

ПРИНЯТА
на Педагогическом Совете
Протокол
№ 1 от « 31 » 08 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ
заведующий ГБДОУ детский сад № 33
Т.В. Константинова

Приказ №108-о от « 31 » 08 2021г.

с учетом мнения Совета родителей
протокол № 1 от « 31 » 08 2021 г.

Программа «Здоровье»
по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада №33 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга
(на период 2021-2024 г.г.)

Санкт-Петербург
2021

№ n/n	Наименование раздела	Страницы
I.	Целевой раздел Программы (пояснительная записка)	3-6
1.1	Цели и задачи деятельности по реализации программы	3
1.2	Принципы и подходы к формированию программы	3
1.3	Тенденции в состоянии здоровья воспитанников ГБДОУ за 2018-2019, 2019-2020, 2020-2021 учебные года	4
1.4	Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	5
1.5	Целевые ориентиры программы	6
II.	Содержательный раздел Программы	7-11
2.1	Этапы и сроки реализации программы	7
2.2	Опыт по сохранению здоровья участников образовательного процесса	8
2.3	Критерии оценки работы по программе	9
2.4	Оздоровительная работа в ДОУ	9
III.	Организационный раздел Программы	12-22
3.1	Режимы двигательной активности	12
3.2.	Оздоровительная работа с детьми	17
3.3.	Система организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы на летний оздоровительный период	19
3.4.	Ресурсы	22

I. Целевой раздел Программы

Программа "Здоровье" разработана в силу актуальности проблемы сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса ГБДОУ детского сада № 33 Петродворцового района Санкт-Петербурга. Предусматривает эффективный подход и комплексное решение вопроса оздоровления воспитанников и педагогов в ДОУ. Определяет основные направления, задачи, план мероприятий и их реализацию в течение 3 лет.

Программа рассматривает создание условий для воспитания здорового ребёнка в условиях детского сада.

Программа разработана рабочей группой ГБДОУ детского сада № 33 в составе: заведующего Константиновой Т. В., старшего воспитателя Степкиной М. С., учителя-логопеда Семенец В.А., педагога-психолога Нетунахиной И. Е., инструкторов по физической культуре Удодовой Е.А., Иванова В.В., воспитателя Егоровой Е.Ю., врача Ерохиной И.И.

1.1 Цели и задачи программы:

Цель: Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательных отношений и приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Создать условия, способствующие сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья участников образовательных отношений.
- Формировать устойчивую мотивацию на сохранение и укрепление здоровья.
- Формировать у родителей, педагогов, воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья.

1.2 Концептуальные положения, принципы и подходы к формированию программы:

За последнее десятилетие отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей дошкольного возраста. Значительно снизилось число абсолютно здоровых воспитанников, отмечается выраженный рост функциональных отклонений, хронических заболеваний, нарушений физического развития и снижения функциональных возможностей организма.

В уставе всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому в центре работы по полноценному физическому развитию, сохранению и укреплению здоровья детей должны находиться во-первых – семья, во – вторых дошкольное образовательное учреждение, в котором ребёнок проводит большую часть своего активного времени, той социальной структуры, которая в основном определяет уровень здоровья детей. В детском саду необходим поиск новых подходов к оздоровлению воспитанников, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребёнка, учёте особенностей его организма, индивидуализация профилактических мероприятий, создание определённых условий, в том числе материально-технической базы.

Принципы формирования Программы:

- **Принцип научности** - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- **Принцип активности и сознательности** - участие всего педагогического

коллектива и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

Принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего образовательного процесса и всех видов деятельности

- **Принцип адресованности и преемственности** - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
- **Принцип результативности и гарантированности** - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

1.3 Тенденции в состоянии здоровья воспитанников ГБДОУ за 2018-2019, 2019-2020, 2020-2021 учебные года.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 33 комбинированного имеет две площадки: 1 площадка расположена в отдельно стоящем здании типовой постройки, в ней находится 12 групп; 2 площадка расположена на первом этаже жилого многоквартирного дома, в ней находится 3 группы кратковременного пребывания детей и Служба ранней помощи для детей с ОВЗ.

В ГБДОУ в 2021 – 2022 учебном году функционирует 15 групп из них:

8 групп общеразвивающей направленности:

1 группа раннего возраста - 22 ребенка,

8 групп дошкольного возраста - 169 детей,

4 группы компенсирующей направленности – 65 детей

3 группы кратковременного пребывания – 33 ребенка

Служба ранней помощи - 5 детей

Показатель заболеваемости детей

Показатель	2018	2019	2020
Кол-во дней пропущенных по болезни	1635	1660	1564
Кол-во дней пропущенных по болезни одним ребёнком в месяц	5,27	5,38	5,07

Распределение детей по группам здоровья

Группы	I группа здоровья	II группа здоровья	III группа здоровья	IV группа здоровья
ГКП 1	-	9	2	-
ГКП 2	1	11	0	12
ГКП 3	-	9	1	10
Ранний возраст	2	17	3	22
Младшая группа № 1	2	22	1	25
Младшая группа № 2	6	16	3	25

Средняя группа № 1	7	17	3	27
Средняя группа № 2	7	15	3	25
Старшая группа № 1	5	13	4	22
Старшая группа № 2	1	19	3	23
Подготовительная группа	4	19	2	25
Компенсирующая группа № 1	-	14	2	16
Компенсирующая группа № 2	2	12	2	16
Компенсирующая группа № 3	1	16	-	17
Компенсирующая группа №4	-	14	2	16
Итого:	38	223	31	292

1.4 Основания разработки Программы (документы, программно-методические материалы)

- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15))
 - СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. 28)
 - СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2)
 - СанПин 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27 октября 2020 № 33.
- Устав ГБДОУ, локальные акты ГБДОУ.

1.5 Целевые ориентиры программы

Ожидаемый результат реализации программы:

для дошкольного образовательного учреждения

- создание системы работы по формированию культуры здоровья, как компонента общей культуры воспитанников, педагогов, родителей и формирование на её основе готовности к

- сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других людей;
- создание здоровьесберегающей среды в ДООУ;
- создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья;
- совершенствование системы физического воспитания и оздоровления воспитанников на основе реализации индивидуального подхода;
- обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию;
- повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников;

Для воспитанников:

- создание благоприятного психологического микроклимата в группах;
- успешная адаптация воспитанников вновь поступающих в детский сад;
- нормализация эмоционального напряжения;
- снижение заболеваемости воспитанников, сохранение и укрепление здоровья;
- снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- повышение физического уровня развития, повышение уровня физической подготовленности;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

Для родителей:

- активное участие в оздоровлении детей ;
- рекомендации по формированию здорового и безопасного образа жизни;
- участие в совместных оздоровительных и спортивных мероприятиях ДООУ;

Для педагогов:

- повышение квалификации работников образовательного учреждения;
- внедрение инновационных форм здоровьесбережения в образовательный процесс;
- обобщение и распространение педагогического опыта;
- повышение психологической устойчивости, улучшение физического здоровья.

II. Содержательный раздел Программы

2.1 Этапы и сроки реализации Программы

Этап	Содержание работы	Сроки
1.	Аналитико – диагностический: <ul style="list-style-type: none">- анализ существующих практико-педагогических материалов по оздоровительной работе с детьми;- создание пакета диагностических материалов и разработка методики исследования: тесты, анкеты;- повышение квалификации педагогов и специалистов образовательного учреждения по внедрению инновационных здоровьесозидающих технологий в образовательный процесс ДОУ- проведение анализа состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению (по организации режима дня воспитанников, их нагрузкам, физкультурно-оздоровительной работе, питанию, сформированности элементарных навыков гигиены, сформированности элементарных знаний по валеологии и ЗОЖ), организация просветительской работы образовательного учреждения с детьми и родителями;- проведение первичного мониторинга социального компонента здоровья воспитанников;- обобщение полученного материала, обработка результатов количественных и качественных исследований- выделение приоритетов с учётом результатов проведённого анализа	01.09.2021- 01.01.2024
2	Основной: <ul style="list-style-type: none">- разработка индивидуальных маршрутов оздоровления воспитанников- создание оптимальных условий (предметно-пространственной среды) для эффективной оздоровительной работы с детьми, педагогами и родителями- внедрение в образовательное пространство детского сада здоровьесозидающих технологий- создание целостной педагогической системы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни- организация просветительской и методической работы с воспитателями, специалистами и родителями по проблемам охраны и укрепления здоровья детей (лекции, семинары, круглые столы, мастер-классы и т.п.)- проведение мониторинга эффективности работы- приобретение необходимой научно-методической литературы- привлечение педагогов, специалистов и родителей к проведению оздоровительных мероприятий и соревнований	01.01.2022- 01.01.2024
3	Обобщающий (заключительный) <ul style="list-style-type: none">- анализ, систематизация и обработка результатов;- оформление отчётов и практических рекомендаций- публикации в педагогических изданиях	01.01.2024- 31.08.2024

2.2 Опыт решения проблемы сохранения здоровья участников образовательного процесса

Педагоги ДОО создают все необходимые условия для успешного прохождения каждым ребенком периода адаптации: способствуют созданию благоприятной, доброжелательной атмосферы, основанной на личностно-ориентированном подходе. Основная задача взрослых - сохранить и улучшить здоровье. В дошкольном возрасте работа по сохранению здоровья осуществляется совместно с родителями. Она включает в себя профилактику заболеваемости, травматизма, закаливание детей, соблюдение правил Сан Пина, приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни. В начале учебного года медиками воспитанники ДОО распределяются по группам здоровья, это учитывается при проведении физкультурных занятий: регулируется нагрузка, подбираются специальные упражнения. В течение года ежемесячно проводится анализ заболеваемости и посещаемости по группам и детскому саду.

В течение года в ДОО ведется физкультурно-оздоровительная работа, проводятся: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физкультурные занятия. Так же используются физкультминутки во время занятий, организуется двигательная активность детей на свежем воздухе, проводятся физкультурных развлечений, праздники. Воспитанники ДОО принимают участие в районном Фестивале «Веселая дорога к стартам ГТО».

Дети с аллергопатологией находятся под постоянным наблюдением. Для них из рациона питания исключаются продукты содержащие аллергены или заменяются на другие продукты.

Для понижения случаев заболевания сезонно проводится профилактика гриппа и простудных заболеваний: вакцинация детей против гриппа, лук, чеснок, (по состоянию здоровья и отсутствию аллергических реакций), применение бактерицидных ламп в группах (по графику), обработка поверхностей дезинфицирующими средствами.

В целях санитарно просветительской работы методической службой и медсестрой для педагогов ДОО проводятся консультации, помогающие закрепить знания педагогов об особенностях физического и психического развития детей, профилактике простудных заболеваний, оказание первой помощи.

Все педагоги (воспитатели и специалисты) регулярно проходят КПК по оказанию первой помощи.

В апреле 2021 года все педагоги прошли обучение по программам «Обеспечение санитарно-эпидемиологических требований к образовательным организациям согласно СП 2.4.3648-20»; «Профилактика гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID -19)».

Необходимой частью по сохранению и укреплению здоровья детей является работа с родителями. В течение года проводятся консультации, в группах ежемесячно обновляются материалы в родительских уголках, размещаются материалы в группах в WatsApp, ВКонтакте. Есть опыт проведения мастер-классов для родителей с детьми по сохранению правильной осанки, профилактике плоскостопия, веселым играм и упражнениям с мячом, с обручем.

Вывод: педагогами и медицинской службой ДОО ведется дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников, который предусматривает повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщение их к здоровому образу жизни. Медицинской службой ДОО планируется усиление профилактической работы среди родителей воспитанников и педагогического коллектива.

Необходимо продолжать работу по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей дошкольного возраста.

2.3 Критерии оценки работы по Программе:

1. снижение уровня заболеваемости;
2. увеличение количества детодней;
3. наличие в группах физкультурных уголков, оборудования с учетом всех санитарных норм и требований;
4. сформированность у детей культурно-гигиенических навыков;
5. наличие системы физкультурно-оздоровительной работы;
6. обобщение и распространение передового педагогического опыта по проблеме

"Физическое развитие и оздоровление детей дошкольного возраста"; "Формирование основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста".

Для решения поставленных задач в ДОУ была разработана система физкультурно-оздоровительной работы с детьми, которая включает в себя:

- Работу по организации двигательного режима в ДОУ
- Оздоровительную работу с детьми
- Коррекционную работу
- Работу по созданию условий для формирования навыков здорового образа жизни

Проблема укрепления и сохранения здоровья детей возникает у родителей с момента рождения ребенка. Приходя в детский сад, часть детей уже имеет ряд хронических заболеваний, а к школьному возрасту абсолютно здоровыми можно считать около 10% детей. Поэтому, проведение оздоровительной работы должно проходить в тесном сотрудничестве ДОУ и семьи. Данное сотрудничество условно можно разделить на несколько этапов:

- ознакомительный - проводится изучение состояния здоровья ребенка;
- этап разработки принципов оздоровления детей, выбор методики просвещения родителей;
- этап совместной деятельности родителей и сотрудников детского сада;
- итоговый - подведение итогов, результатов совместной работы, диагностика.

2.4 Оздоровительная работа в ДОУ

Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы:

1. Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;
2. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду. Создание современной предметно-развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров физкультурных уголков в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;
3. Осознание взрослыми и детьми понятия "здоровье" и влияние образа жизни на состояние здоровья;
4. Снижение уровня заболеваемости детей;
5. Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду;
6. Формирование у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
7. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей;

использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; ведение индивидуального контроля за двигательной нагрузкой детей; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.

Комплекс оздоровительных мероприятий включает:

- ежедневные прогулки
- физкультурные занятия (в зале и на свежем воздухе - летом)
- использование физкультурных уголков в группах, физкультминутки с применением различных упражнений для осанки, глаз, дыхательные, пальчиковые и т.д.
- утренняя зарядка
- бодрящая гимнастика
- босохождение и воздушные ванны
- спортивные праздники и досуги
- сохранение и укрепление здоровья с помощью тренажерно-информационной системы «ТИСА»
- применение кинезиологических, корригирующих упражнений на музыкальных и физкультурных занятиях
- использование ритмопластики и логоритмики на музыкальных занятиях
- «С» витаминизация III блюд
- сезонное использование продуктов с фитонцидными свойствами.

Обязательными условиями в оздоровительной работе являются определённые правила:

- систематическое проведение оздоровительных мероприятий в течение всего года
- постепенность увеличения нагрузок и усиления факторов воздействия на организм
- взаимодействие всех специалистов в работе с каждым конкретным ребёнком
- обязательное заинтересованное участие родителей в оздоровлении детей в течение всего года, особенно в выходные, праздничные дни, во время отпуска
- выполнение санитарных норм по содержанию помещений, участков и т.д.
- применение бактерицидных ламп в групповых помещениях, в музыкально-спортивных залах, рекреациях ДОУ
- своевременное выявление и изоляция заболевших детей (утренний приём и работа с родителями).

Для полноценного физического развития ребёнка одним из важнейших составляющих является организация полноценного питания:

- Питание детей в ДОУ организовано в соответствии с нормативными документами и медицинскими требованиями: СанПин 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27 октября 2020 № 33.
- организация питания по единому 10-дневному меню, утверждённому Роспотребнадзором;
- замена блюд в 10 дневном меню может производиться только по объективным причинам на блюда с соответствием калорийности и набором БЖУ;
- обязательное выполнение натуральных норм питания на каждого ребёнка.

В целях реализации задач по сохранению и улучшению здоровья детей необходимы следующие **мероприятия:**

1. Применять в образовательном процессе ДОУ здоровьесберегающие технологии.

2. Соблюдать оптимальный режим дня для каждой возрастной группы детей на основе мониторинга состояния здоровья воспитанников и требований СанПиН для всех возрастных категорий

3. Разработать оптимальный двигательный режим для каждой возрастной группы детей

4. На основании мониторинга состояния здоровья воспитанников разработать на ППК индивидуальный маршрут оздоровления, проведения коррекции, гибкого режима для детей с ограниченными возможностями здоровья.

III. Организационный раздел

3.1 Режимы двигательной активности

Режим двигательной активности воспитанников раннего возраста

№	Формы работы	Особенности организации	Продолжительность, мин
1	Образовательная деятельность по физической культуре	3 раза в неделю	10
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно утром перед завтраком	5
3	Образовательная деятельность по музыкальному развитию	2 раза в неделю	10
4	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	8
5	Физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером	8
6	Физические упражнения после сна	Ежедневно	4
7	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	4
8	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей воспитанников
	Время двигательной активности за неделю		6 часов

**Режим двигательной активности
воспитанников младшего возраста**

№	Формы работы	Особенности организации	Продолжительность, мин
1	Образовательная деятельность по физической культуре	3 раза в неделю	15
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно утром перед завтраком	6
3	Образовательная деятельность по музыкальному развитию	2 раза в неделю	15
4	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	8
5	Физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером	8
6	Физические упражнения после сна	Ежедневно	4
7	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	5
8	Спортивный досуг	1 раз в месяц	15
9	Прогулки, походы, экскурсии за пределы д/сада	Один раз в месяц	20
10	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей воспитанников
	Время двигательной активности за неделю		7 часов

**Режим двигательной активности
воспитанников среднего возраста**

№	Формы работы	Особенности организации	Продолжительность, мин
1	Образовательная деятельность по физической культуре	3 раза в неделю	20
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно утром перед завтраком	8
3	Образовательная деятельность по музыкальному развитию	2 раза в неделю	20
4	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	10
5	Физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером	10
6	Физические упражнения после сна	Ежедневно	4
7	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	7
8	Спортивные игры	Элементы игр на прогулке (первая половина дня)	10
9	Спортивный досуг	1 раз в месяц	20
10	Прогулки, походы, экскурсии за пределы д/сада	Один раз в месяц	20
11	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей воспитанников
	Время двигательной активности за неделю		8 часов

**Режим двигательной активности
воспитанников старшего возраста**

№	Формы работы	Особенности организации	Продолжительность, мин
1	Образовательная деятельность по физической культуре	3 раза в неделю	25
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно утром перед завтраком	10
3	Образовательная деятельность по музыкальному развитию	2 раза в неделю	25
4	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	12
5	Физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером	12
6	Физические упражнения после сна	Ежедневно	6
7	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	8
8	Спортивные игры	Элементы игр на прогулке (первая половина дня)	12
9	Спортивный досуг	1 раз в месяц	25
10	Прогулки, походы, экскурсии за пределы д/сада	Один раз в месяц	25
11	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей воспитанников
	Время двигательной активности за неделю		8 часов

**Режим двигательной активности
воспитанников подготовительного к школе возраста**

№	Формы работы	Особенности организации	Продолжительность, мин
1	Образовательная деятельность по физической культуре	3 раза в неделю	30
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно утром перед завтраком	12
3	Образовательная деятельность по музыкальному развитию	2 раза в неделю	30
4	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно утром и вечером	14
5	Физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером	15
6	Физические упражнения после сна	Ежедневно	6
7	Индивидуальная работа	Ежедневно утром и вечером	10
8	Спортивные игры	Элементы игр на прогулке (первая половина дня)	15
9	Спортивный досуг	1 раз в месяц	30
10	Прогулки, походы, экскурсии за пределы д/сада	Один раз в месяц	30
11	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей воспитанников
	Время двигательной активности за неделю		8 часов и более

3.2 Оздоровительная работа с детьми

1.	<p>Закаливающие мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • прием детей на улице (летом) • проветривание помещений • воздушные ванны • гимнастика после сна • сон без маек (летом) • босохождение по массажным дорожкам 	<p>в зависимости от погоды по графику после сна после сна в зависимости от погоды после сна</p>
2.	<p>Обеспечение здорового ритма жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим; • гибкий режим 	По плану
3.	<p>Гигиенические и водные процедуры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умывание; • мытье рук; • игра с водой; 	По режиму дня; в соответствии с гигиеническими требованиями
4.	<p>Свето-воздушные ванны:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений; • прогулки на свежем воздухе; • обеспечение температурного режима и чистоты воздуха 	ежедневно
5.	<p>Диетотерапия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • рациональное питание ; • замена продуктов (аллергия, хронические заболевания) 	ежедневно
6.	<p>Свето и цветотерапия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обеспечение светового режима; • цветовое и световое сопровождение среды и образовательного процесса 	ежедневно
7.	<p>Музтерапия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • музыкальное сопровождение режимных моментов; • музыкальное оформление фона занятий; • музыкально – театральная деятельность • вокальное и хоровое пение 	<p>Ежедневно</p> <p>по учебному плану</p>
8.	<p>Аутотренинг и психогимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> • игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; 	по плану педагога -психолога

	<ul style="list-style-type: none"> • игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; • коррекция поведения 	
9.	<p>Просветительская работа:</p> <ul style="list-style-type: none"> • уголки здоровья по рекомендациям • выставки детских рисунков и семейных работ, посвященных формированию ЗОЖ • фотоконкурсы на спортивную тематику и тему ЗОЖ • мастер классы по профилактике плоскостопия и формированию правильной осанки • консультации для родителей 	Материал используется на месте или берется в группу для изучения в повседневной жизни
Коррекционная работа		
1	Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия	На физкультурных занятиях
2	Упражнения на формирование правильной осанки	На физкультурных занятиях
3	Наличие листа здоровья и плана-схемы рассаживания детей в соответствии с ростовыми данными и маркировкой согласно СанПину, своевременная корректировка на основе антропометрии	В течение года
4	<p>Сохранение и укрепление здоровья с помощью тренажерно-информационной системы «ТИСА»</p> <p>Применение кинезиологических упражнений на музыкальных и физкультурных занятиях</p> <p>Использование ритмопластики и логоритмики на музыкальных занятиях</p>	В течение года
Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни		
1	<p>Формирование навыков личной гигиены:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наличие индивидуальных и общих туалетных принадлежностей • демонстрация различных схем, моделей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий • беседы о полезности и необходимости выполнения правил личной гигиены • демонстрация информативного и дидактического материала на тему «Я и мое здоровье» 	В соответствии с режимом дня групп
2	<p>Формирование навыков культуры питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сервировка стола • эстетика подачи блюд • этикет приема пищи и т.д. 	В соответствии с режимом питания

3.3 Система организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы на летний

оздоровительный период

Мероприятия	группы	периодичность	ответственные
Оптимизация общего режима дня в ГБДОУ, в соответствии с возрастом детей и со спецификой летнего периода - прием детей на улице - максимальное пребывание детей на свежем воздухе - удлинение продолжительности дневного сна на 15 минут	все группы	ежедневно	воспитатели
Использование вариативных режимов дня с учетом здоровья, возраста детей, сезона	все группы	по мере необходимости	воспитатели
Оптимизация совместной деятельности с детьми по основным направлениям развития: физическому, познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному, с учетом специфики летнего периода	все группы	ежедневно	воспитатели
Организация режимных процессов с использованием гигиенических и закаливающих процедур	все группы	ежедневно	воспитатели
Обеспечение положительной мотивации всех видов детской деятельности и режимных процессов	все группы	ежедневно	воспитатели
Ежедневное максимальное время пребывания детей на воздухе с целью оздоровления, с включением естественных природных факторов	все группы	ежедневно	воспитатели
Физкультурные занятия на воздухе	все группы	3 раза в неделю	инструктор по физической культуре воспитатели
Спортивные досуги и развлечения	группы сада	1 раз в месяц	инструктор по физической культуре
Спортивный праздник	группы сада	1 раз в месяц	инструктор по физической культуре
Дни здоровья	группы сада	1 раз в месяц	воспитатели инструктор по физической культуре
Утренняя гимнастика на воздухе	группы сада	ежедневно	воспитатели инструктор по физической культуре
Бодрящая гимнастика после сна	все группы	ежедневно	воспитатели
Спортивные игры и упражнения на	группы сада	ежедневно	инструктор по

воздухе			физической культуре воспитатели
Подвижные игры на воздухе	все группы	ежедневно	воспитатели инструктор по физической культуре
Двигательные разминки	все группы	ежедневно	воспитатели
Пальчиковая гимнастика	все группы	ежедневно	воспитатели
Музыкально-ритмические движения под музыку	все группы	1 раз в неделю	инструктор по физической культуре музыкальный руководитель воспитатели
Пешеходные прогулки (элементарный туризм)	группы сада	1 раз в месяц	воспитатели
Двигательная деятельность на специально оборудованной спортивной площадке	группы сада	по плану	инструктор по физической культуре воспитатели
Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей на воздухе	все группы	ежедневно	воспитатели
Индивидуальная работа с детьми с учетом здоровья, уровня развития и варьирования нагрузки	все группы	ежедневно	инструктор по физической культуре воспитатели
Привитие детям стойких культурно-гигиенических навыков в режимных процессах	все группы	ежедневно	воспитатели
Занятия с детьми по формированию основ здорового образа жизни и ОБЖ	группы сада	по плану воспитателей	воспитатели
Организация режимных процессов с использованием знаний по основам ЗОЖ	группы сада	ежедневно	воспитатели
Соблюдение общего режима дня в ГБДОУ в соответствии с сезоном	все группы	ежедневно	воспитатели
Гигиена помещений ГБДОУ в соответствии с сезоном	все группы	ежедневно	воспитатели помощники воспитателей медсестра
Гигиена одежды детей в соответствии с сезоном	все группы	ежедневно	воспитатели
Рациональное питание детей в соответствии с действующими нормативами и сезоном	все группы	ежедневно	работники пищеблока
Соблюдение питьевого режима в соответствии с сезоном	все группы	ежедневно	воспитатели помощники

			воспитателей медсестра
Максимальное пребывание на воздухе с использованием естественных факторов природы	все группы	ежедневно	воспитатели
Воздушные ванны на свежем воздухе (облегченная форма одежды соответственно сезону)	все группы	ежедневно	воспитатели под контролем медсестры
Воздушно-солнечные ванны на воздухе	все группы	ежедневно	воспитатели под контролем медсестры
Широкое умывание (умывание прохладной водой, обливание рук до локтя)	группы сада	ежедневно	воспитатели под контролем медсестры
Обливание нижних конечностей	группы сада	ежедневно	воспитатели под контролем медсестры
Босохождение до и после сна	все группы	ежедневно	воспитатели под контролем медсестры
Сон с доступом воздуха	все группы	ежедневно	воспитатели
Профилактические прививки	все группы	по плану мед.работников	врач медсестра
Оформление наглядной информации по летней оздоровительной работе	все группы	1 раз в месяц	воспитатели специалисты мед.работники
Консультации (групповые, индивидуальные) по вопросам воспитания и оздоровления в летний период	все группы	по плану, по мере необходимости	воспитатели мед.работники ст.воспитатель
Организация и проведение совместных мероприятий	все группы	по плану	воспитатели ст.воспитатель специалисты
Профилактические осмотры сотрудников	все сотрудники	1 раз в год	медсестра
Инструктажи по охране жизни и здоровья детей	все сотрудники	3 раза в год	заведующий
Санитарно-просветительская работа с сотрудниками	все сотрудники	по плану	ст.воспитатель мед.работники заведующий
Консультации по организации ЛОК	педагоги	по плану	ст.воспитатель мед.работники заведующий
Оперативный контроль состояния физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ	все сотрудники	по плану	ст.воспитатель заведующий медсестра врач

3.4 Ресурсы.

Кадровые:

Категория кадров	Всего	Образование		Квалификационная категория		
		среднее профессиональное	высшее	вторая	первая	высшая
Заведующий	1		1			
Старший воспитатель	1		1			1
Воспитатели	27	15	12		11	6
Музыкальный руководитель	2		2		1	1
Инструктор по физической культуре	2	1	1			1
Учитель-логопед	5		5		2	2
Учитель-дефектолог	1		1			1

Медицинский блок:

Медицинский состав	Количество	Образование		Квалификация				Стаж			
		Высшее	Среднее специальное	Без категории	Высшая	Первая	Вторая	От 0 до 5 лет	От 5 до 10 лет	От 10 до 20	От 20 и более
Медсестра (по договору с поликлиникой № 122)	1		1							1	
Врач педиатр (по договору с поликлиникой № 122)	1	1									1

Материально-техническое обеспечение:

Дошкольное образовательное учреждение имеет:

- музыкально-спортивный зал – 2
- зал ТИСА
- спортивное оборудование на каждой групповой игровой площадке;
- спортивная площадка;
- физкультурные уголки в группах ГБДОУ
- кабинет учителя-логопеда - 5
- кабинет педагога-психолога и учителя-дефектолога.