УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«ЦРР – детский сад № 31 «Крепыш»
_____ В.А. Садыхова
Приказ № 1
от « 01 » сентября 2016 г.

Программа «Здоровье»
«ЦРР – детский сад № 31 «МБДОУ Крепыш»

Особенности реализации программы «Здоровье» в нашем регионе обусловлены климатическими факторами, оказывающими негативное воздействие на здоровье человека:

- длительная и суровая зима;
- короткое и холодное лето;
- резкое нарушение обычной для умеренного климата фотопериодичности, с чем связано явление «светового голодания» и «светового излишества»;
- магнитные возмущения, связанные с близостью к магнитному полюсу;
- повышенная активность космических излучений;
- перераспределение кислорода в составе атмосферного воздуха.

Основной целью Программы является создание единой системы оздоровления детей с учётом особых климатических условий и медико – биологических факторов.

Программой определены следующие задачи:

- формирование здоровьеориентированного мировоззрения педагогов, дошкольников и их родителей
- создание психологического комфорта, обеспечение личностно ориентированного развития и индивидуально – дифференцированного характера оздоровительной работы, направленной на развитие физических возможностей и самоактуализацию каждого ребёнка;
- укрепление материально – технической базы учреждения;
- обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья детей.

Программа реализуется во всех возрастных группах ДОУ.

Общие приоритеты деятельности	Основные направления деятельности	Сроки	Ответственные исполнители
1. Диагностико - коррекционный модуль			
1. Психолого-медико-педагогическая диагностика 1.1. Определение уровня и особенностей развития, эмоционально-волевой сферы детей, развитие речи. 1.2. Проведение углубленных профилактических осмотров.	Психологическое обследование детей	2 раза в год	педагог-психолог, учитель-логопед, педагоги
	Клиническое обследование (перед школой)	1 раза в год	медсестра (по согласованию), врач-педиатр
2. Психолого-педагогическая коррекция 2.1. Сопровождение и поддержка общего психологического развития детей, их социальной адаптации, личностного роста и индивидуального становления. 2.2 Оказание своевременной педагогической, медицинской, психологической помощи воспитанникам, их родителям, педагогам. 2.3. Формирование правильного звукопроизношения, развитие фонематического слуха, навыков звукового анализа.	Психологическое сопровождение Основной общеобразовательной программы МБДОУ «ЦРР – детский сад № 31 «Крепыш»	в течение года	педагог-психолог, учитель-логопед,
	Занятия в логопункте. Арикуляционная гимнастика. Пальчиковая гимнастика. Речевые игры.	в течение года	учитель-логопед, педагоги
3. Адаптация ребёнка к условиям учреждения 3.1. Создание благоприятного эмоционального фона в процессе ознакомления ребёнка с учреждением. Проведение мероприятий, смягчающих течение адаптации. 3.2. Проведение коррекционных мероприятий при тяжёлой степени адаптации. 3.3. Организация работы с семьями дезадаптивных детей	Реализация комплексного плана мероприятий в адаптационный период	сентябрь-ноябрь	педагоги, педагог – психолог, медсестра, старший воспитатель
		в течение года	педагог- психолог, воспитатели

2.Лечебно-оздоровительный модуль			
Лечебно-профилактическая работа			
1. Профилактика болезней органов дыхания 1.1. Повышение устойчивости организма к воздействию факторов окружающей природной и бытовой среды, способных вызывать патологические реакции. 1.2. Проведение мероприятий по снижению уровня заболеваемости. 1.3. Повышение физиологических резервов организма	Организация второго завтрака (приём натуральных соков и фруктов)	ежедневно	младшие воспитатели, воспитатели
	Витаминотерапия	1 раз в год	медсестра, врач-педиатр
	С-витаминизация третьего блюда	ежедневно	медсестра
	Кварцевание помещений	постоянно	педагоги
	Применение природных фитонцидов	в течение года	воспитатели
	Проведение закаливающих процедур: прогулки на воздухе; хождение в носочках на физ. занятиях; умывание лица, рук прохладной водой; хождение по мокрым дорожкам (группы раннего возраста); хождение по емкостям с контрастной температурой воды (группы дошкольного возраста) Дневной сон без маечек	 ежедневно в течение года в течение дня ежедневно ежедневно в течение года	 воспитатели воспитатели воспитатели воспитатели групп раннего возраста, мл. воспитатели воспитатели групп дошкольного возраста, мл. воспитатели воспитатели
	Ароматизация помещений	в течение года	воспитатели

2. Профилактика нарушений остроты зрения 2.1. Организация светового и зрительного режима в учреждении	Гимнастика для глаз	ежедневно	воспитатели
	Упражнение для активизации мышц глаз (физкультминутки)	ежедневно	воспитатели
3. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата 3.1. формирование навыка правильной осанки	Занятия физкультурой, бассейн	2 раза в неделю	инструктор по ф/к
	Выполнение корригирующих упражнений	ежедневно	инструктор по ф/к, воспитатели
4. Мероприятия по предупреждению травматизма 4.1. Соблюдение мер предосторожности для исключения несчастных случаев. 4.2. Страховка и самостраховка во время прогулки и занятий на снарядах	Реализация плана мероприятий по профилактики детского травматизма	в течение года	инструктор по ф/к, воспитатели
	Демонстрация и обсуждение травмоопасных ситуаций	в течение года	инструктор по ф/к, воспитатели
	Проведение тематических занятий и бесед по основам безопасности жизнедеятельности	в течение года	воспитатели, старший воспитатель
Санитарно-гигиеническая работа			
1. Организация работы по гигиеническому воспитанию детей 1.1. Привитие культурно-гигиенических навыков. 1.2. Формирование навыков здорового образа жизни.	Обучение детей мытью рук и личной гигиене, воспитание опрятности, формирование культурных навыков приема пищи, обучение уходу за полостью рта.	ежедневно	воспитатели
2. Выполнение санэпидрежимов 2.1. Организация контроля выполнения	Соблюдение светового, зрительного, воздушного,	в течение года	заведующий, врач-педиатр, медсестра

санэпидрежимов. 2.2. Медико - педагогические наблюдения за проведением закаливающих процедур. 2.3. Участие медицинских работников в составлении режима дня и сетки занятий.	температурного режимов, проведение закаливающих процедур		
3. Организация питания в учреждении Осуществление контроля состояния фактического питания, выполнения натуральных норм.	Контроль санитарно-гигиенического состояния пищеблока	ежедневно	медсестра
	Контроль качества питания	ежедневно	заведующий, медсестра, кладовщик, шеф-повар
Физкультурно-оздоровительная работа			
1.Организационные формы физкультурно - оздоровительной работы: 1.1. Формирование физической культуры человека как элемента здорового образа жизни. 1.2. Развитие интереса, стремления к активным занятиям физической культурой. 1.3. Культивирование у детей осмысленного отношения к собственному здоровью.	Проведение фикультурных занятий	2 раз в неделю	инструктор по ф/к, воспитатели
	Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю (с 5 лет)	инструктор по ф/к, воспитатели
	Проведение физминуток в течение дня	ежедневно	воспитатели
	Проведение двигательной разминки на прогулке	ежедневно	воспитатели
	Выполнение утренней гимнастики с обязательным включением дыхательных упражнений	ежедневно	инструктор по ф/к, воспитатели, муз. руководители
	Организация подвижных игр	ежедневно	инструктор по ф/к, воспитатели
	Проведение дыхательной гимнастики после дневного сна	ежедневно	воспитатели
	Музыкально - ритмические занятия	2 раза в неделю	муз. руководители, воспитатели
	Занятия ритмикой	по расписанию	хореограф
	Занятия плаванием в бассейне	1 раз в неделю	инструктор по ф/к, воспитатели
	Оздоровительный бег	ежедневно	инструктор по ф/к, воспитатели

2. Нетрадиционные формы физкультурно-оздоровительной работы	Проведение пальчиковых упражнений, дыхательная, звукоречевая гимнастика	ежедневно	воспитатели, учитель – логопед
3. Развитие координации движений	Организация физкультурных досугов и развлечений	по плану	инструктор по ф/к, воспитатели
	Организация физкультурных праздников	по плану	инструктор по ф/к, воспитатели
3. Образовательно – просветительный модуль			
Организационно – просветительская работа с родителями			
1. Информационная, санитарно-просветительская работа: 1.1. Привлечение родителей к совместной системной работе по оздоровлению детей. 1.2. Усиление работы по профилактике гриппа	Профилактика нарушений зрения, болезней органов дыхания, кариеса. нарушений опорно-двигательного аппарата	в течение года	старший воспитатель, врач-педиатр, медсестра, инструктор по ф/к
2. Педагогическая пропаганда идей, средств и методов здорового образа жизни 2.1. Проведение целенаправленной работы, пропагандирующей общегигиенические требования: необходимость рационального режима, полноценного питания, закаливания, двигательного режима и предупреждение вредных привычек. 2.2. Осуществление индивидуального подхода к физическому развитию ребенка путем взаимодействия с родителями.	Организация круглых столов по обмену положительным опытом семейного воспитания, совместных спортивных развлечений	по плану	старший воспитатель, инструктор по ф/к, воспитатели, врач-педиатр, медсестра
Научно – методическая работа с персоналом			
1. Методическая работа с педагогами: 1.1. Повышение квалификации по формированию знаний, ориентированных на сохранение и укрепление здоровья. 1.2. Мотивация работников учреждения к повышению эффективности оздоровительной деятельности.	Проведение консультаций, семинаров- практикумов и педагогических советов	по плану, в течение года	заведующий, старший воспитатель, врач-педиатр (по согласованию), медсестра (по согласованию)

4. Модель оптимального двигательного режима в «ЦРР – детский сад №31 «МДОУ Крепыш» в соответствии с ФГОС ДО

Физкультурно – оздоровительные мероприятия

Виды деятельности	**Особенности организации**	**Время и сроки проведения**	**Дозировка (мин.)**
Утренняя гимнастика	В физкультурном и двух музыкальных залах	ежедневно в соответствии с графиком	-в младшей и средней группах: 5-8; -в старшей группе: 8-10; -в подготовительной группе:10-12
Двигательная разминка	Во время перерыва между занятиями с преобладанием статических поз	ежедневно в соответствии с графиком	7 -10
Физкультминутка	В зависимости от вида и содержания занятия	ежедневно	3 - 5
Подвижные и физические упражнения	Во время вечерней и утренней прогулки	ежедневно	5 -15
Прогулки - походы за пределы детсада	Во время, отведенное для физкультурного занятия или организованных подвижных игр и упражнений	1 раз в месяц	60-120
Прохождение полосы препятствий	Во время прогулки, по сезону, когда спортивные снаряды нехолодные	ежедневно	5 - 7
Логоритмическая гимнастика	Для детей с незначительными нарушениями речи	2 раза в неделю	12 - 15
непрерывная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность			

Физическая культура (плавание и физкультурные занятия)	В первой и второй половине дня	3 раза в неделю	10 – 30
Самостоятельная двигательная активность	Под руководством воспитателя в группе и на воздухе	ежедневно	продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
Физкультурно – массовые занятия			
День здоровья	Во время зимних каникул	1 раз в год	30 – 40
Физкультурный досуг	На воздухе, в зале, в бассейне	1 раз в месяц	50 – 60
Физкультурно – спортивные праздники	Внутри детского сада или с соседними детскими учреждениями.	2 раз в год	75 – 90
Игры – соревнования среди детей разных возрастных групп	На открытом воздухе или в зале	1-2 раз в год	не более 60
Городские спортивные праздники (детские и общие)	В эстафетах участвуют дети с высоким уровнем физической подготовки, а в играх несоревновательного характера – со средним уровнем	1 раз в год	60 -100
Физкультурно-оздоровительные, массовые мероприятия с участием родителей	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, дня здоровья, посещение открытых занятий	по плану работы дошкольного учреждения	40 - 50

5. Создание психологического комфорта, обеспечение личностно ориентированного развития и индивидуально-дифференцированного характера оздоровительной работы, направленной на развитие физических возможностей и самоактуализацию каждого ребёнка (в соответствии с ФГОС ДО)

Мероприятия	Сроки проведения	Исполнители
Анкетирование родителей (оценка и самооценка состояния здоровья детей)	сентябрь	педагоги

Анализ анкетных данных и формирование групп риска	октябрь	медсестра, врач - педиатр
Обеспечение полноценного сбалансированного питания детей с учётом особенностей их здоровья	постоянно	заведующий, шеф – повар, медсестра
6. Укрепление материально – технической базы учреждения		
Дооснащение физкультурного зала и бассейна спортивным оборудованием, инвентарём	2016 – 2019 год	заведующий, завхоз, воспитатели
Приобретение ростовой мебели	2016 – 2019 год	заведующий, завхоз
Приобретение игрового оборудования для обеспечения двигательной активности детей раннего возраста	2016 – 2019 уч. год	заведующий, завхоз
Организация и оснащение в группах уголков гигиены полости рта	2016 – 2019 уч. год	воспитатели, родители
7. Обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья детей		
Изучение нормативных документов по охране здоровья детей с сотрудниками и педагогами дошкольного учреждения	в течение года	заведующий, старший воспитатель, медсестра
Контроль нагрузки при организации воспитательно – образовательного процесса, выполнения норм СанПин, контроль качества питания, мкдико-психолого-педагогического сопровождения		
Проведение родительских собраний по вопросам воспитания здорового ребёнка	1 раз в год	заведующий, старший воспитатель, медсестра, педагоги

Мониторинг. Диагностический инструментарий.

Психолого – педагогический мониторинг состояния здоровья детей в дошкольном учреждении поводится в начале и в конце учебного года. В ходе обследования воспитатели, педагог – психолог, инструктор по ф/к, медицинская сестра, врач – педиатр наблюдают за физическим развитием ребёнка, его физическими возможностями, двигательной активностью, наличием культурно – гигиенических навыков в соответствии с уровнем психомоторного развития и здоровья.

Критерии реализации Программы

Критерии	Показатели
Состояние здоровья детей раннего и дошкольного возраста	-Заболеваемость детей в случаях; - количество часто болеющих детей; - количество детей с отклонениями в состоянии здоровья, с хроническими заболеваниями; - распределение детей по группам здоровья
Физическое развитие	- Антропометрические данные: - характеристика стопы; - опорно – двигательного аппарата
Нервно – психическое развитие	- Мышление и речь; - психомоторное развитие; - внимание и память; - социальные контакты
Физическая подготовленность	- Быстрота; - гибкость; - выносливость; - скоростно – силовые качества
Двигательная активность	- уровни двигательной активности

Объективность анализа обеспечивается подбором современного аналитико – диагностического инструментария.

Диагностический инструментарий.

Показатели	Инструмент	Параметр	Сроки	Ответственный
Критерий оценки состояния здоровья детей раннего и дошкольного возраста				
Заболеваемость детей в случаях	Медицинское обследование	Количество случаев	Ежегодно, декабрь	медсестра, воспитатели
Количество часто болеющих детей	Медицинское обследование	Количество детей	Ежегодно	
Количество детей с отклонениями в состоянии здоровья, с хроническими заболеваниями;	Медицинское обследование	Количество детей	Ежегодно	
Распределение детей по группам здоровья	Медицинское обследование	Количество детей	Ежегодно	
Критерий физического развития				
Антропометрические данные	Антропометрические измерения: - масса тела; - рост;	Отступление от нормы: - снижение; - избыток; - дефицит	Ежегодно октябрь, март	медсестра
Характеристика стопы	Плантография	Состояние стопы: - нормальная, - уплощенная; - плоская	один раз в год (5, 7 лет)	медсестра
Характеристика опорно – двигательного аппарата	Обследование осанки	Наличие нарушений	один раз в год (с 4 лет)	врач-педиатр
Критерий нервно – психического развития				
Мышление и речь	Мониторинг, тестирование	Наличие речевых нарушений - дислалия;	Ежегодно сентябрь,	Педагог – психолог, учитель - логопед

		- дизартрия; - общее нарушение речи	май	
Психомоторное развитие	Тестирование	Наличие нарушений	Ежегодно	Педагог – психолог, воспитатели
Внимание и память	Тестирование	Наличие нарушений	Ежегодно	Педагог – психолог
Критерий физической подготовленности				
Быстрота	Спортивные испытания: измерение времени пробега 10м.	Уровень: - высокий; - средний; - низкий	2 раза в год	Инструктор по ф/к
Выносливость	Спортивные испытания: бег на 90, 100, 150 м.	Уровень: - высокий; - средний; - низкий		
Гибкость	Спортивные испытания: гимнастические упражнения	- Присутствует; - отсутствует		
Скоростно – силовые качества	Спортивные испытания: бег на 30, прыжки в длину с места	Уровень: - высокий; - средний; - низкий		
Уровни двигательной активности	Хронометраж	Уровень: - высокий; - средний; - низкий		