

Принята на педагогическом совете  
МБДОУ №7 «Искорка»  
протокол № 1  
От 24.08.2019г.

Утверждаю:  
заведующая МБДОУ №7 «Искорка»  
Дудченко Н.В.



# Программа

по здоровьесбережению  
МБДОУ №7 «Искорка»  
с.Пешково Азовского района

## Содержание

Пояснительная записка.....	<b>3</b>
Цели и задачи Программы.....	<b>5</b>
Содержание работы ДОУ по здоровьесбережению воспитанников.....	<b>9</b>
Организация двигательного режима.....	<b>13</b>
Система здоровьесберегающих технологий, используемых в работе ДОУ.....	<b>17</b>
План работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников.....	<b>20</b>
План совместной деятельности детского сада и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.....	<b>22</b>
Развивающая среда и материально-техническая база.....	<b>26</b>
Литература.....	<b>27</b>

### Пояснительная записка

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит

более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и формирование здорового образа жизни заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остается актуальной. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться?

В настоящее время проблемы здоровья стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией ухудшения здоровья детей. Объем познавательной информации для дошкольников достаточно высок, растет доля умственной нагрузки и в режиме дня. Вследствие этого нередко наблюдается переутомление детей, снижение их функциональных возможностей, что отрицательно влияет не только на состояние здоровья дошкольников, но и на перспективы их дальнейшего развития.

Поэтому, начиная с младшего возраста необходимо приобщать детей к здоровому образу жизни, формировать культуру здоровья, воспитывать осознанное отношение к ценности своего здоровья.

Нашей стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, инициативные и, конечно же, здоровые. В национальной доктрине образования воспитание здорового образа жизни рассматривается как одна из основных задач образования. Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей, социально-экологической ситуации в стране. Происходящие в государстве, обществе и образовании перемены предъявляют новые требования к качеству отношений дошкольного учреждения и семьи. Главным приоритетом Концепции дошкольного учреждения является оптимизация психологической и физической нагрузки воспитанников, создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Роль дошкольного учреждения на сегодняшний день состоит в

организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

Поэтому разрабатывая программу в своем детском саду мы старались создать систему оздоровления физического воспитания, включая инновационные формы, методы, так что бы она органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, физического развития, имела связь с другими видами деятельности, и самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счет создания развивающей среды, реализации определенных педагогических технологий и творческого потенциала воспитателей.

Разрабатывая программу, мы опирались на такие нормативные документы:

- Закон РФ «Об Образовании».
- Конвенция ООН «О правах ребёнка».
- «Семейный кодекс РФ».
- Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43.
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» №124 – ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.)
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»
- Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы «Организация детского питания ».
- Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4.04.2003
- Устав ДООУ.

### **Цели и задачи программы**

**Цель программы:** Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.

**Задачи:**

- Создание комфортного микроклимата, в детском коллективе, в ДОУ в целом;
- Внедрение современных здоровьесберегающих технологий в структуру профилактической оздоровительной и образовательно-воспитательной модели ДОУ.
- Повышение физкультурно-оздоровительной грамотности воспитателей и родителей;
- Обучение навыкам здоровьесберегающих технологий: формирование у детей знаний, умений и навыков сохранения здоровья и ответственности за него;
- Формирование профессиональной позиции педагога, характеризующейся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за здоровье детей.
- Повышение валеологической, медико-психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса.

**Основные принципы системы работы по здоровьесбережению воспитанников:**

**Принцип активности и сознательности** — определяется через участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

**Принцип систематичности и последовательности** в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию

валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

**«Не навреди»** - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

**Доступности и индивидуализации** – Оздоровительная работа в детском саду должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

**Системного подхода** – оздоровительная направленность образовательного процесса достигается через комплекс избирательно вовлеченных компонентов взаимодействия и взаимоотношений, которые направлены на полезный результат – оздоровление субъектов образовательного процесса.

**Оздоровительной направленности** — нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

### **Основные направления программы:**

#### Профилактическое:

- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике инфекционных заболеваний.

### Организационное:

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей.

### **Программа реализуется через следующие разделы:**

1. Работа с детьми.
2. Работа с педагогами.
3. Работа с родителями.
4. Создание развивающей среды, материально – технической базы ДОУ.

### **Ожидаемый результат:**

- Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
- Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;
- 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 двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным

требованиям; гарантия безопасности занятий;

- Осознание взрослыми и детьми понятия "здоровье" и влияние образа жизни на состояние здоровья;
- Снижение уровня заболеваемости детей;
- Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду;
- Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
- 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; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.

Срок реализации программы: 2017-2020 уч.г.



Мероприятия	Ответственные и исполнители	Сроки	Результат
<b>Обеспечение высокого качества медико-психолого-педагогического сопровождения воспитанников</b>			
Обеспечение режимов пребывания воспитанников в ДОУ с учётом их индивидуальных особенностей	Педагогический коллектив ДОУ	Ежедневно	Положительная динамика в соматическом, психофизическом здоровье, развитии детей
Обеспечение воспитанников качественным сбалансированным 4-х разовым питанием.	Медсестра Воспитатели Помощники воспитателей	Ежедневно	
Разработка и реализация плана работы ДОУ по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников.	Медсестра Воспитатели	Сентябрь	Повышение эффективности работы ДОУ по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников. Снижение уровня заболеваемости воспитанников.
Формирование системы использования здоровьесберегающих технологий в	Воспитатели	В течение года	Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая

организации образовательно- воспитательного процесса			предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей
Обучение педагогов новым технологиям здоровьесбережения	Заведующая ДОУ	В течение года	Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей
Проведение спортивных праздников и развлечений	Педагогически й коллектив ДОУ	В течение года	Повышение интереса детей к занятиям физической культурой
Подбор материалов для консультаций и оформление стендовых материалов для родителей.	Воспитатели, мед.сестра	В течение года	Повышение компетентности родителей в области сохранения здоровья детей
Выпуск газеты ДОУ для родителей «Мы – за здоровое питание»	Мед.сестра	В течение года	Повышение компетентности родителей в области сохранения здоровья детей

<p>Разработка и реализация проектов, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.</p>	<p>Воспитатели, мед.сестра</p>	<p>В течение года</p>	<p>Проекты, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, практических умений и навыков у детей и родителей в области физического воспитания.</li> </ul> <p>Инновационная модель сотрудничества детского сада и семьи по формированию осознанного, творческого, бережного отношения к здоровью детей с целью повышения его уровня.</p>
<p>Организация и</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>В течение</p>	

проведение мероприятий с детьми валеологической, здоровьесберегающей направленности.		года	
Организация индивидуального консультирования педагогов и родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников.	Мед.сестра	По необходимости	Увеличение доли педагогов и специалистов с высоким уровнем медико-психолого-педагогической компетентности
Работа с родителями по направлению сохранения и укрепления здоровья воспитанников.	Воспитатели, мед.сестра	В течение года	Увеличение доли родителей, с высоким уровнем медико-психолого-педагогической компетентности
Информирование общественности о ходе оздоровительной деятельности и её результатах	Заведующая,	В течение года	Информация на сайте
<b>Оценка качества результатов деятельности</b>			
Комплексный мониторинг состояния здоровья и развития детей раннего и	Мед.сестра	Ежегодно	Анализ результатов мониторинга. Определение перспектив деятельности.

дошкольного возраста.			
-----------------------	--	--	--

## ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ

Одним из условий рациональной организации деятельности детей в ДОУ является обеспечение оптимального двигательного режима, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и способствует поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего дня.

### Модель режима двигательной активности детей

Виды занятий	Варианты содержания	Особенности организации
Утренняя гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционная гимнастика</li> <li>• Гимнастика с элементами программы Н.Н.Ефименко</li> </ul>	Ежедневно утром, на открытом воздухе или в группе.
Физкультурные занятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиционные занятия</li> <li>• Игровые и сюжетные занятия</li> <li>• Тематические занятия</li> <li>• Занятия на свежем воздухе</li> </ul>	Два занятия в неделю в группе, а одно на улице.
Физкультминутки и Музыкальные минутки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение для снятия общего и локального утомления</li> <li>• Упражнения для кистей рук</li> <li>• Гимнастика для глаз</li> <li>• Гимнастика для</li> </ul>	Ежедневно

	<p>улучшения слуха</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дыхательная гимнастика</li> <li>• Упражнения для профилактики плоскостопия</li> </ul>	
Гимнастика после сна	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка в постели – самомассаж</li> <li>• Оздоровительная ходьба по массажным и ребристым дорожкам</li> <li>• Развитие мелкой моторики и зрительно-пространственной координации</li> </ul>	Ежедневно
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижные игры</li> <li>• Народные игры</li> <li>• Эстафеты</li> <li>• Спортивные упражнения и игры</li> </ul>	Ежедневно
«Недели здоровья»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Занятия по валеологии</li> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность</li> <li>• Спортивные игры и упражнения</li> <li>• Осенние и весенние веселые старты</li> <li>• Совместная трудовая</li> </ul>	4 раза в год (в октябре, январе, марте, июле)

	<p>деятельность детей, педагогов и родителей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развлечения.</li> </ul>	
<p>Спортивные праздники и физкультурные досуги, Дни Здоровья и проекты</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровые</li> <li>• Соревновательные</li> <li>• Сюжетные</li> <li>• Творческие</li> <li>• Комбинированные</li> <li>• Формирующие</li> </ul> <p>здоровый образ жизни</p>	<p>Праздники проводятся 2 раза в год.</p> <p>Длительность не более часа.</p> <p>Досуги - один раз в квартал.</p>
<p>Самостоятельная двигательная деятельность</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельный выбор движений с пособиями, с использованием самодельного или приспособленного инвентаря.</li> </ul>	<p>Ежедневно, во время прогулки, под руководством воспитателя.</p> <p>Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей.</p>
<p>Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях, занятиях</p>		<p>Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, проектов.</p>

### **Музыкальные занятия**

В ходе проведения используются ритмические, музыкально-дидактические, речевые, хороводные, музыкальные коммуникативные, пальчиковые игры, игры с пением. Большое внимание на занятиях уделяется

упражнениям на развитие дыхания.

### **Динамические паузы**

Снять напряжение также помогают физминутки, логоритмическая гимнастика, пальчиковые игры.

### **Физкультминутки**

Физкультминутки проводятся с целью повышения умственной работоспособности и снижения утомления, обеспечивают кратковременный активный отдых. Физкультминутка состоит из 3-4 упражнений для больших групп мышц, активизирующих дыхание и кровообращение.

### **Логоритмическая гимнастика**

Логоритмическая гимнастика - форма активного отдыха для снятия напряжения после продолжительной работы в положении сидя. Она выполняется под музыку, чтения стихотворения или пения детей и педагога. Логоритмические упражнения объединяются в комплексы общеразвивающих упражнений, в которых задействованы все группы мышц.

### **Пальчиковые игры**

Пальчиковые игры развивают у детей мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизируют речевые навыки, мышление и память.

### **Профилактическая гимнастика**

Профилактическая гимнастика проводится с целью повышения функциональных возможностей организма, работоспособности и восстановления здоровья. Профилактическую гимнастику можно проводить во время занятий, перед прогулкой, приемом пищи, началом игровой деятельности, в любую свободную минутку. Продолжительность - 2-3 минуты.

### **Самомассаж**

Самомассаж - способ регуляции организма, один из приемов регулирования кровотока. Детей обучают выполнять поглаживающие, разминающие, постукивающие и похлопывающие движения в направлении кровотока.



### **Гимнастика для глаз**

Упражнения для глаз включают фиксацию зрения на различных точках, движении взгляда. Упражнения способствуют восстановлению нормального зрения, рекомендуется выполнять 2 раза в день.

### **Дыхательная гимнастика**

Дыхательная гимнастика способствует нормализации дыхания, укрепляет дыхательную мускулатуру, предупреждает застойные явления в легких.

Дыхательные упражнения выполняются 2-5 минут, можно стоя, сидя и лежа на спине.

## **Система здоровьесберегающих технологий, используемых в работе ДОУ**

В настоящее время в деятельность ДОУ подобраны и успешно внедрены следующие виды здоровьесберегающих технологий:

<b>Виды здоровьесберегающих технологий</b>	<b>Время проведения в режиме дня; возраст детей</b>	<b>Особенности методики проведения</b>
<b>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>		
1.Подвижные и спортивные игры	Как часть физ.занятия, как прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр.
2.Физкультурные минутки	Во время НОД, 1,5-2 минуты во всех возрастных группах	Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления.

3.Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой.	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любое время.
4.Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшей группы	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур.
5.гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5минут в свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младшей группы.	Рекомендуется показ воспитателя и использование наглядности.
6.Динамические паузы	Во время НОД и между НОД 2-5минут по мере утомляемости, начиная со 2младшей группы.	В НОД в виде игр. Между НОД в виде танцевальных движений, элементов релаксации.
7.Интегрированные занятия	Последняя неделя каждого месяца	Интеграция содержания различных образовательных областей.
<b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b>		
1.Физкультурное занятие	2раза в группе и 1 раз на свежем воздухе в холодное время года, в теплое-3 занятия на улице.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо

		хорошо проветрить помещение.
3. Беседы из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Во 2 половине дня
4.Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей.	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму
<b>3. Коррекционные технологии</b>		
1.Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей

2. Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.
--	---	---

**ПЛАН РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ И  
ОЗДОРОВЛЕНИЮ ВОСПИТАННИКОВ МБДОУ № 7 «Искорка»**

<b>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>			
<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>			
1	Утренняя гимнастика с использованием дыхательных упражнений	ежедневно	воспитатели
2	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	воспитатели, мед.сестра
3	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	воспитатели
4	Спортивные развлечения и праздники	1 раз в месяц	
5	Специальные гимнастические упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки.	ежедневно	воспитатели мед.сестра

	Динамические паузы во время проведения НОД	ежедневно	воспитатели
6	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатели
7	Прогулки на воздухе с включением подвижных игр и игровых упражнений	ежедневно	воспитатели
8	Организация самостоятельной двигательной активности детей	ежедневно	воспитатели
9	Гимнастика для глаз	ежедневно	воспитатели
10	Пальчиковая гимнастика	ежедневно	воспитатели
11	Дыхательная гимнастика в игровой форме	ежедневно	воспитатели
12	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	ежедневно	воспитатели
13	Игры с водой	в теплое время года	воспитатели
14	Воздушные ванны (облегченная одежда соответствует сезону года)	ежедневно	воспитатели
15	Хождение босиком на траве	в теплое время года	воспитатели
<b>ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</b>			
1	Рациональная организация внутреннего пространства в соответствии с требованиями СанПиНов.	постоянно	медсестра
2	Создание условий для организации двигательной активности воспитанников, включающей в себя предусмотренные программой занятия физкультурой, активные паузы в режиме дня, а также физкультурно-оздоровительную работу.	постоянно	заведующая, воспитатели, завхоз
3	Организация рационального питания и	постоянно	мед.сестра

	витаминация воспитанников		
4	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.	постоянно	воспитатели мед.сестра
5	Профилактика заболеваний полости рта и носоглотки.	в период вспышки заболеваний	медсестра
6	Нормализация функции ЦНС (соблюдение режима; музыкотерапия; сказкотерапия;)	в теч. года	педагоги медсестра
7	Рекомендации родителям часто болеющих детей по оздоровлению в летний период (по закаливанию, питанию, одежде).	в теч. года	медсестра

**Система совместной деятельности детского сада и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей**

№	Задачи	Мероприятия	Период
<b>I этап</b>			
1.	Анализ состояния здоровья ребенка на момент поступления в ДООУ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• изучение медицинских карт;</li> <li>• ведение адаптационных листов;</li> <li>• анкетирование родителей;</li> <li>• беседы с родителями;</li> <li>• наблюдение за ребенком;</li> </ul>	Адаптационный период Сентябрь (ежегодно)
<b>II этап</b>			
2.	Формирование у	<b>1. Родительские собрания,</b>	

	<p>родителей системы знаний в вопросах укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей</p>	<p><b>индивидуальные и групповые консультации:</b></p> <p>«Адаптация ребенка к детскому саду»</p> <p>«Как сохранить здоровье ребенка»;</p> <p>«Одежда и здоровье ребенка»</p> <p>«Как сделать зарядку любимой привычкой ребенка»</p> <p>«Формирование у детей привычки здорового питания»</p> <p>«Кризис трех лет»</p> <p>«Роль витаминов в детском питании»</p> <p>«Правильное питание детей – основа их здоровья»</p> <p>«Профилактика простудных заболеваний у детей дошкольного возраста»</p> <p>«Оздоровление детей в условиях детского сада и семьи»</p> <p>«Особенности питания детей в зимний период»</p> <p>«Двигательная активность дошкольника – залог улучшения физического состояния»</p> <p>«Закаливаем детей дома и в детском саду»</p> <p><b>2. Памятки для родителей:</b></p> <p>«Как не нужно кормить ребенка»</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Май (ежегодно)</p> <p>Сентябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Январь</p>
--	--	--	--

		<p>«Витамины, здоровые продукты и здоровый организм»</p> <p>«Советы родителям по питанию»</p> <p>«Здоровый образ жизни»</p> <p>«Игры с детьми на свежем воздухе»</p> <p>«Значение режима дня для здоровья дошкольника»</p> <p>«Чего нельзя делать в дошкольном возрасте»</p> <p>«Как организовать полноценный сон ребенка»</p> <p>«Как сохранить зрение ребенка»</p> <p>«Соки – напитки защиты организма от простуды»</p> <p>«Простуда, или ОРВИ, у малышей»</p> <p>«О детской одежде»</p> <p>«Физическое воспитание ребенка»</p> <p><b>3.Индивидуальные беседы и консультации с родителями по запросу</b></p>	Постоянно
<b>III этап</b>			
3.	Создание условий для непрерывности оздоровительных мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разъяснительная работа с родителями;</li> <li>• проведение дома утренней гимнастики, прогулок в выходные дни</li> </ul>	ежедневно
4.	Привлечение родителей к активному	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проведение занятий вместе с родителями;</li> <li>• участие родителей в пеших</li> </ul>	По годовому плану ДОУ



	участию в процессе физического и психического развития детей	<p>прогулках совместно с детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• походы в теплое время года;</li> <li>• проведение совместных с родителями праздников, развлечений, досугов (по плану ДОУ)</li> <li>• помощь родителей в пополнении развивающей среды как стандартным, так и нестандартным оборудованием для развития движений детей</li> </ul>	
<b>IV этап</b>			
5.	Анализ проведенной работы по оздоровлению детей в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• диагностика физического развития детей;</li> <li>• проведение сравнительного анализа заболеваемости</li> <li>• анкетирование родителей на предмет удовлетворенности работой ДОУ по данному направлению;</li> <li>• составление плана работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению детей на следующий учебный год, основываясь на результатах диагностики и анкетирования</li> </ul>	<p>Май</p> <p>Май</p> <p>Май</p> <p>Май</p> <p>Апрель-май</p> <p>Июнь</p>

#### **4. Создание развивающей среды, материально – технической базы ДОУ.**

- Оборудование кабинета мед.сестры
- Приобретение кварцевых ламп
- Ноутбук, проектор, музыкальный центр
- Спортивные уголки в группах
- Спорт.площадка на улице
- Банк подвижных игр
- Пополнение спортивного инвентаря и оборудования для игр

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Авдеева Н.Н., Князева О.Л. Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста». М.,2000.
- Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М.,1993. – 132с.
- Береснева, З.И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ/ под ред. З.И. Бересневой.- М.: Сфера, – 31 с.
- Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье
- Кочеткова Л.В.. Оздоровление детей в условиях детского сада./ М.: ТЦ Сфера,2007
- Крылова И.И.. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия / Волгоград: Учитель,
- Утробина, К.К. Занимательная физкультура для дошкольников.