

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 19 «Земляничка»**

**ПРИНЯТО**

**На педагогическом совете  
Протокол № 1 от 31.08.2020**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Заведующий  
\_\_\_\_\_ О.А.Петрикова**

**МАДОУ детский сад № 19 "Земляничка", Петрикова Ольга Александровна  
08.02.2021 13:26 (MSK), Простая подпись**

**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ  
«БУДЬ ЗДОРОВ!»  
НА 2020-2023 ГОДЫ**

**Городской округ г. Бор  
2020 г.**

**Пояснительная записка**

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

В связи с этим одним из направлений работы детского сада является здоровьесбережение в ДОУ. Педагогический коллектив дошкольного учреждения определил пути своего дальнейшего развития.

Программа «Будь здоров!» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ:

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

Разрабатывая программу «Будь здоров», мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровления и 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, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Будь здоров!», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника,

здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

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

В ходе реализации программы «Будь здоров!» предлагается использование различных форм работы, позволяющих использовать в работе как традиционные методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

#### **Цели программы:**

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.

Формирование устойчивой мотивации на сохранение и укрепление здоровья;

Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в сохранении собственного здоровья.

#### **Задачи программы:**

Сохранение и укрепление здоровья детей.

Формирование привычки к здоровому образу жизни.

Профилактика нарушений простудных заболеваний.

Создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Привитие культурно-гигиенических навыков.

Осознание и осмысление собственного "Я", преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков.

Развитие внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами.

Оказание помощи семье в воспитании детей, адаптация к жизни в социуме.

#### **Законодательно – нормативное обеспечение программы:**

Закон «Об Образовании в Российской Федерации».

«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

Устав ДОУ.

#### **Объекты программы:**

Дети ДОУ;

Педагогический коллектив;

Родители детей, посещающих ДОУ.

### **Основные принципы программы:**

- Научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками)
- Доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- Активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- Сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- Систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- Целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели);
- Оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки)

Ожидаемые результаты:

1. Стабилизация показателей здоровья. Снижение уровня заболеваемости детей.
2. Повышение качества освоения основной образовательной программы по образовательным областям «Физическое развитие» «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие»
3. Применение здоровьесберегающих технологий.
4. Улучшение материально-технической базы.

**Программа реализуется через следующие разделы:**

1. **Укрепление материально – технической базы ДОУ.**
2. **Медицинское сопровождение.**
3. **Работа с детьми.**
4. **Психологическое сопровождение**
5. **Работа с педагогами.**
6. **Работа с родителями.**

# Реализация программы «Будь здоров!»

## 1. УКРЕПЛЕНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДЕТСКОГО САДА

| № п/п | Программные мероприятия  | Сроки      | Ответственные               |
|-------|--|------------|-----------------------------|
| 1.    | Приобретение спортивного оборудования и инвентаря для занятий на открытом воздухе, комплекса для физкультурной площадки. | 2020-2023  | Администрация детского сада |
| 2.    | Проведение ремонтных работ в медицинском кабинете.   | 2021--2022 | Администрация детского сада |
| 3.    | Приобретение оборудования в медицинский кабинет (ростомер, весы и др.)   | 2020-2023  | Администрация детского сада |
| 3.    | Приобретение спортивного оборудования и инвентаря для занятий в физкультурный зал.                                       | 2020-2023  | Администрация детского сада |

## 2. МЕДИЦИНСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

| № п/п                          | Мероприятие   | Срок                            | Ответственные   |
|--------------------------------|---|---------------------------------|---|
| <b>Организационная работа</b>  |   |                                 |   |
| 1.                             | Проведение анализа острой инфекционной и соматической заболеваемости воспитанников  | Ежеквартально                   | Заместитель заведующего                               |
| 2.                             | Консультирование воспитателей и разработка рекомендаций, направленных на сохранение здоровья каждому ребенку с соматическими и психическими заболеваниями (экраны здоровья) | Постоянно                       | Заместитель заведующего                               |
| 3.                             | Осуществление контроля за выполнением натуральных норм расходования продуктов питания. Сбалансированность питания.  | Постоянно                       | Заведующий хозяйством                                 |
| <b>Профилактическая работа</b> |   |                                 |   |
| <b>Диагностика</b>             |   |                                 |   |
| 6.                             | Определение уровня адаптации ребенка в условиях детского сада:<br>— резистентность организма ребенка;<br>— психическое здоровье;<br>— физическое здоровье                   | По окончании периода адаптации. | Заместитель заведующего воспитатели                   |
| 7.                             | <u>Диспансеризация:</u><br>- Проведение профилактических осмотров<br>- Обследование: врачом-педиатром, (с проведением антропометрии,  | Согласно плану<br>2 раза в год  | Бригада узких врачей-специалистов детской поликлиники |

|                     |  |   |  |
|---------------------|--|---|--|
|                     | распределением детей на медицинские группы для занятий физкультурой)   |   | Врач-педиатр<br>Медсестра                            |
| 8.                  | <u>Клинико-лабораторные исследования:</u><br>— функционально-диагностические;<br>— обследование на гельминты   | По плану                                | Медицинская сестра                                   |
| <b>Профилактика</b> |  |   |  |
| 9.                  | Проведение дальнейшего обследования детей с выявленной патологией после углубленного медосмотра  | постоянно                               | Врач-педиатр<br>Медицинская сестра                   |
| 10.                 | <u>Общеукрепляющая терапия:</u><br>— витамины (С витаминизация третьих блюд);<br>- поливитамины;   | Постоянно                               | Заведующий хозяйством                                |
| 11.                 | <u>Закаливание:</u><br>-утренняя гимнастика;<br>-обливание рук до локтя;<br>-подвижные игры на свежем воздухе.   | Постоянно                               | Заместитель заведующего воспитатели инструктор по ФК |
| 12.                 | <u>Массаж:</u><br>— самомассаж (обучение детей элементам массажа)  | Согласно плану профилактической работы. | Инструктор по ФК, воспитатели                        |
| 13.                 | Разработка рекомендаций для оздоровления с учетом индивидуальных особенностей воспитанников ДОУ  | Постоянно                               | Заместитель заведующего, инструктор по ФК            |
| 14.                 | <u>Санитарно-просветительная работа:</u><br>— «Служба 03» (обучение детей оказанию первой помощи);<br>- « <i>Это должен знать каждый</i> » (привитие гигиенических навыков, пропаганда здорового образа жизни)   | Согласно тематическому плану            | Инструктор по ФК, воспитатели, муз. руководитель     |
| 15.                 | <u>Первичная профилактика:</u><br>— ежедневный осмотр воспитанников;<br>— изоляция больных детей;<br>-контроль за санитарно-гигиеническими условиями;<br>-контроль за организацией образовательного процесса (режим дня, занятия)<br>— соблюдение СанПиН 2.4.1. 3049-13. | Постоянно                               | Медицинская сестра                                   |
| 16.                 | <u>Организация питания воспитанников:</u><br>а) ежедневное меню – раскладка;<br>б) контроль качества приготовления пищи;<br>в) контроль пищевого рациона   | Постоянно                               | Бракеражная комиссия ДОУ                             |

|     |  |           |            |
|-----|--|-----------|------------|
|     | воспитанников;<br>г) контроль за состоянием фактического питания и анализ качества питания;<br>д) санитарно-гигиеническое состояние пищеблока;<br>е) бракераж готовой продукции;<br>ж) контроль за выполнением натуральных норм. |           |            |
| 17. | Контроль санитарного состояния пищеблока и соблюдения личной гигиены его работников  | Постоянно | Заведующий |

### **3. РАБОТА С ДЕТЬМИ**

#### **3.1. СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.**

| <b>№ п/п</b> | <b>Направления работы</b>        | <b>Формы работы</b>  | <b>Сроки</b>                                     | <b>Ответственный</b>                                   |
|--------------|----------------------------------|--|--|--|
| 1.           | Анализ состояния здоровья детей. | Анализ диагнозов в медицинских картах детей, распределение их по подгруппам здоровья. Оценка эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий. Составление экранов здоровья и подбор рекомендаций по диагнозам.                        | Ежегодно (сентябрь)                              | Заместитель заведующего, инструктор по ФК, воспитатели |
| 2.           | Использование воздушных ванн     | Гимнастика и подвижные игры в облегчённой одежде.  | В течение года                                   | Инструктор по ФК, воспитатели                          |
| 3.           | Использование солнечных ванн     | Пребывание детей на солнце в трусах и панاماх, в процессе игр малой подвижности, а также игр с водой и песком.   | Июнь — август                                    | Воспитатель  |
| 4.           | Использование закаливания водой  | Дидактическое упражнение для умывания «Водичка, водичка»<br>Дидактическое упражнение для обливания ног прохладной водой «Ножки чисто мы помоем»<br>Дидактическое упражнение для полоскания горла прохладной водой «Хочешь знать, как гусь гогочет» | В течение года<br>Июнь – август<br>Июнь — август | Воспитатель<br>Воспитатель<br>Воспитатель              |
| 5.           | Использование                    | Комплекс упражнений «Топ,  | Июнь —   | Воспитатель  |

|    |   |  |                |   |
|----|---|--|----------------|---|
|    | босохождения  | топ – наши ножки»  | август         |   |
| 6. | Осуществление контроля за выработкой правильной осанки                | Дидактические упражнения «Позвони в колокольчик», «Сорви листок», «Дотянись до шарика»<br>Использование тренажера «Пять волшебных точек» | В течение года | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели, муз. руководитель |
| 7. | Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение дня. | Утренняя гимнастика и гимнастика после сна.<br>Подвижные, спортивные и народные игры.<br>Динамические паузы и физминутки.                | В течение года | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели, муз. руководитель |

### **3.2. ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ.**

| <b>№ п/п</b> | <b>Направления работы</b>  | <b>Формы работы</b>  | <b>Сроки</b>  | <b>Ответственный</b> |
|--------------|--|--|---|----------------------|
| 1.           | Воспитывать привычку ухаживать за чистотой своего тела, самостоятельно умываться, мыть руки с мылом. | Дидактическое упражнение «Надо, надо умываться»<br>Занятия по ЗОЖ<br>Дидактическое упражнение «Научим Незнайку правильно мыть руки»<br>Чтение стихотворения А. Барто «Девочка чумахая»<br>Просмотр мультфильма «Мойдодыр»<br>Беседа «Сколькими способами можно очистить кожу»<br>Разучивание отрывка из стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо»<br>Дидактическая игра «Как умываются животные» | Ежедневно<br><br>В соответствии с тематическим планом | Воспитатель          |
| 2.           | Воспитывать привычку самостоятельно одеваться, следить за своим внешним видом.                       | Дидактическое упражнение «Я умею одеваться»<br>Занятия по ЗОЖ<br>Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку»<br>Дидактическая игра «Что перепутал художник»<br>Сюжетно-ролевая игра «Прачечная»,   | Ежедневно<br><br>В соответствии с тематическим планом | Воспитатель          |



|    |  |  |   |             |
|----|--|--|---|-------------|
|    |  | «Парикмахерская»   |   |             |
| 3. | Формирование навыков культурного приёма пищи         | <p>Дидактическое упражнение «Учимся аккуратно кушать»</p> <p>Дидактическое упражнение «Поможем кукле накрыть стол к приходу гостей»</p> <p>Дежурство по столовой</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Кафе»</p> <p>Дидактическая игра «Столовые приборы и их назначение»</p> | <p>Ежедневно</p> <p>В течение года</p> <p>Ежедневно</p> <p>В течение года</p> | Воспитатель |
| 4. | Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая. | Педагогическая диагностика   | Май   | Воспитатель |

### **3.3. ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ.**

| <b>№ п/п</b> | <b>Направления работы</b>   | <b>Формы работы</b>  | <b>Сроки</b>                         | <b>Ответственный</b>                                      |
|--------------|---|--|--------------------------------------|---|
| 1.           | Знакомство детей с частями тела человека.   | <p>Занятия по ЗОЖ.</p> <p>Беседа «Как органы человека помогают друг другу»</p> <p>Дидактическая игра «Что для чего нужно»</p> <p>Дидактическая игра «Покажи, что назову»</p> <p>Дидактическая игра «Чтобы глаза, уши, зубы были здоровыми»</p>             | В соответствии с тематическим планом | Воспитатель<br>инструктор по ФК                           |
| 2.           | Воспитание потребности в соблюдении режима питания, употребления в пищу полезных продуктов. | <p>Занятия по ЗОЖ.</p> <p>Подвижная игра «Полезные продукты»</p> <p>Подвижная игра «Повара»</p> <p>Разучивание стихотворения «Кто скорее допьёт» П. Воронько</p> <p>Дидактическая игра «Угадай по вкусу»</p> <p>Дидактическая игра «Волшебный мешочек»</p> | В соответствии с тематическим планом | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз.<br>руководитель |

|    |  |  |                                      |   |
|----|--|--|--------------------------------------|---|
|    |  | Чтение стихотворения «Маша обедает» П. Воронько  |                                      |   |
| 3. | Формирование представлений о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | Занятия по ЗОЖ.<br>Музыкально-ритмическая игра «Все ребята любят мыться».<br>Дидактическая игра «Что вредно, что полезно»<br>Беседа «Как готовиться ко сну»<br>Чтение «Сказки о глупом мышонке» С.Я. Маршака.<br>Дидактическая игра «Чтобы кожа была здоровой»<br>Создание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит»<br>Физкультурные досуги. | В соответствии с тематическим планом | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз.<br>руководитель |
| 4. | Знакомство с понятиями «здоровье», «болезнь»   | Занятия по ЗОЖ.<br>Игра по ТРИЗ «Что будет, если...»<br>Досуг «Осторожно микробы»<br>Чтение стихотворения «Прививка» С. Михалкова.<br>Беседа «Откуда берутся болезни»<br>Чтение стихотворения «Воспаление хитрости» А. Милна.  | В соответствии с тематическим планом | Воспитатель   |
| 5. | Формирование умения оказывать себе элементарную первую медицинскую помощь.                             | Занятия по ЗОЖ.<br>Беседа «Если ты заболел»<br>Дидактическая игра «Лекарства под ногами»<br>Кроссворд «Зелёная аптека»<br>Сюжетно – ролевые игры «Поликлиника»   | В соответствии с тематическим планом | Воспитатель   |

|    |   |  |                                      |                                 |
|----|---|--|--------------------------------------|---------------------------------|
|    |   | и «Аптека»<br>Инсценировка<br>отрывка<br>стихотворения К.И.<br>Чуковского<br>«Айболит»<br>Дидактическая игра<br>«Какому врачу, что<br>нужно»<br>Беседа «Лекарства –<br>друзья, лекарства<br>враги»   |                                      |                                 |
| 6. | Формирование представлений о значении физических упражнений для организма человека. | Занятия по ЗОЖ<br>Разучивание физминутки «Спорт-здоровье»<br>Музыкально-ритмические движения<br>«Зверобика»<br>Чтение сказки «Зарядка и Простуда»<br>Рассматривание альбома «В здоровом теле – здоровый дух»<br>Спортивный досуг «Путешествие в Спортландию» | В соответствии с тематическим планом | Инструктор по ФК<br>Воспитатель |
| 7. | Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая.                                | Педагогическая диагностика   | Май                                  | Воспитатель                     |

#### **3.4. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (СКОРОСТНЫХ, СИЛОВЫХ, ГИБКОСТИ, ВЫНОСЛИВОСТИ, КООРДИНАЦИИ).**

| № п/п | Направления работы                                      | Формы работы  | Сроки  | Ответственный   |
|-------|---|---|--|---|
| 1.    | Формирование правильной осанки                          | Упражнения на гимнастической скамейке.<br>Подвижная игра «Пройди – не урони».<br>Упражнения на турнике и шведской стенке.<br>Игровые задания. | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз.<br>руководитель |
| 2.    | Формирование умения перестраиваться на месте и во время | Занятия по физической культуре<br>Занятия по музыке.  | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,                         |

|    |  |   |  |   |
|----|--|---|--|---|
|    | движения.  | Утренняя гимнастика<br>Музыкально-ритмические движения.<br>Игры-эстафеты.   |  | муз.<br>руководитель                                      |
| 3. | Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. | Занятия по физической культуре<br>Подвижные, спортивные и народные игры.<br>Игровые упражнения.<br>Оздоровительный бег.<br>Пешие прогулки (простейший туризм) | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз.<br>руководитель |
| 4. | Развитие координации движений и ориентировки в пространстве.                   | Занятия по физической культуре<br>Занятия по музыке.<br>Музыкально-ритмические движения.<br>Физминутки.<br>Динамические паузы.<br>Подвижные игры.             | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз.<br>руководитель |
| 5. | Развития умения прыгать в длину, в высоту, с разбега.                          | Занятия по физической культуре<br>Игровые упражнения.<br>Игровые задания.   | В соответствии с перспективным планом работы   | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели                          |
| 6. | Формирование умения кататься на велосипеде, самокате.                          | Игровые упражнения.<br>Игровые задания.<br>Самостоятельная двигательная активность на прогулке.<br>Спортивный досуг на воздухе.                               | Май — сентябрь                                 | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,                         |
| 7. | Формирование умения ползать, пролезать, подлизать, перелазить через предметы.  | Занятия по физической культуре.<br>Игры-эстафеты.<br>Игровые упражнения.<br>Спортивные праздники и досуги.<br>Игровые задания.                                | В соответствии с перспективным планом работы   | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели                          |
| 8. | Формирование умений в ловле и передаче мяча.                                   | Занятия по физической культуре<br>Спортивные игры.<br>Игровые упражнения.<br>Подвижные и  | В соответствии с перспективным планом работы   | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели                          |

|    |   |  |                |                                  |
|----|---|--|----------------|----------------------------------|
|    |   | народные игры.<br>Спортивные досуги.   |                |                                  |
| 9. | Развитие активности детей в играх со скакалками, обручами и другим спортивным инвентарём. | Занятия по физической культуре<br>Утренняя гимнастика.<br>Самостоятельная двигательная активность детей в группе и на прогулке.<br>Музыкально-ритмические движения.<br>Подвижные игры.<br>Спортивные досуги и праздники. | В течение года | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели |

### **3.5. ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ФИЗИЧЕСКОМ СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ.**

| <b>№ п/п</b> | <b>Направления работы</b>  | <b>Формы работы</b>  | <b>Сроки</b>                                   | <b>Ответственный</b>                                      |
|--------------|--|--|--|---|
| 1.           | Воспитание желания выполнять физические упражнения на прогулке   | Ходьба по оздоровительным дорожкам.<br>Упражнения на спортивно – игровом оборудовании.<br>Спортивные игры на мини – стадионе.<br>Спортивные досуги на воздухе. | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели                          |
| 2.           | Развитие умения играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание) | Спортивные, подвижные, народные игры.<br>Игры – эстафеты.<br>Спортивные соревнования.  | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели                          |
| 3.           | Формирование выразительности движений, умение передавать действия некоторых персонажей, животных.                  | Хороводные и народные игры.<br>Инсценировки стихотворений.<br>Презентация для детей «Зверобика»<br>Игры – импровизации.  | В соответствии с перспективными планами работы | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз.<br>руководитель |
| 4.           | Развитие желания самостоятельно использовать спортивный инвентарь для организации игр.                             | Экскурсия по физкультурному уголку группы.<br>Изготовление, украшение физкультурного   | В течение года                                 | Воспитатель   |

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
|    |   | <p>оборудования совместно с детьми. Игровые задания. Сюжетные интегрированные занятия, с использованием физкультурного оборудования. Музыкально – ритмические движения с лентами, султанчиками, платочками.</p>   |   |   |
| 5. | <p>Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений</p> | <p>Занятия по музыке. Занятия хореографического кружка «Фламинго». Упражнения с лентами, платочками, султанчиками. Музыкально – ритмические движения. Релаксация. Презентации «Лёгкая атлетика», «Танцы народов мира»</p>   | <p>В соответствии с перспективным планом работы</p> | <p>Инструктор по ФК, Воспитатели, муз. руководитель</p> |
| 6. | <p>Поддержание интереса к физической культуре и спорту</p>        | <p>Презентация «Виды спорта»<br/>Спортивный праздник «Малые Олимпийские игры»<br/>Конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта»<br/>Спортивные игры<br/>Разучивание стихотворения «Маленький спортсмен» Е. Багрян.<br/>Спортивные соревнования между командами соседними детскими садами.</p> | <p>Май — сентябрь</p>                               | <p>Инструктор по ФК, Воспитатели,</p>                   |
| 7. | <p>Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая</p>        | <p>Педагогическая диагностика программы</p>   | <p>Май</p>  | <p>Физ. инструктор</p>                                  |

**3.6. ПРИОБЩЕНИЕ К ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА И ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА ПОВЕДЕНИЯ.**

| № п/п | Направления работы   | Формы работы  | Сроки                                   | Ответственный  |
|-------|--|---|---|--|
| 1.    | Осуществление контроля за соблюдением правил безопасного пребывания в детском саду | Занятия по Безопасности.<br>Изготовление совместно с детьми знаков «Опасные предметы в нашей группе»<br>Презентация «Опасные предметы»<br>Анализ ситуаций.  | Ежедневно                               | Все сотрудники ДОУ, в соответствии с должностной инструкцией |
| 2.    | Передача знаний о правилах дорожного движения.                                     | Занятия по Безопасности.<br>Презентации «ПДД», «Когда мы пешеходы», «Безопасная дорога»<br>Интервью с детьми «ПДД – наши верные друзья»<br>Сюжетно – ролевые игры «Автобус», «Путешествие», «Шофер»<br>Дидактические игры<br>Конкурс рисунков и поделок.<br>Экскурсия к дороге.<br>Досуги.<br>Чтение художественной литературы. | В соответствии с перспективными планами | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз. руководитель       |
| 3.    | Передача знаний о правилах пожарной безопасности.                                  | Занятия по Безопасности.<br>Беседы.<br>Дидактические игры.<br>Сюжетно – ролевая игра «Пожарная часть»<br>Анализ ситуаций.<br>Досуги.<br>Конкурс рисунков.<br>Презентации «Лесные пожары» и «Опасные электроприборы»<br>Инсценировка стихотворения «Кошкин дом»<br>Чтение художественной литературы                              | В соответствии с тематическим планом    | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз. руководитель       |

|    |   |  |                                      |  |
|----|---|--|--------------------------------------|--|
| 4. | Формирование представлений о ядовитых ягодах, грибах и растениях. | Занятия по Безопасности.<br>Дидактические и подвижные игры.<br>Досуги.<br>Презентация «Грибы»<br>Конкурс рисунков и поделок.<br>Беседы.<br>Чтение художественной литературы. | В соответствии с тематическим планом | Инструктор по ФК,<br>Воспитатели,<br>муз. руководитель |
| 5. | Формирование экологических представлений                          | Игры экологического содержания на экологической тропе  | В соответствии с тематическим планом | Воспитатель  |
| 6. | Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая               | Педагогическая диагностика программы   | Май                                  | Воспитатели  |

#### **4. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ**

| <b>№ п/п</b> | <b>Направления работы</b>                                    | <b>Формы работы</b>  | <b>Сроки</b>                                     | <b>Ответственные</b> |
|--------------|--|--|--|----------------------|
| 1            | Психологическая диагностика:<br>— стартовая;<br>— итоговая.  | Ориентационный тест школьной зрелости Керна-Йирасека, обследование степени психосоциальной зрелости позволит выявить детей, вероятно имеющих какие-либо особенности развития мотивационной и познавательной сфер | Подготовительная группа сентябрь, май            | Педагог-психолог     |
| 2            | Анализ адаптации детей к условиям ДОУ                        | Наблюдение, анкетирование педагогов, родителей, составление таблицы адаптации по адаптационным листам  | Начало учебного года и по мере поступления детей | Воспитатели          |
| 3            | Выявление детей группы риска                                 | Анализ диагнозов в медицинских картах ребёнка  | После проведения профилактических осмотров       | Педагог-психолог     |
| 4            | Составление программ психолого-педагогического сопровождения | Педсовет   | Начало учебного года                             | Педагог-психолог     |
| 5            | Занятия с детьми из группы риска                             | Игровые развивающие занятия  | В течение учебного года                          | Педагог-психолог     |



|   |  |   |                         |                  |
|---|--|---|-------------------------|------------------|
| 6 | Изучение психологического состояния педагогов                                    | Анкеты, тесты                               | Начало учебного года    | Педагог-психолог |
| 7 | Формирование навыков общения педагогов с детьми, родителями                      | Семинары-практикумы, тренинги, консультации | В течение учебного года | Педагог-психолог |
| 8 | Разработка рекомендаций по сохранению психологического здоровья детей и взрослых | Памятки, буклеты, стенды                    | В течение учебного года | Педагог-психолог |

#### **5. РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ**

| <b>№ п/п</b> | <b>Программные мероприятия</b>   | <b>Сроки</b>                | <b>Ответственные</b>                |
|--------------|--|-----------------------------|-------------------------------------|
| 1.           | Аутотренинг и психогимнастика  | 1 раз в месяц/<br>Постоянно | Педагог-психолог                    |
| 2.           | Аудиовизуальная релаксация   | 1 раз в месяц/<br>Постоянно | Педагог-психолог                    |
| 3.           | Профилактика эмоционального «выгорания», профессиональных «выгораний». | Постоянно                   | Педагог-психолог                    |
| 5.           | Пропаганда здорового образа жизни                                      | Постоянно                   | Медицинская сестра<br>Администрация |

#### **6. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ**

| <b>№ п/п</b> | <b>Направления работы</b>  | <b>Формы организации</b>  | <b>Сроки</b> | <b>Ответственные</b> |
|--------------|--|---|--------------|----------------------|
| 1            | Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.   | Презентации передового опыта семейного воспитания, информация на сайте ДОУ.   | 1 раз в год  | Воспитатели          |
| 2            | Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. | Индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, информация на сайте ДОУ. | По плану     | Воспитатели          |

|   |  |   |           |                         |
|---|--|---|-----------|-------------------------|
|   | Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.  |   |           |                         |
| 3 | Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.  | Создание библиотеки (медиаотеки), памяток, информация на сайте ДОУ.   | По плану  | Воспитатели             |
| 4 | Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников.   | Информация на сайте ДОУ.  | Постоянно | Заместитель заведующего |
| 5 | Разъяснять родителям (рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.   | Оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, информация на сайте ДОУ. | По плану  | Воспитатели             |
| 6 | Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику; стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат | Оформление буклетов, памяток, информация на сайте ДОУ.  | По плану  | Воспитатели             |

|    |   |   |           |             |
|----|---|---|-----------|-------------|
|    | и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов   |   |           |             |
| 7  | Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.  | Оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, информация на сайте ДОУ.   | Постоянно | Воспитатели |
| 8  | Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.  | Приглашение родителей на детские концерты и праздники, дни открытых дверей, лекции, семинары, семинары-практикумы, проведение мастер-классов, тренингов, информация на сайте ДОУ. | По плану  | Воспитатели |
| 9  | Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе). | Спортивные праздники, соревнования, конкурсы, информация на сайте ДОУ.  | По плану  | Воспитатели |
| 10 | Знакомить родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями, возникающими дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема, и способами поведения в них. Направлять внимание родителей на развитие у детей способности видеть, осознавать и избегать опасности.   | Родительские собрания, консультации, буклеты, памятки, информация на сайте ДОУ.   | По плану  | Воспитатели |

|    |  |  |                 |                    |
|----|--|--|-----------------|--------------------|
| 11 | <p>Информировать родителей о необходимости создания благоприятных и безопасных условий пребывания детей на улице (соблюдать технику безопасности во время игр и развлечений на каруселях, на качелях, на горке, в песочнице, во время катания на велосипеде, во время отдыха у водоема и т.д.). Рассказывать о необходимости создания безопасных условий пребывания детей дома (не держать в доступных для них местах лекарства, предметы бытовой химии, электрические приборы; содержать в порядке электрические розетки; не оставлять детей без присмотра в комнате, где открыты окна и балконы и т.д.). Информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации (звать на помощь взрослых; называть свои фамилию и имя; при необходимости — фамилию, имя и отчество родителей, адрес и телефон; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи — ~01~, «02» и ~03~ и т. д.).</p> | <p>Информационные стенды, памятки, презентации, информация на сайте ДОУ.</p>     | <p>По плану</p> | <p>Воспитатели</p> |
| 12 | <p>Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни дошкольников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха. Помогать родителям планировать выходные дни с детьми, обдумывая проблемные</p>   | <p>Консультации, праздники, соревнования, конкурсы, информация на сайте ДОУ.</p> | <p>По плану</p> | <p>Воспитатели</p> |

|    |   |   |          |             |
|----|---|---|----------|-------------|
|    | ситуации, стимулирующие формирование моделей позитивного поведения в разных жизненных ситуациях.  |   |          |             |
| 13 | Побуждать родителей на личном примере демонстрировать детям соблюдение правил безопасного поведения на дорогах.   | Памятки, презентации, информация на сайте ДОУ.        | По плану | Воспитатели |
| 14 | Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов. | Памятки, буклеты, медиотека, информация на сайте ДОУ. | По плану | Воспитатели |
| 15 | Знакомить родителей с формами работы дошкольного учреждения по проблеме безопасности детей дошкольного возраста.  | Информация на сайте ДОУ.                              | По плану | Воспитатели |

### **Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:**

- Наличие в образовательном учреждении разработок, направленных на повышение уровня знаний детей, родителей, педагогов по здоровьесбережению.
- Уровень готовности выпускников к школьному обучению.
- Уровень освоения детьми основной образовательной программы по образовательным областям «Физическое развитие» «Социально-коммуникативное развитие» «Познавательное развитие»
- Уровень удовлетворённости родителей оказанием образовательных услуг.
- Заболеваемость воспитанников.
- Физическая подготовленность воспитанников.
- Комплексная оценка состояния здоровья (распределение детей на группы здоровья).
- Уровень сформированности здорового образа жизни в семьях воспитанников ДОУ.

### **Формы представления результатов программы**

- Ежегодные аналитические отчеты (мониторинг) о ходе реализации программы на Педагогическом совете ДОУ.
- Разработка педагогами методических разработок по проблеме здоровьесбережения и защита их на педагогическом совете ДОУ.
- Размещение материалов на сайте ДОУ.