

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Солнышко» комбинированного вида»*

*Программа  
по здоровьесбережению*



**«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

*Автор программы Костина О.В*

*г. Когалым  
2015 год*

## **Цель:**

**- Создание условий для повышения эффективности оздоровительной работы в ДОУ через организацию здоровьесберегающего педагогического процесса с учетом индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, с использованием здоровьесберегающих технологий, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.**



## **Задачи программы:**

- ❖ **Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие.**
- ❖ **Формировать привычку к здоровому образу жизни, создавать максимально благоприятные условия для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.**
- ❖ **Прививать культурно-гигиенические навыки.**
- ❖ **Формировать у воспитанников, родителей, педагогов потребность и навыки поддержания и сохранения здорового образа жизни.**
- ❖ **Обеспечить необходимое офтальмологическое сопровождение с последующим анализом развития зрения.**
- ❖ **Осуществлять профилактическую работу по сохранению и улучшению зрения воспитанников.**
- ❖ **Осуществлять коррекционную работу, направленную на профилактику плоскостопия, опорно-двигательного аппарата, правильной осанки через игры и упражнения, профилактика простудных заболеваний.**
- ❖ **Организовать специальную коррекционно-воспитательную работу с учетом индивидуальных особенностей детей.**

**научности**

**Целенаправленности**

**Систематичности**

**Основные  
принципы  
программы**

**доступности**

**активности**

**сознательности**



## **Этапы реализации программы.**

### **I. Организационный этап**

**Цель: создание условий и подбор средств для эффективной реализации программы.**

**Мониторинг исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков;**

**Организация здоровьесберегающих образовательных мероприятий и режимов в МДОУ**

**Подбор и изучение методической литературы по тематике здорового образа жизни;**

**Разработка и подбор мероприятий для работы с родителями на основе проведенного мониторинга и анкетирования;**



## **II. Этап реализации**

**Цель: реализация программных мероприятий.**

**Укрепление материально-технической базы МДОУ**

**Обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья детей в МДОУ**

**Создание условий для полноценного сбалансированного питания детей с учетом их здоровья**

**Совершенствование системы специального коррекционного обучения**

**Развитие системы воспитательной работы по формированию здорового образа жизни дошкольников**

**Оказание консультативной помощи по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий всем участникам образовательного процесса и родителям воспитанников**

### **III. Завершающий этап**

**Цель: анализ деятельности специалистов, планирование и корректирование плана мероприятий на следующий год с учетом выявленных проблем и пожеланий участников.**

**Проведение анализа и оценки результатов реализуемой Программы**

**Совершенствование инновационной модели образовательного пространства**

**Определение дальнейшей перспективы сохранения и укрепления здоровья детей**

**Оценка эффективности внедрений, совершенствование и распространение перспективного опыта**

## **Ожидаемые результаты.**

- **повышение уровня лечебной и профилактической работы**
- **реализация оптимального режима использования игровой и образовательной деятельности и активного отдыха детей.**
- **повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей.**
- **повышение степени участия детей и их родителей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.**
- **снижение количества дней, пропущенных по болезни одним ребенком.**
- **увеличение количества детей, имеющих гармоничное психофизическое развитие;**
- **активизация традиционных и внедрение новых форм работы по оздоровлению детского организма.**
- **нормализация статических и динамических функций организма, общей и мелкой моторики;**
- **увеличение доли детей, вовлеченных в профилактические мероприятия;**
- **активное применение здоровьесберегающих технологий;**
- **повышение квалификации педагогов и родителей в области оздоровления детей в ДОУ и в домашних условиях.**





**Виды используемых  
здоровьесберегающих технологий.**



## **1. Медико – профилактическая.**

### **Задачи деятельности:**

- **организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;**
- **организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;**
- **организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (иммунизация, полоскание горла противовоспалительными травами, щадящий режим в период адаптации, проветривание);**
- **организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиНов;**
- **организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.**



## **2. Физкультурно-оздоровительная технология.**

### **Задачи деятельности:**

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания.



### **3. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.**

#### **Задачи деятельности:**

- обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье;*
- обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, создание в дошкольном учреждении целостной системы, обеспечивающей оптимальные условия для развития детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния соматического и психического здоровья.*



#### **4. Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов.**

##### **Задачи деятельности:**

- *уделять большое внимание подбору и расстановке кадров на группы с учётом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости;*
- *создать систему всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства педагогов.*



## **5. Технологии валеологического просвещения родителей.**

### **Задачи деятельности:**

- **информационно-просветительская деятельность;**
- **привлечение родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.**



**6. Здоровьесберегающие образовательные технологии.**

**Задачи деятельности:**

**– сформировать у детей осознанное отношение к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.**



**Формы и методы работы с детьми  
по оздоровлению.**



**1. Обеспечение здорового ритма жизни.**



**2. Физические упражнения.**



**3. Гигиенические и водные процедуры**



**4. Световоздушные ванны.**





**5. Активный отдых.**



**6. Фитотерапия,  
диетотерапия.**



**7. Светотерапия,  
цветотерапия.**



**8. Музтерапия.**



**9. Спецзакаливание.**



**10. Аутотренинг и психогимнастика.**



**11. Лечебные мероприятия**

## **Основные формы работы с педагогами.**

### **Методическая работа с педагогами.**

**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.**

**Обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.**

## **Формы работы.**

**Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников.**

**Открытые занятия.**


**Взаимопосещения.**

**Открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий.**

**Подбор методического материала (картотеки игр, динамических пауз, минуток здоровья и т.д.).**

**Профилактика "эмоционального выгорания" педагогов.**

**Создание условий и необходимой материально-технической базы.**




## **Основные направления работы с родителями согласно классификации нетрадиционных форм.**

**Цель работы:**

**- Повышение педагогической грамотности родителей в вопросах формирования навыков здоровья.**

**Задачи:**

- ❖ **обучить родителей приемам эффективного взаимодействия с ребенком с целью сохранения его здоровья и создание в семье здорового нравственно-психологического климата;**
  - ❖ **оказать конкретную практическую помощь семье в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка;**
  - ❖ **учесть пожелания родителей при составлении программ индивидуальной работы;**
  - ❖ **привлечь родителей к осуществлению воспитательного процесса, созданию здоровой среды;**
  - ❖ **расширить спектр средств и способов работы с родителями.**
- 

## **Структурно-функциональная модель перспективного плана**

### **Информационно-аналитический блок.**

- **Формы и методы работы: опрос, анкетирование, патронаж, интервьюирование, наблюдение, изучение медицинских карт и специальные диагностические методики.**

### **Практический блок.**

- **Формы и методы работы, которые будут использоваться медицинскими работниками, специалистами, педагогами и психологами, зависят от информации, полученной при анализе ситуации в рамках первого блока.**

### **Контрольно-оценочный блок.**

- **информационно-аналитические формы.**
- **досуговые формы.**
- **познавательные формы.**
- **наглядно-информационные формы.**

**Организация методической работы  
с родителями.**



**Предварительная  
работа**

**Просветительская**

**Интегративная**

**Индивидуальная**

## **Взаимодействие с социумом.**

**МБДОУ детский сад «Солнышко»  
комбинированного вида**

**Учреждения  
культуры**

**Учреждения  
здравоохранения и  
спорта**

**Учреждения  
дополнительного  
образования**

**Учреждения  
образования**

**Специально организованная деятельность**

**Экскурсии, занятия, тематические занятия, соревнования, кружковые занятия, секции, совместные мероприятия.**

**Совместная деятельность взрослых и детей**

**Дни здоровья, соревнования, открытые занятия, творческие проекты, экскурсии, выставки, экологические встречи, праздники, конкурсы.**

**Самостоятельная творческая деятельность ребенка**

**Концертные программы, участие в конкурсах, дидактические игры, продуктивные виды деятельности, сюжетно – ролевые игры.**

**Социально – педагогическое просвещение**

**Семинары-практикумы, презентации, мастер-классы, консультации, беседы, родительские встречи, дни открытых дверей, мини-педагогические советы, круглые столы, конференции, анкетирование, творческие объединения.**



# **Условия реализации программы.**

## **I. Материально - техническая база.**

**Оборудованные группы**



**Спортивное помещение**



**Методические помещения**



**Помещения по организации питания**



**Вспомогательные  
помещения**



**Участки**



**Санитарно-гигиеническое  
обеспечение**



**Оснащение  
образовательного процесса**



## **II. Кадровые ресурсы**



**заведующий МБДОУ**

**старший воспитатель**

**воспитатели**

**музыкальные руководители**

**инструкторы по физической культуре**

**воспитатель по здоровьесбережению**

**инструктор по труду**

**психолог**

**учитель – логопед**

**тифлопедагог**

**медицинские работники**

### III. Наличие необходимого оборудования.



**Медицинское**



**Оборудование помещений**



## **Выводы.**

*Данная программа предлагает системный подход к формированию и укреплению здоровья детей. Стиль жизни, общения и педагогической работы с детьми направлен в первую очередь на сохранение самостоятельности, неповторимости дошкольного периода детства. Ценным в работе является комплексный подбор методик, диагностик и коррекционные упражнения по организации здорового образа жизни. Данная работа представляет интерес для педагогов, психологов, инструкторов по физической культуре и других педагогов.*



**Спасибо  
за внимание!**