МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 58»

Принято на педагогическом совете №1
«9» августа 2021 г.
Протокол №1 от 09.08.2021год

УТВЕРЖДАЮ
заведующая МБДОУ «ЦРР – детский сад № 58»
Андрунь С.В.
Врач Кириллова Н.Г.
«09» августа 2021 год

Программа "Здоровье" на 2021 - 2022 учебный год

ЗАТО Северск

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Задачи:

1. Использовать эколого-природные факторы в оздоровлении детей.
2. Способствовать всестороннему физическому развитию детей.
3. Формировать у детей осмысленное отношение к собственному физическому и духовному здоровью, как единому целому,
   и развивать у них навыки психологической самокоррекции и произвольной регуляции.
4. Осуществлять индивидуально-дифференцированный подход в оздоровительно-развивающей работе с детьми.
5. Формировать у родителей валеологическое мировоззрение и расширять знания основ валеологической культуры.
6. Повышать активности родителей в образовательном процессе и системе оздоровления детей.

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные
	1. Физическое здоровье		
1.1	**Организация системы питания:** * включение в меню овощей и фруктов * витаминизация питания * организация питания детей-аллергиков	ежедневно	Врач, медсестра, воспитатели
1.2	**Оптимизация режима:** * Организация жизни детей в адаптационный период, создание	ежедневно	Врач, медсестра, воспитатели,

	комфортного режима * Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей		педагог-психолог, инструктор по ФК, учитель-логопед, музыкальный руководитель.
1.3	**Организация двигательного режима.** **Цель: развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.** * Физкультурные занятия * Утренняя гимнастика (старшие и подготовительные группы), «Зарядка хорошего настроения» (младшие и средние группы) * Музыкальные занятия * Плавание в бассейне * Двигательная активность на прогулках * Физ. минутки и динамические разминки (во время занятия) * Малоподвижные игры до и между занятиями * «Потягушки» (комплексы физических упражнений после сна) * Индивидуальная работа по развитию основных движений * Подвижные игры, спортивные игры * Самостоятельная двигательная активность детей * Оздоровительный бег * Малый туризм (старшие и подготовительные группы) * Физкультурные досуги (праздники, развлечения, игры-соревнования между группами и ДОУ города) * Мониторинг физической подготовки детей	2 раза в неделю ежедневно 2 раза в неделю 1 раз в неделю в течение дня 1 раз в квартал По плану работы 2 раза в год	Инструктор по физической культуре Воспитатели Муз. руководители Инструктор по физической культуре Воспитатели Инструктор по физической культуре воспитатели Инструктора по физической культуре
1.4	**Лечебно-профилактическая работа.** *Проведение плановой неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ	Ноябрь-декабрь	врач медсестра

	- профилактика гриппа путем вакцинации - ароматерапия - * **Профилактика паразитарных инвазий** – санитарно-профилактическая работа по профилактике (обследование) * Витаминотерапия: -витаминизация третьего блюда	Октябрь ежедневно	воспитатели медсестра
1.5	**Закаливающие процедуры:** **- воздухом** * воздушные ванны (сон без маек, облегченная одежда, одежда в соответствии с сезоном) * босохождение в группе, по траве и «Дорожке здоровья» (летом) * прогулки на воздухе **- водой** * умывание прохладной водой (лицо, рук от кистей до локтя) * дорожка здоровья * игры с водой (в группе - зимой, ранний возраст, летом - на воздухе, все группы) * плавание в бассейне **- солнцем (в теплый период)**	ежедневно ежедневно ежедневно ежедневно после сна в течение дня 1 раз в неделю во время прогулки	Воспитатели Воспитатели Инструктор по физической культуре Воспитатели
1.6	**Использование арома-фитотерапии:** * Внесение фиторастений в интерьер * Фитоионизация чесноком и луком * Натуропатия (включение в питание лук и чеснок)	В течение года в течение дня во время обеда	Воспитатели
1.7	**Коррекционно-развивающая работа.** **Цель: создание условий для формирования правильной осанки,**		

	профилактики нарушение плоскостопия, - Профилактика плоскостопия и нарушения осанки: - утренняя гимнастика -физкультурные занятия (использованием нетрадиционных дорожек и оборудования, «Дорожка здоровья» на улице летом) - занятия по плаванию * Логоритмика * Кинезиология * Психогимнастика	ежедневно 2 раза в неделю 2 раза в неделю 2 раза в неделю 2 раза в неделю По сетке занятий	Воспитатели, Инструктор по физической культуре Воспитатели, педагог-психолог
	2. Психическое здоровье		
2.1	**Психо-диагностическая работа:** * Контроль за нервно-психическим развитием детей раннего возраста * Создание условий для полноценного психофизического и эмоционального развития ребенка (психогимнастика, релаксация). * Обучение детей адекватным формам поведения в проблемных ситуациях.	эпикризные сроки постоянно в течение дня	Воспитатели, педагог-психолог

2.2	**Создание эмоционально-положительного фона зоны ближайшего развития:** * Организация системы адаптации * Сон под музыку * Фитодизайн * Утренняя гимнастика и «Зарядка хорошего настроения» * Игры с водой * Игры с песком * «Потягушки» после дневного сна под музыку с элементами самомассажа * «Игротека» (игры в кругу) * Музыкотерапия (музыкальные произведения в течение дня) * Релаксация * Использование фольклорного материала	июль-октябрь ежедневно постоянно утренний отрезок в течение дня на прогулке ежедневно в течение дня	Воспитатели, педагог-психолог
	3. Социальное здоровье		
3.1	**Валеологическая работа с детьми:** * Цикл занятий о здоровом образе жизни, занятия из программы «Основы безопасности детей дошкольного возраста», авторы Р.Стеркина, О.Л.Князева, Н.Н.Авдеева, Москва, АСТ, 1998 г. * Занятия и беседы по теме ОБЖ	1 раз в неделю	Воспитатели
3. 2	**Взаимодействие детского сада и семьи:** **Анкетирование родителей** - Выявления знаний и умений в области здорового образа жизни, оздоровления детей у вновь прибывших родителей - Определение запросов родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.	Май	Зам. заведующей по ВМР

3.3	**Проведение разных форм взаимодействия:** * Малая академия здоровья * Школа заботливых родителей * Родительские собрания в разных формах * Праздники и развлечения * Спортивные соревнования * Семейные клубы * Обобщение семейного опыта	В соответствии с планом Период адаптации 1 раз в квартал ежемесячно 1 раз в месяц По плану работы В течение года	Заведующий, зам. зав. по ВМР, узкие специалисты, музыкальные руководители, Инструктор по физической культуре, воспитатели
3.4	**Информационная работа** 1. Наглядная агитация - Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работой в группе с годовыми задачами по физическому развитию и валеологии, программой «Здоровья», профилактическими мероприятиями, результатами медицинских осмотров детей, мониторинга физического развития * родительские собрания, * индивидуальное и групповое консультирование, * газета «Родничковая мозаика», * родительские уголки, * фотовыставки, альбомы, * видеофильмы, * групповые журналы по здоровью, * стенгазеты, буклеты, * выставки детских рисунков, * семейные плакаты. 2. Групповое и индивидуальное консультирование (статьи, ширмы, консультации): - по созданию условий для оздоровления детей дома (выполнение	Август 3 раз в год Постоянно 1 раз в квартал В течение года В течение года по плану	Воспитатели, врач, медсестра, учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальные руководители, инструктор по физической культуре воспитатели

	общегигиенических требований, режима, рационального питания, закаливания, оборудования физкультурного уголка и пр.) - практические упражнения, задания, игры по профилактике плоскостопия и сохранению осанки - игры по профилактике заболеваний («Игры, которые лечат») - индивидуальные комплексы упражнений по развитию двигательных навыков и физических качеств в соответствии с результатами мониторинга		
3.5	**Проведение совместных мероприятий** 1. Участие в спортивных мероприятиях (праздники, досуги, туристические походы) 2. Организация работы семейных клубов по интересам. 3. Организация мероприятий по обмену опытом среди родителей (фото-видео конкурсы на лучший спортивный уголок в семье, спортивных игр, конкурсов, викторин). 4. Участие родителей в Неделе здоровья (открытые просмотры, досуги). 5. Участие родителей в создании условий в группе, на участке для оздоровления и физического развития детей.	В соответствии с планами работы Ноябрь В течение года	Зам. зав по ВМР, инструктор по физической культуре воспитатели
4.	**Комплексная диагностика:** - наблюдение, оценка, прогноз состояния здоровья детей с целью дальнейшей организации педагогического процесса (медицинская, педагогическая, психологическая).	В течение года.	Зам. зав по ВМР, медсестра, врач, инструктор по физической культуре, воспитатели