени, выраженным в основных государственных документах, на которые делают ссылки авторы.

Условиями успешной реализации комплексной программы «Здоровый ребёнок» являются достаточно развития материально-техническая база, профессионально-компетентный педагог и грамотное руководство процессом. Поэтому авторы вполне обоснованно выделили в программе разделы «Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОУ» и «Кадровое обеспечение программы».

Таким образом, предлагаемая программа заслуживает положительной оценки. Её можно рассматривать как педагогическую модель социального заказа, как оптимальный для данного учреждения вариант стратегии, нацеленный на создание системы сохранения и укрепления здоровья детей в дошкольной организации, учитывающий её реальные возможности. Данная программа позволит коллективу воспитывать каждого ребёнка как субъекта собственного здоровья, обладающего устойчивой мотивацией на здоровый образ жизни, владеющего навыками сохранения и укрепления здоровья.

Рецензент Гумирова Н.М., к.п.н., заместитель директора по научно-методической работе ГОУ СПО Анжеро-Судженский педагогический колледж, Почётный работник среднего профессионального образования.



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Анжеро-Судженского городского округа  
«Детский сад № 20»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая



Зырина О.М.

## ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК

ПРОГРАММА  
сохранения и укрепления  
здоровья воспитанников

на 2014-2017гг.

Авторы-составители:  
Зырина О.М., заведующая  
Коваль О.Ю., старший воспитатель  
Грицан О.М., инструктор по физкультуре  
Севостьянова Л.Н., ст. медсестра  
Нигомедзянова Ю.М., воспитатель

## **«Здоровый ребенок»: комплексная программа сохранения и укрепления здоровья воспитанников**

Авторы-составители:

Зырина О.М., заведующая

Коваль О.Ю., старший воспитатель

Севостьянова Л.Н., ст. медсестра

Грицан О.М., инструктор по физкультуре

Нигомедзянова Ю.М., воспитатель

Принята на педагогическом совете

МБДОУ «ДС № 20»

Протокол № 1

От «29» 09 2014г

Комплексная программа сохранения и укрепления здоровья воспитанников «Здоровый ребенок» призвана оказать помощь педагогам в воспитании ребенка - субъекта собственного здоровья, обладающего устойчивой мотивацией на здоровый образ жизни, владеющего навыками сохранения, укрепления здоровья. В содержание программы включены концептуальные основы, цели, задачи, принципы программы; раскрыты задачи и пути реализации оздоровительной работы каждого из направлений программы: оздоровительно – профилактического, воспитательно – образовательного, организационно – методического.

### **Правовая основа Программы:**

- Закон «Об образовании»
- Закон «Об основных гарантиях прав ребенка»
- Конвенция ООН о правах ребенка
- Локальные акты ДОУ
- Устав МБДОУ «ДС № 20»
- СанПиН 2.4.1.3049-13
- Основная общеобразовательная программа МБДОУ «ДС № 20»

## **Введение**

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии.

На сегодняшний день в дошкольном возрасте практически здоровые дети составляют **31 %**, с нарушением осанки **1,5 %**, с плоскостопием - **2,2 %**. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребёнка стало редкостью, растёт число недоношенных детей, число врождённых аномалий, число детей с речевыми расстройствами.

Более **8%** детей имеют 3-ю группу здоровья.

Не утешают результаты состояния здоровья детей, поступающих в детский сад.

Из **25** поступивших воспитанников:

**1** группа здоровья – **8**

**2** группа здоровья – **16**

**3** группа здоровья – **1**

Переболели во время адаптации: **1 раз – 10 детей;**

**2 раза – 2 детей.**

**Не болели – 13 детей.**

## Анализ состояния здоровья воспитанников МБДОУ

В январе этого года, был проведен медицинский осмотр узкими специалистами. Он дал следующие результаты:

### Сравнительный анализ здоровья детей

год	2011	2012	2013
<b>Количество детей</b>	<b>123</b>	<b>130</b>	<b>132</b>
Количество осмотренных	111	99	96
% осмотренных	90,2%	76,2%	72,7%
<b>Количество детей с отклонениями в здоровье</b>	<b>36 (32%)</b>	<b>39 (39%)</b>	<b>47 (49%)</b>
ЛОР – заболевания	13	19	23
Визуальные отклонения	2	4	2
Хирургические	21	16	22
<b>Количество детей на диспансерном учете</b>	<b>123</b>	<b>118</b>	<b>91</b>
Нарушение зрения	5	3	2
Нарушения слуха	1	4	-
Дефект речи	30	29	36
Болезни О.Д.А.	17	-	-
Заболевания Ж.К.Т.	2	3	1
Заболевания кожи	2	2	2
Нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы	6	5	2
ЛОР-заболевания	9	15	9
Нарушение со стороны мочеполовой системы, пиелонефрит	-	-	1
ЧБД	4	4	4
Нервные заболевания	30	34	28
Хирургические болезни	15	10	5
Туберкулез	7	5	8
Вираж	10	4	5

<b>Группы здоровья</b>	1 группа	27	30	42
	2 группа	81	93	98
	3 группа	14	21	15
	4 группа	1	2	-
<b>Физическое развитие</b>	Среднее	114	50	120
	Высокое	20	15	34
	Низкое	6	12	6

Были подведены итоги по состоянию здоровья детей, анализировалась заболеваемость и посещаемость детей. Проведен сравнительный анализ всей оздоровительной работы с показателями прошлого года.

Наблюдается движение детей по группам здоровья:

- из 1 группы во 2 группу перешли **6** детей;
- из 2 группы в 1 группу перешли **2** детей;
- из 2 группы в 3 группу перешло **3** ребенка;

**Сравнительный анализ заболеваемости в случаях.**

<b>Заболевания</b>	<b>2011</b>	<b>2012</b>	<b>2013</b>
Бронхит	7	6	3
Пневмония	-	4	3
Грипп	-	-	-
ОРВИ	139	114	128
Ларингит	1	1	-
Трахеит	2	1	1
Ветряная оспа	2	19	1
Прочие	17	29	24
<b>Всего:</b>	<b>168 (136%)</b>	<b>174 (140%)</b>	<b>160(106%)</b>

**В общем по МБДОУ заболеваемость:** в 2011 учебном году на 1 ребенка составила 1,4 ед., а в 2012 году – 1,4 ед. на 1 ребенка, в 2013 - 1,3 ед. на 1 ребенка. Из показателей видно, что заболеваемость имеет тенденцию к снижению.

### **Сравнительный анализ заболеваемости в днях**

<b>2011 год</b>	<b>2012 год</b>	<b>2013 год</b>
957	982	880

В ДОУ в течение 2012-2013 года поступило в группы раннего возраста и первые младшие – 25 детей. 13 детей – с легкой степенью адаптации, со средней степенью адаптации -12 детей, с тяжелой – нет.

Сохранение и укрепление здоровья детей является приоритетным направлением работы нашего ДОУ.

Для выработки грамотного, эффективного плана действий составлена программа «Здоровый ребёнок», которая интегрирует усилия всего коллектива к желаемым результатам, но уже не с позиции сегодняшнего дня, а с учетом перспективы.

Разрабатывая программу «Здоровый ребёнок», мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система физического воспитания, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровый ребёнок - это комплексная система воспитания ребёнка-дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства.

Программа «Здоровый ребёнок» предполагает возможность педагогам творчески подходить к подбору содержания обучения и воспитания, используя как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов и родителей.

## **Цель программы:**

Воспитание ребёнка – субъекта собственного здоровья, обладающего устойчивой мотивацией на здоровый образ жизни, владеющего навыками сохранения, укрепления здоровья.

## **Задачи:**

1. Охранять и укреплять здоровье воспитанников, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.
2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
3. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.
4. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
5. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки.
6. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта.
7. Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий психическое и физическое развитие.
8. Обеспечить квалифицированную диагностику состояния здоровья и развития воспитанников с учётом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.

## **Принципы создания Программы**

- Принцип участия.

Привлечение всех участников педагогического процесса к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, по формированию здоровых привычек, планирование оптимальной учебной нагрузки, своевременной диспансеризации детей.

- Принцип гарантiiй.

Реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнения государственных гарантiiй, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

- Принцип систематичности и последовательности.

Постепенный, системный подход к подаче материала, к решению тех или иных возникающих проблем.

- Принцип комплектности и интегративности.

Решение оздоровительных задач в системе всего воспитательно-образовательного процесса и всех видов деятельности.

- Принцип адресованности и преемственности.

Поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

## **Объекты программы:**

- Дети ДОУ
- Педагогический коллектив
- Медицинский персонал
- Родители детей, посещающих ДОУ

## **Основные направления программы:**

- оздоровительно – профилактическое
- воспитательно – образовательное
- организационно – методическое

## **Задачи и пути реализации оздоровительной работы каждого из направлений программы:**

### **Оздоровительно-профилактическое направление**

*Задача: Совершенствование системы профилактической оздоровительной работы.*

Профилактическая и оздоровительная работа в МБДОУ должна быть направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиН. Большое внимание следует уделить профилактическим мероприятиям:

- осуществлять проветривание помещения, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
- дважды в день проводить влажную уборку групповых помещений;
- не загромождать групповые и спальные помещения мебелью, коврами;
- для обеспечения естественного освещения помещений шторы на окнах должны быть укороченными;
- 2 раза в год необходимо выполнять сушку, выморозку постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял);
- 2 раза в год осуществлять чистку ковровых изделий (летом – стирка, зимой – чистка снегом);
- правильно осуществлять подбор и расстановку комнатных растений;
- своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;
- соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
- во время карантинных мероприятий строго придерживаемся санэпидрежима.

### ***Организация жизни детей***

Гармоничному физическому и психическому развитию ребенка способствует режим дня.

Режим дня предусматривает разнообразную деятельность детей с течение всего времени пребывания в образовательном учреждении в соответствии с их возрастом, состоянием здоровья, а также свойственными им интересами и потребностями.

## ***Обеспечение безопасности жизнедеятельности воспитанников***

Для обеспечения правильного физического развития, оздоровления детей и исключения травматизма должна быть четкая организация деятельности каждого сотрудника ДОУ.

Следует подчеркнуть, что основными причинами травматизма являются следующие факторы:

- нарушение санитарно – гигиенических норм (плохое освещение, вентиляция и т.д.);
- плохая подготовка мест занятий и спортивного инвентаря;
- неподходящая одежда ребенка («слетающие» тапочки и т.д.);
- нарушение дисциплины; отсутствие медицинского контроля и т.д.

### ***Закаливающие мероприятия***

Закаливание – это активный процесс, представляющий совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки.

Ведущими методами эффективного закаливания в нашем ДОУ являются:

- контрастные температурные воздействия (контрастно-воздушные и воздушные ванны);
- босождение;
- циклические упражнения в облегченной, не стесняющей движений одежде, на занятиях и прогулках;

#### **Принципы закаливания:**

- проводить закаливание при условии, что ребенок здоров;
- каждая процедура проводится на положительном эмоциональном фоне;
- учитываются индивидуальные особенности ребенка, его возраст;
- интенсивность увеличивается постепенно и последовательно;
- закаливание проводится систематично, с комплексным использованием всех природных факторов.

физкультурно – оздоровительной работы придается плаванию. Ведь влияние плавания на организм ребенка необычайно благотворно и разнообразно. Оно помогает стать здоровым, сильным, ловким, выносливым, смелым. Плавание закаляет организм ребенка, повышает его стойкость против температурных колебаний и невосприимчивость к простудным заболеваниям.

## *Использование технологий сохранения и стимулирования здоровья*

Для сохранения и укрепления здоровья детей в ДОУ используются здоровьесберегающие технологии:

- Подвижные и спортивные игры (элементы)  
Игры с правилами, где используются естественные движения в достижении цели. Спортивные игры (элементы). Игры - соревнования.
- Физкультурная минутка.  
Динамическая пауза для профилактики переутомления на занятиях интеллектуального цикла.
- Пальчиковая гимнастика.  
Тренировка тонких движений пальцев кисти рук.
- Артикуляционная гимнастика.  
Упражнения для формирования правильного произношения: выработка полноценных движений губ, языка, челюсти.
- Бодрящая гимнастика.  
Переход от сна к бодрствованию через движения. Понятие настроения и мышечного тонуса детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.
- Гимнастика для глаз.  
Упражнения для снятия глазного напряжения.
- Дыхательная гимнастика.  
Специальные упражнения, позволяющие очистить слизистую оболочку дыхательных путей, укрепить дыхательную мускулатуру, улучшить самочувствие ребенка.
- Ритмопластика.  
Система физических упражнений, выполняемых под музыку, способствующих развитию у детей мышечной свободы, выразительности, красоты, грациозности, ритмичности, пластичности движений, музыкальности, чувства ритма.
- Релаксация.  
Система расслабляющих упражнений, направленных на восстановление равновесия между процессами возбуждения и торможения и снижение двигательного беспокойства (дыхание, мышечное расслабление).
- Корrigирующая гимнастика.  
Система упражнений, направленных на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.
- Самомассаж, точечный самомассаж.

## ***Питание***

Огромное значение в физическом развитии ребенка и укреплении его здоровья имеет правильно организованное, сбалансированное питание.

Основные принципы организации питания дошкольников следующие:

- обеспечение поступления всех основных питательных веществ в количествах, отвечающих физиологическим потребностям растущего детского организма;
- соблюдение определенного режима питания;
- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов.

В основе организации питания дошкольников лежит неукоснительное выполнение следующих рекомендаций:

- обеспечение соблюдения правил хранения продуктов;
- выполнение норм закладки продуктов;
- обоснованность замены блюд;
- соблюдение технологии приготовления блюд;
- своевременность приготовления и сроки реализации готового питания;
- соответствие температуры подаваемых блюд;
- культура организации питания.

## ***Проведение оздоровительных мероприятий***

С целью профилактики простудных заболеваний в ДОУ проводятся оздоровительные мероприятия:

- Сезонная профилактика простудных заболеваний: поливитамины, адаптогены, фитонциды.
- «С» - витаминизация третьего блюда.
- Неспецифическая профилактика: полоскание полости рта и горла настоями трав, прием сиропа шиповника, прием фиточая.

### *Медико – педагогический контроль*

Медико – педагогический контроль помогает осуществлять полноценное физическое воспитание детей в ДОУ, он включает:

- медицинское обследование (мониторинг) состояния здоровья и физического развития детей, определение на его основе мер по совершенствованию данной работы;
- медико – педагогический контроль за методикой физического воспитания и закаливания детского организма, соответствием нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям;
- санитарно – педагогический надзор за местами, где проводятся физкультурные занятия и закаливающие процедуры, гигиеническим состоянием и безопасностью оборудования, пособий, одежды и обуви, занимающихся воспитанников.

### *Взаимосвязь со специалистами детской поликлиники*

Для сохранения и укрепления здоровья детей в МБДОУ поддерживается постоянная связь с врачами узкой специализации детской поликлиники. Ежегодно в детском саду воспитанники проходят профилактический осмотр.

## **Воспитательно-образовательное направление**

*Задача: Организация рациональной двигательной активности детей*

Забота о здоровье детей в нашем ДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление.

Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Оптимальная двигательная деятельность способствует:

- повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды
- совершенствованию реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям
- повышению физической работоспособности
- нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможной коррекции врождённых или приобретённых дефектов физического развития
- повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья

**Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:**

- Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
- Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
- Обязательное включение в комплекс физической культуры элементов дыхательной гимнастики
- Включение в гимнастику и НОД элементов корrigирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

**Формы организации двигательного режима в ДОУ:**

- непосредственно-образовательная деятельность в форме занятий по физической культуре в зале, в бассейне и на спортивной площадке;
- утренняя гимнастика;
- гимнастика пробуждения;
- физкультминутки;

- оздоровительный бег;
- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
- индивидуальная работа с детьми по овладению ОВД и развитию физических качеств
- самостоятельная двигательная деятельность детей
- подвижные игры
- детские творческие объединения физкультурно-оздоровительной направленности (обучение элементам баскетбола старших дошкольников; плавание).

*2 задача: Воспитание у детей культуры здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки к здоровому образу жизни*

Становление культуры человека обусловлено, прежде всего, процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.

Физическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

1. Осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
2. Знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
3. Компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычки к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как:

- режимные моменты,
- непосредственно-образовательная деятельность познавательной направленности (1 раз в 2 месяца в младших, средних группах, 1 раз в месяц в старших и подготовительных),
- непосредственно-образовательная деятельность по физкультуре,
- организация и проведение дней Здоровья (1 раз в квартал).

*3 задача: Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия.*

Профилактика эмоционального благополучия детей в ДОУ осуществляется в двух основных направлениях:

- обеспечение более благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей;
- создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе.

Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- индивидуальные консультации психолога с воспитателями и родителями;
- индивидуальные беседы психолога с воспитанниками;
- обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;
- обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- организация «уголков психологической разгрузки» (зон уединения детей) в группах;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка на занятиях и в свободной деятельности;
- формирование культуры общения детей;
- проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;
- рациональное применение «музыкотерапии» (используется при необходимости на занятиях, при выполнении релаксационных упражнений, при укладывании детей на дневной сон и их пробуждении и др.).

4 задача: Повышение культуры родителей по вопросам оздоровления детей

Одной из основных форм работы по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

### *Задачи работы с родителями:*

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Вооружение родителей основами психолога – педагогических знаний через консультации, семинары.
- Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

Рекомендуется использовать следующие *формы работы с родителями*:

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
6. Совместные занятия для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача).
8. Организация совместных дел.

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

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и 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.

### **Организационно-методическое направление**

**Задача: Повышение компетенции педагогов по вопросам физического воспитания и оздоровления дошкольников**

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

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительская работа по направлениям программы «Здоровый ребёнок» и т.д.;
- 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 ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
4. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
5. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
6. Пропаганда здорового образа жизни.
7. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

### ***Методические рекомендации по оздоровлению:***

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями,

использование физкультурных минуток, включение элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.

- 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.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции.
- Беседы, валеологические занятия.

## **Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОУ**

### Пути реализации:

#### **1. Обновление материально-технической базы:**

- замена устаревшего мягкого инвентаря – приобретение матрацев, подушек, одеял, полотенец;
- пополнить спортивный инвентарь спортзала мячами разных размеров, массажными ковриками, дисками здоровья, мячами – фитболами.

#### **2. Преобразование предметной среды:**

- произвести благоустройство физкультурной площадки: оборудовать спортивную площадку: полосой препятствий” для развития выносливости, гимнастической стенкой и бревном, различными малыми формами для организации двигательной активности детей на свежем воздухе;
- восстановить зоны уединения (для снятия эмоционального напряжения) в каждой возрастной группе.

## **Ожидаемые результаты программы «Здоровый ребенок»:**

- Создание условий для развития индивидуальности ребёнка через осознание своих возможностей и способностей повышение уровня ориентации к своевременным условиям
- Снижение уровня заболеваемости
- Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
- Создание методического комплекса по программе «Здоровый ребёнок»
- Обеспечение диагностики состояния здоровья и развития воспитанников с учётом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.
- Повышение квалификации работников ДОУ

## **Кадровое обеспечение программы «Здоровый ребёнок»**

### **Заведующая ДОУ**

- общее руководство по внедрению программы «Здоровый ребёнок»;
- анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

### **Старший воспитатель**

- методическая поддержка педагогов

### **Педагоги**

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- коррекция отклонений в физическом развитии;
- организация двигательного режима;
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда ЗОЖ среди родителей;
- закаливающие мероприятия;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- проведение мероприятий по валеологии;

### **Старшая медицинская сестра**

- диагностика физического здоровья воспитанников;
- проведение оздоровительно-профилактических мероприятий;
- оздоровительные мероприятия ЧБД и детей, состоящих на Д.У;

### **Завхоз**

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

### **Младший обслуживающий персонал:**

- соблюдение санитарно – эпидемиологического режима;
- помочь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.