

ПРИНЯТО

На педагогическом совете
МБДОУ «ЦРР – детский сад №18»
Протокол № 1 от
« 28 » августа 2025 г.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Центр
развития ребенка – детский сад №18»
Е.П.Граховская
« 28 » августа 2025 г.

Целевая программа по здоровьесбережению

«ЗДОРОВЬЕ»

МБДОУ «ЦРР – детский сад №18 »

г. Петушки Петушинского района

на 2025-2028 г.

Программа «Здоровье» разработана коллективом МБДОУ №18 в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОУ, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

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. Исследования М.Д.Маханевой, В.Г.Алямовской свидетельствуют о том, что 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. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы детского сада № 18, является здоровьесбережение в ДОУ. Педагогический коллектив дошкольного учреждения чётко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДОУ прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Программа «Здоровье» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в соответствии с ФГОС ДО:

- 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 «Здоровье, 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 «Здоровье», разработанная педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, 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.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и 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 сохранения собственного здоровья.

Задачи программы:

- Формировать привычки к здоровому образу жизни.
- Обеспечить профилактику простудных заболеваний.
- Создать максимально благоприятные условия для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.
- Формировать потребность в ежедневной двигательной активности.
- Прививать культурно-гигиенические навыки.
- Сформировать у детей осознание и осмысление собственного "Я", преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков.
- Создать условия для развития внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами, эмоциями.
- Оказывать помощь семье в воспитании детей, адаптации к жизни в социуме.

Законодательно – нормативное обеспечение программы:

- о Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. № 273 – ФЗ (ст.30); с изменениями от 02.07.2021 г.
- о Постановление Правительства Российской Федерации от 20.10 2021 г. №1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно – телекоммуникационной сети «Интернет» и обновление информации об образовательной организации»;
- о Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 14.08.2020 №831 «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно – телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления на нем информации»;
- о Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.06.2013 №462 «Об утверждении порядка проведения самообследования образовательной организацией» (в редакции приказа от 14.12.2017 №1218);
- о Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.12.2013 №1324 «Об утверждении показателей деятельности образовательной

организации, подлежащей самообследованию (редакция приказа Минобрнауки Р.Ф. от 15.03.2017 г. №136)

о Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённых постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28;

о • СанПиНа 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденного постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2;

о Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155 «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования»(в редакции приказа Мин. просвещения РФ от 21.01.2019 г. №31)

о Приказ Министерства просвещения РФ от 21.07.2020 г. №373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – общеобразовательным программам дошкольного образования».

о Приказ Министерства просвещения РФ от 15.05.2020 г. №236 «Об утверждении порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования с изменениями от 08.09.2020 г. №471

о Приказ министерства просвещения Р.Ф. от 04.10.2021 г. №686 «О внесении изменений в приказы Министерства просвещения Р.Ф. от 15.05.2020 г. №236 и от 04.09.2020 г. №471.

○ Уставом ДОУ;

○ Коллективным договором ДОУ.

Объекты программы:

- Дети ДОУ;
- Педагогический коллектив;
- Родители детей, посещающих ДОУ.

Основные принципы программы:

- Принцип научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками).
- Принцип доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей).

- Принцип активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью).
- Принцип систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю).
- Принцип целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели).
- Принцип оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

Основные направления программы:

- Организационное
- Диагностическое
- Информационно-методическое
- Просветительское
- Координационное
- Правовое

Программа реализуется через следующие разделы:

1. Укрепление материально – технической базы ДОУ.
2. Работа с детьми.
3. Работа с педагогами.
4. Сотрудничество с родителями.

1. Укрепление материально – технической базы.

№ п/п	Содержание работы	сроки исполнения	ответственные
1.	<p><i>Пополнение музыкально-спортивного зала оборудованием:</i> - спортивный уголок (канат, кольца, лестница), мягкие модули, составные туннели, дорожки , мячи, , сухой бассейн, массажные коврики и дорожки, гимнастические скамейки, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, обручи, мешочки с песком).</p>	2025-2028 г.	Заведующий ДОУ Зам. зав. по АХЧ

2	Оформление стенда возле спортивного зала «Спортивные достижения наших выпускников»	2025-2028 г.	Инструктор по физической культуре
3	Оформление тематической лестницы по соблюдению правил дорожного движения «Добрая дорога детства»	2025 год	Зам. зав. по ВМР
4	Установка нового игрового оборудования на детских площадках - горки, домики, лесенки, песочницы, качалки, дорожки здоровья).	2025-2028г.	Педагоги ДОУ
5	Модернизация спортивной площадки Оформление детского городка	2025-2028 г.	Заведующий МБДОУ, инструктор по физкультуре
6	Проведение ремонта: - асфальтирование дорожек на территории МБДОУ	2025-2028 г.	Заведующий МБДОУ Зам. зав. по АХЧ.
7	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ, обследование игрового оборудования на детских площадках.	2025-2028 г.	Зам. зав. по АХЧ.

2. Работа с детьми

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адаптационный период); - гибкий режим.
2.	Физическая активность	- утренняя гимнастика; - физкультурно-оздоровительные занятия; - подвижные и динамические игры; - спортивные игры; - пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	- умывание; - мытье рук; - обеспечение чистоты среды; - занятия с водой (центр вода и песок);
4.	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений; - сон при открытых фрамугах;

		- прогулки на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	- развлечения, праздники, спортивные досуги - игры-забавы; - дни здоровья.
6.	Фитотерапия	- витаминизация напитков.
7.	Диетотерапия	- рациональное питание.
8.	Светотерапия	- обеспечение светового режима.
9.	Музтерапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов; - музыкальное оформление фона занятий; - музыкально-театральная деятельность.
10.	Спецзакаливание	- дыхательная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - гимнастика для глаз; - хождение по солевым дорожкам; - хождение по корригирующим дорожкам; - посещение солевой комнаты;
11.	Пропаганда здорового образа жизни	- консультации; - родительские собрания; - семинары- практикумы; - периодическая печать; - работа с сайтом; - индивидуальная работа с родителями.

2.1. Полноценное питание.

1.	Принципы организации питания: - выполнение режима питания; - гигиена приёма пищи; - ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания; - эстетика организации питания (сервировка); - индивидуальный подход к детям во время приёма пищи ; - правильность расстановки мебели.
----	---

2.2. Система эффективного закаливания.

1.	Основные факторы закаливания - закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня; - закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
----	--

		<ul style="list-style-type: none"> - закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах; - закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
2.	Комплекс закаливающих мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдение температурного режима в течение дня; - правильная организация прогулки и её длительности; - соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей; - облегченная одежда для детей в детском саду; - дыхательная гимнастика после сна;
3.	Методы оздоровления:	<ul style="list-style-type: none"> - босохождение по тропинкам здоровья (летом). - дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); - хождение босиком по спортивной площадке (летом); - релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

2.3. Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

1.	Основные принципы организации физического воспитания в детском саду	<ul style="list-style-type: none"> - физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; - сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами; - медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
2.	Формы организации физического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> - физические занятия в зале и на спортивной площадке; - туризм (прогулки – походы);

		<ul style="list-style-type: none"> - дозированная ходьба; - оздоровительный бег; - физкультминутки; - физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»; - утренняя гимнастика; - гимнастика после сна; - индивидуальная работа с детьми; - работа спортивных секций «Школа мяча», «Скакалочка»;
3.	Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач	<p>Традиционные;</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности; - сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и др.; <p>Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч);</p> <p>Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр;</p> <ul style="list-style-type: none"> - занятия – походы; - занятия в форме оздоровительного бега; - музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам.

Модель организации двигательной активности в режиме дня

Дни недели	Время в режиме дня	Мероприятия
ежедневно	7.30-8.00	Утренняя гимнастика. Подвижные игры
	8.00-9.00	Пальчиковая гимнастика, точечный массаж. Подготовка к завтраку. Завтрак. Полоскание полости рта.
	9.20 – 9.30	Динамическая пауза
	8.50 – 9.00	подготовка к занятиям
	9.00-10.10	Физкультурное занятие, Музыкальное занятие, Физкультминутки
	10.10-12.30	Подготовка к прогулке,

		Подвижные игры на прогулке, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки.
	11.30-12.50	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду.
	12.00 – 13.10	Полоскание горла настоями трав
	15.00-15.15	Подъем, дыхательная гимнастика, Ходьба по массажным дорожкам, гигиенические процедуры
	15.45-16.15	Оздоровительные процедуры, подвижные игры, развлечения, кружок «Школа мяча», самостоятельная деятельность.
	16.15-16.30	Гигиенические процедуры, подготовка к ужину
	17.00-18.00	Прогулка, самостоятельная деятельность

2.4. Создание представлений о здоровом образе жизни.

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по **следующим направлениям:**

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки выполнения ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения;
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- ведение систематической работы по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду **созданы необходимые условия:**

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;

- отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания. сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
- в группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике;
- в каждой группе созданы уголки настроения;
- эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Большой вклад вносят в это музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре и воспитатели групп. В детском саду проходят празднования дни рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др.;
- снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
- появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр;
- большая роль в психокоррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

2.5. Профилактическая работа.

Профилактическую работу в детском саду осуществляют - заместитель заведующего по организации питания и охране здоровья, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия ;
- подвижные игры и физические упражнения на улице;
- хождение на лыжах;
- дыхательная гимнастика после сна;
- утренняя гимнастика;
- гимнастика после сна ;

- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

2.7. Летняя оздоровительная работа.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на спортивной площадке);
- туризм (походы, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

3. Работа с педагогами.

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

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям программы «Здоровье» и т.д.;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, профилактика выгорания, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе, в соответствии с ФГОС ДО.
3. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
4. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
5. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.

6. Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
7. Разработка и внедрение педагогических, психологических, валеологических и медицинских методов коррекции.
8. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
9. Пропаганда здорового образа жизни.
10. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

1. Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
2. Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
3. Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
4. Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
5. Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
6. Беседы, валеологические занятия.

4. Сотрудничество с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является взаимодействие с родителями. Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему совместно с родителями.

Для себя мы определили следующие задачи сотрудничества с родителями:

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребёнка.

5. Вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Консультативная работа (использование СМИ, информационные стенды, тематические уголки и папки передвижки в группах).
4. Использование Интернет-ресурсов (размещение информации на сайте ДООУ, использование интерактивных форм взаимодействия).
5. Анкетирование родителей .
6. Участие родителей в спортивных праздниках, развлечениях, конкурсах.
7. Дни открытых дверей.
8. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
9. Открытый показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
10. Совместные занятия для детей и родителей.
11. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
12. Организация совместных проектов.

Для успешной работы с родителями используем план изучения семьи:

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

1. Анкета для родителей.
2. Беседы с родителями.
3. Беседы с ребёнком.
4. Наблюдение за ребёнком.
5. Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
6. Посещение семьи ребёнка.

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

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка

План

№ п/п	Содержание работы	сроки исполнения	Ответственные
1	Проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», праздников, субботников.	2025-2028 г.	Инструктор по физкультуре Воспитатели
2	Разработать серию семинаров-практикумов на заседаниях родительских клубов «Кнопочка» и «Берегиня» - «Давайте узнавать	2025-2028 г.	Зам. зав. по ВМР, педагог-психолог

	малыша вместе»		
3	Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей».	2025 г.	Педагоги ДОУ
4	Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы,	2025 - 2028 г.	Зам. зав. по ВМР, специалисты ДОУ
5	Посещение родителями открытых показов НОД валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.	2025-2028 г.	Зам. зав. по ВМР, специалисты ДОУ

Ожидаемые результаты реализации программы.

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
2. Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
3. Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
4. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
5. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
6. Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
7. Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.
8. Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

Кадровое обеспечение программы «Здоровье».

Заведующий ДОУ:

- * общее руководство по внедрению программы «Здоровье»;
- * ежемесячный анализ реализации программы;
- * контроль соблюдения охраны жизни и здоровья детей.

Заместитель заведующего по ВМР:

- * нормативно-правовое, программно-методическое обеспечение реализации программы «Здоровье»;
- * проведение мониторинга (совместно с педагогами);
- * контроль за реализацией программы «Здоровье».

Заместитель заведующего по организации питания и охране здоровья:

- * утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- * определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- * контроль заболеваемости детей в ДООУ;
- * составление индивидуального плана реабилитации;
- * гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- * просветительская работа с родителями и сотрудниками.

Заместитель заведующего по административно-хозяйственной части:

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

Инструктор по физической культуре:

- * мониторинг освоения образовательной области «Физическая культура», диагностика физической готовности детей старшего дошкольного возраста;
- * физкультурные занятия;
- * утренняя гимнастика;
- * закаливание;
- * спортивные досуги, развлечения, спортивные праздники;
- * прогулки-походы;
- * просветительская работа с родителями и сотрудниками;
- * организация физкультурных секций.

Педагог-психолог:

- * индивидуальная и групповая психологическая диагностика в соответствии с рекомендациями РМК;
- * индивидуальная работа с детьми в процессе их адаптации к детскому саду;
- * индивидуальная и групповая работа с детьми с целью определения их готовности к обучению в школе;
- * специальные обучающие-развивающие, коррекционные занятия и игры для детей;
- * психологические тренинги для педагогов и родителей;
- * просветительская работа с родителями и сотрудниками:
- * индивидуальные консультации, родительские клубы «Берегиня» и «Кнопочка».

Воспитатели:

- * внедрение здоровьесберегающих технологий;
- * пропаганда здорового образа жизни;
- * пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;

* закаливание.

**Мероприятия по реализации основных направлений
в здоровьесберегающей деятельности ДОУ
на период 2025-2028 г.**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению «Здоровье»	Май 2025	Заведующий МБДОУ Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
2.	Разработка основной образовательной программы ДОУ в соответствии с ФГОС ДО с дополнениями	Май 2025	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
3.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	постоянно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г., воспитатель Белова Е.АВ
4.	Создание кадровых, психолого-педагогических, учебно-материальных, учебно-дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению: <ul style="list-style-type: none">• определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста;• организация повышения квалификации участников здоровьесбережения;• организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению;• обеспечение ДОУ медицинскими препаратами, витаминами, аскорбиновой кислотой для витаминизации третьего блюда	постоянно	Заведующий МБДОУ Зам. зав. по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
5.	Осуществление в практике ДОУ системного подхода к управлению здоровьесбережением: <ul style="list-style-type: none">• описание стратегии работы по здоровьесбережению в ДОУ;• разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения;	2025-2028 г.	Администрация ДОУ

	<ul style="list-style-type: none"> • разработка положения о службе здоровьесбережения ДОУ; • организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; отработка системы стимулирования участников процесса здоровьесбережения; • контроль системы здоровьесбережения. 		
6.	Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	в течение периода	Зам. зав. по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
7.	Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения детского экспериментирования с детьми	2025-2028 г	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
8.	Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах	Постоянно	Зам. зав. по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
9.	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования	2025-2028 г.	Зам. зав. по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
10.	Организация работы по физической культуре для детей: <ul style="list-style-type: none"> • разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре; • ведение кружковой работы (физкультурные секции «Школа мяча», «Скакалочка») • создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре 	постоянно	Инструктор по физической культуре Шумова С.Ф.
11.	Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями	2025 г.	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	в течение всего периода	Специалисты ДОУ
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни	Ежегодно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
3.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной	В течение всего	Педагоги ДОУ Педагог-психолог

	«группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.	периода	Цыбулева Ю.Ю.
4.	Социальный анализ семей воспитанников ДОУ. Оформление социальных паспортов.	Ежегодно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
5.	Мониторинг успеваемости выпускников ДОУ на начальном этапе обучения за последние 3 года	Ежегодно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
6.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: <ul style="list-style-type: none"> • проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; • анализ профессионального роста. 	Ежегодно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.

III. Информационно-методическое направление

Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения.

Повышение квалификации участников образовательного процесса

1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий		Зам. зам по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	В течение всего периода	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2025-2028 г.	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
4.	Семинар «Здоровье детей – наше будущее»	2025 г.	воспитатель
5.	Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников»	2025 г.	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
6.	Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия»	2026 г.	Музыкальный руководитель
7.	Консультация «Культурный ребёнок – здоровый ребёнок»	2026 г.	воспитатель
8.	Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка»	2026 г.	воспитатель
9.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке»	2026 г.	Инструктор по физкультуре
10.	Консультация «Лечебные подвижные игры»	2025 г.	Инструктор по физкультуре
11.	Рекомендации «Комплекс мер для снятия	2027 г.	Инструктор по

	статического напряжения во время занятий»		физкультуре
12.	Памятка «Безопасные для здоровья ребёнка условия общения с компьютером»	2027 г.	воспитатель
13.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании»	2027 г.	Специалист по питанию
14.	Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс». Сборник материалов.	2027г.	Зам. зав. по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
15.	Педсовет «Обеспечение восхождения дошкольника к культуре здоровья через использование эффективных здоровьесберегающих средств»	2028 г.	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В
16.	Педсовет «Роль взрослых в формировании нравственного здоровья дошкольников»	2028 г.	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
17.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	2028г.	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
18.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОУ – творческий отчёт	2028 г.	Заведующий МБДОУ

IV. Просветительское направление

Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения

1.	Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках, на сайте ДОУ.	Ежегодно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
2.	Советы инструктора физкультуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей»	2025г.	Инструктор по физкультуре
3.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних условиях»	2025-2028 г	Музыкальный руководитель
4.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	Специалист по питанию
5.	Конкурс «Лучший уголок здоровья»	2026 г.	Зам.зав. по ВМР Петрова С.Г.
6.	Консультация «Средства укрепления иммунитета»	2025 г.	Специалист по питанию
7.	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки»	2025-2028 г	Воспитатели ДОУ
8.	Общее родительское собрание «Здоровый ребёнок в здоровой семье» (роль семьи в воспитании здорового ребёнка)	2026 г.	Заведующий

9.	Фотовыставка «Мы растём здоровыми!»	2026 г.	Специалист по питанию
10.	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	В течение всего периода	Инструктор по физической культуре
11.	Размещение в СМИ печатных материалов по вопросам здоровьесбережения	В течение всего периода	Педагоги ДОУ
12.	Музыкально-оздоровительное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»	2025-2028 г	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
13.	Тематические занятия по ПДД	2026 г.	Воспитатели.
14.	Тематическое занятие «Пусть знает каждый гражданин пожарный номер – 01!»	2027 г	Воспитатели
15.	Выставка детского рисунка «Как я занимаюсь спортом».	2027 г	воспитатель

VI. Координационное направление

Управление здоровьесбережением в ДОУ,
взаимодействие с социальными институтами детства

1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведующий МБДОУ
2.	Контроль процесса здоровьесбережения в ДОУ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ совещания; ▪ собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; ▪ анализ состояния заболеваемости; ▪ проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОУ; ▪ организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; <ul style="list-style-type: none"> ▪ организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; ▪ анализ тестирования детей по физическому воспитанию, ▪ организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий 	1 раз в квартал 1 раз в полугодие 3 раза в год 1 раз в месяц 2 раза в квартал ежегодно 2 раза в год	Заведующий МБДОУ
3.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: <ul style="list-style-type: none"> ▪ составление сетки НОД в соответствии с требованиями САН ПиН; ▪ разработка режима работы секций и кружков в соответствии с требованиями 	Постоянно	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В

	<p>здоровьесбережения;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ экспертиза программ дополнительного образования. 		
4.	<p>Установление взаимосвязи с детской поликлиникой:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ выявление детей с патологиями; ▪ консультирование родителей детей; ▪ ведение листов здоровья; ▪ выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима 	В течение всего периода	Специалист по питанию
5.	Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах	Согласно плану	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель Белова Е.В.
6.	<p>Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм,</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ связанных с социальной жизнью детей: разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; ▪ разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; ▪ разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности; ▪ создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей 	2025-2028 г	Зам. зав по ВМР Петрова С.Г. воспитатель. Белова Е.В. Специалист по питанию
VII. Правовое направление			
1.	Ознакомление с нормативно- правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей	2025 г.	Заведующий МБДОУ
2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ.	2025 г.	Заведующий МБДОУ