

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 4

от « 08 » 04 2014г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ ЦРР № 2

«Дельфин»

 Т.А.Щербакова

Приказ № 52

от « 11 » апреля 2014г.

Программа «Здоровье»
муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения –
«Центр развития ребенка –
детский сад №2 «Дельфин»
города Бердска
на 2014-2018 годы

Содержание программы:

Название раздела	Стр.
Паспорт программы	1-4
Пояснительная записка	5-7
1. Концепция программы	
1.1. Основные концептуальные положения	8-10
1.2. Основные понятия программы	10-13
1.3. Принципы работы	13
2. Условия реализации программы	
2.1. Организационное обеспечение реализации программы	13-14
2.2. Создание здоровьесберегающей среды	14-18
3. Цели, задачи и направления деятельности	
3.1. Цели программы	18-19
3.2. Задачи программы	
3.3. Направления деятельности	19
3.3.1. Медицинское сопровождение	19-21
3.3.2. Психолого-педагогическое сопровождение	22-23
3.3.3. Физкультурно-оздоровительная работа	24-25
3.3.4. Воспитательно-образовательная работа	25-26
3.3.5. Психолого-медико-социальная профилактика и поддержание здоровья педагога	27-28
4. Здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии	28-30
5. Этапы реализации Программы и план мероприятий	30-40
6. Ожидаемые результаты, критерии достижений и инструментарий их оценки	41-43
7. Система контроля за выполнением Программы	43-48
Приложения к программе	
<i>Приложение №1</i> Условия и кадровое обеспечение	
<i>Приложение №2</i> Комплексы дыхательных упражнений	
<i>Приложение №3</i> Комплексы упражнений для самомассажа	
<i>Приложение №4</i> Комплексы упражнений для профилактики близорукости	
<i>Приложение №5</i> Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки	

Паспорт программы

Полное наименование программы	Комплексно-целевая программа «Здоровье»
Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none">– Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"– Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы утв. Президентом РФ от 01 июня 2012 г. N Пр-761– Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации», № 124-ФЗ от 24.07.1998г. (в редакции ФЗ от 30.06.2007г. №120-ФЗ; от 02.07.2013 №185 – ФЗ)– НАЦИОНАЛЬНАЯ ДОКТРИНА ОБРАЗОВАНИЯ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ от 4 октября 2000 г. N 751– «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан» № 5487-1 от 22.06.1993 г. (в редакции Указа Президента Российской Федерации от 24.12.1993г. № 2288; Федеральных законов от 02.03.1998 г.; № 30-ФЗ, от 20.12.1999г. № 214-ФЗ, от 02.12.2000 г. № 139-ФЗ)– ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних (№ 120-ФЗ от 24 июня 1999 г.)– Концепция модернизации российского образования до 2020 года– Закон Российской Федерации «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний»– Постановление Правительства Российской Федерации «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, развития детей, подростков и молодежи» № 916 29.12.2001 г.– Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"– Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации и Министерства образования Российской Федерации «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации» № 176/2017 от 31. 05. 2002 г. Приказ Министерства образования российской федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации

	<p>Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской Академии образования «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации» № 2712/227/166/19 от 16.07.2002 г.</p> <p>— Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1. 3049-13 от 15.05.2013г.</p> <p>— Приказ Министерства здравоохранения РФ от 5 ноября 2013 г. № 822н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях"</p>
Период и этапы реализации программы	<p>2014 – 2018 годы</p> <p>Первый этап (январь-август 2014г.) – организационно-подготовительный этап: поиск оптимальной структуры управления проектом, создание системы мониторинга. Второй этап (сентябрь 2014 - май 2018г.) – основной: реализация основных компонентов программы. Третий этап (июнь 2017 – декабрь 2018г.) – итогово-обобщающий (анализ результатов, обобщение опыта, оценка и прогнозирование перспектив здоровьесбережения воспитанников в условиях детского сада).</p>
Цели программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать новую идеологию, утверждающую приоритетность охраны и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса в детском саду. 2. Создать оптимальные социально-педагогические, психологические и здоровьесберегающие условия развития личности воспитанника в условиях детского сада. 3. Обеспечить охрану жизни и здоровья воспитанников, гарантии их законных прав на безопасные условия образовательно-воспитательного процесса.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать у участников образовательного процесса ответственное отношение и устойчивую мотивацию к ведению здорового образа жизни; знания, умения и навыки сохранения здоровья. 2. Создать систему работы с участниками образовательного процесса, направленную на укрепление и формирование физического, психологического и социального здоровья. 3. Осуществлять взаимодействие администрации детского сада и органов власти, учреждений системы образования,

	<p>здравоохранения и социальной защиты, общественных объединений в решении проблем сохранения, укрепления и профилактики нарушений здоровья воспитанников.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Осуществлять повышение квалификации профессиональной компетентности кадров по вопросам здоровьесбережения. 5. Совершенствовать образовательную среду, способствующую сохранению и развитию здоровья, формированию здорового образа жизни. 6. Совершенствовать материально-техническую базу детского сада (оздоровительное, диагностическое, физкультурно-спортивное оборудование). 7. Обеспечить выполнение законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада 8. Систематически проводить профилактические мероприятия по снижению заболеваемости в детском саду. 9. Создать условия для полноценного сбалансированного питания детей. 10. Соблюдать валеологические требования при организации и проведении образовательного процесса.
Направления деятельности	<ol style="list-style-type: none"> 1. Медицинское сопровождение. 2. Психолого-педагогическое сопровождение. 3. Физкультурно-оздоровительная работа. 4. Воспитательно-образовательная работа. 5. Психолого-медико-социальная профилактика и поддержание здоровья педагога.
Участники программы	<ul style="list-style-type: none"> ✓ воспитанники детского сада; ✓ администрация; ✓ педагогические работники; ✓ медицинские работники; ✓ родители; ✓ учебно-вспомогательный персонал.
Ожидаемые конечные результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Повышение ответственности участников образовательного процесса за состояние собственного здоровья и здоровья воспитанников детского сада. 2. Сформированность у участников образовательного процесса навыков здорового образа жизни. 3. Участие родителей в подготовке и проведении спортивно-оздоровительных мероприятий. 4. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья воспитанников детского сада. 5. Использование здоровьесберегающих технологий при организации образовательного процесса.

	<p>6. Наличие в образовательном учреждении разработок, направленных на формирование культуры здоровья и здорового образа жизни, формирование физического, психологического и социального здоровья.</p> <p>7. Повышение профессиональной компетентности кадров по вопросам здоровьесбережения и формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.</p> <p>8. Повышение качества образовательных услуг.</p> <p>9. Наличие комфортного социально-психологического микроклимата в учреждении.</p> <p>10. Совершенствование материально-технической базы детского сада.</p> <p>11. Обеспечение детей полноценным сбалансированным питанием.</p>
Управление программой	<p>Общее руководство реализации, координации, контроля программы осуществляют заведующий и старший воспитатель детского сада.</p>
Система контроля за выполнением программы	<p>1. Административный контроль.</p> <p>2. Мониторинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Состояния здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения. ✓ Рациональной организации образовательного процесса. ✓ Организации и проведения: <ul style="list-style-type: none"> • физкультурно-оздоровительной работы; • просветительско-воспитательной работы с родителями; • просветительской и методической работы с сотрудниками; • профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья воспитанников и сотрудников. ✓ Состояния социально-психологического микроклимата в учреждении.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы, анализ исходного состояния.

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. В преамбуле Устава Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье трактуется как «такое состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие».

Новая социально-экономическая действительность диктует необходимость формирования культуры здоровья в сознании подрастающего поколения.

В настоящее время наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, возрастающее количество детей с ограниченными возможностями здоровья и вторичными проявлениями различных нарушений; увеличение количества детей со 2,3,4 группами здоровья. На сегодняшний день в дошкольном возрасте практически здоровые дети составляют 3-4 %, с нарушением осанки - 50-60 %, с плоскостопием - 30%. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребёнка стало редкостью, растёт число недоношенных детей, число врождённых аномалий, число детей с речевыми расстройствами.

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. В детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении. Это приводит к снижению силы и работоспособности скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

К факторам, нарушающим здоровье детей, относят:

- ✓ значительные информационные перегрузки детей (преимущественно вербального характера), обусловленные содержанием образовательных программ;
- ✓ чрезмерная интенсификация образовательного процесса;
- ✓ стрессовые последствия авторитарной педагогики (она все еще существует наряду с педагогикой сотрудничества);

- ✓ раннее начало дошкольного систематического обучения;
- ✓ недостаточная подготовка педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- ✓ отсутствие целостной системы формирования здорового образа жизни, положительной мотивации учащихся и ценностного отношения к здоровью;
- ✓ отсутствие системы и преемственности во взаимодействии учреждений общего и дополнительного образования в вопросах оздоровления детей;
- ✓ недостатки в существующей системе физического воспитания;
- ✓ снижение жизненного уровня в семьях, не позволяющего в целом ряде случаев обеспечить детей необходимыми материальными и духовными условиями для нормальной учебы и развития личности.

Анализ состояния дел в МАДОУ ЦРР № 2 «Дельфин».

Для анализа состояния дел был проведён предварительный мониторинг с целью анализа:

- инфраструктуры и внутренней среды учреждения;
- организации образовательного процесса;
- организации двигательного режима и физкультурно-оздоровительной работы;
- организации работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
- состояния медицинской помощи, состояния здоровья детей.

Результаты мониторинга:

- ✓ показатели состояния здоровья детей на начало 2013-2014 учебного года:
 - 1-я группа здоровья (абсолютно здоровые дети) – 48 чел. (20%).
 - 2-я группа (имеющие морфо - функциональные отклонения) - 178 чел. (74%).
 - 3-я группа (хронически больные в компенсированной форме) - 14 чел. (6%).

Выделены факторы риска:

- стресс;
- несоответствие методик и технологий обучения;
- интенсификация учебного процесса;
- нерациональная организация образовательного процесса;
- некомпетентность педагогов в вопросах функционального развития и здоровья детей;

- отсутствие системы работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
- непрерывность, систематичность и длительность воздействий.

Анализ организации двигательного режима, физкультурно-оздоровительной работы и образовательного процесса в целом **показал, что необходимо обратить внимание на рациональное распределение двигательной нагрузки.**

Возможность постоянного поиска путей укрепления здоровья детей, формирование у них основ здорового образа жизни, разностороннего развития двигательных способностей убеждает в том, что до настоящего времени в ДОО не полностью реализуется оздоровительное влияние физического воспитания, естественных факторов природы на организм ребенка. Поэтому актуален поиск новых средств сохранения и укрепления здоровья детей.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей практические навыки здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Необходимо формировать у детей культуру здоровья, и здесь важны культурологический и нравственный аспекты. По мнению академика В.С. Семенова, «Культура здоровья выражает меру осознания и обладания человеком своими отношениями к самому себе, к обществу, к природе, степень и уровень саморегуляции его сущностных потенций. Культура здоровья, сохранение, воспроизведение здоровья, находятся в прямой зависимости от уровня культуры общества, культуры личности». «Культура – это не только сумма знаний, но и поведение в соответствии со многими принципами».

Исходя из этого, в детском саду была разработана **программа “Здоровье”** и приложения к ней - методические рекомендации по физическому развитию и оздоровлению детей в дошкольном учреждении. Программа основывается на физиологических, психолого–педагогических, валеологических исследованиях, направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представлений 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 четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Для реализации программы в детском саду имеются соответствующие условия и кадровое обеспечение. (Приложение №1).

Раздел 1. Концепция программы

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы ДОУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение. Особенностью организации и содержания учебно-воспитательного процесса должен стать валеологический подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

1.1. Основные концептуальные положения.

Человеческая жизнь и здоровье являются общепризнанной высшей ценностью и должны быть бесспорным приоритетом в решении любых проблем.

Здоровье подрастающего поколения в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и является чутким барометром социально-экономического развития страны.

Сегодня безопасность страны, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной причинно-следственной связи с суммарным потенциалом здоровья детей, подростков и молодежи. По мнению большинства исследователей данной проблемы, именно в этом отношении ситуация в современной России вызывает наибольшую тревогу и опасения. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья подрастающего поколения регламентируются Конвенцией ООН о правах ребенка, Законом РФ «Об образовании», «Семейным кодексом Российской Федерации», «Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан» и отражены в концепции модернизации российского образования.

Здоровье формируется под влиянием сложного комплекса внутренних факторов и внешних воздействий. Ученые провели многочисленные исследования и сделали вывод: от чего зависит состояние здоровья. Их можно отразить в формуле:

Здоровье 100%= 10% медицина+ 20% наследственность + 20% окружающая среда +50% образ жизни.

Поэтому в настоящее время здоровье подрастающего поколения стало не только заботой медицины, но, в большей степени, системы образования.

Нормативно-правовые документы в сфере образования определяют задачи сохранения здоровья детей, оптимизации учебного процесса, разработки здоровьесберегающих технологий обучения и формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Особенно остро проблема сохранения, укрепления и формирования здоровья как целостной гармоничной системы стоит перед педагогами и медицинскими работниками, трудовая деятельность которых связана с дошкольными учреждениями. В настоящее время в детский сад приходят дети, имеющие отклонения в состоянии здоровья как физического, так и психического. Проблемы педагогического характера наиболее часто связаны с социально-педагогической запущенностью детей.

В связи с этим, одной из самых важных задач воспитательно-образовательного процесса в детском саду является создание эффективной системы здоровьесбережения, в которой каждый участник получит комплексную и профессиональную помощь в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья. Необходима организация комплексной медико-психолого-педагогической деятельности по сохранению и укреплению здоровья воспитанников дошкольного учреждения.

Проблема формирования здоровья неотделима от проблемы социализации личности, так как без крепкого здоровья невозможна реализация основных этапов социализации личности - адаптации, саморазвития, самореализации и, в конечном счете, личностного роста и профессионального самоопределения человека в течение всей жизни.

Здоровье человека невозможно рассматривать без связи со средой его обитания. А потому культура здорового образа жизни предполагает наличие экологического сознания, способности человека чувствовать связь с природой, жить с ней в гармонии. Экологическое состояние воздуха, воды, растений оказывает самое непосредственное влияние на наше здоровье и самочувствие. Природа – это среда нашего проживания, источник сил и вдохновения. Детям с раннего возраста необходимо прививать любовь к природе, заботливое к ней отношение.

Культуре здоровья ребенок учится у окружающих его взрослых, поэтому очень важно, чтобы они сами обладали культурой здоровья. Педагог, реализующий здоровьесберегающие технологии, должен своим личным примером утверждать преимущества здорового образа жизни, следить за своим здоровьем. Необходимо также просвещать родителей по вопросам здоровьесбережения и включать их в совместную деятельность по формированию культуры здоровья.

В программе здоровье рассматривается как важнейший резерв жизни, жизнеспособности человека - целостного существа, представляющего единство его физиолого-биологических, социальных, психических и духовно-нравственных основ. Все эти резервы формируются и развиваются в процессе всех видов деятельности людей, в том числе в обучении и воспитании.

1.2. Основные понятия программы

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов. Здоровье – это нормальное состояние, означающее оптимальную саморегуляцию, согласованное взаимодействие его органов, равновесие между функциями и внешней средой». (ВОЗ).

- «динамическое состояние (процесс) сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни» (академик В.П. Казначеев).

- «это сумма резервных мощностей основных функциональных систем организма человека» (академик А.М. Амосов)

Здоровье физическое - это совершенство саморегуляции в организме, максимальная адаптация к окружающей среде.

– «это состояние организма человека, характеризующееся возможностями адаптироваться к различным факторам среды обитания, уровнем физического развития, физической и функциональной подготовленности организма к выполнению физических нагрузок». (Г.С.Никифоров).

Физическая активность - естественная потребность здорового, развивающегося организма в движении (в детские годы выступает как предпосылка психического развития ребенка).

Здоровье психическое - совокупность физического и душевного здоровья; высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.

Психическое здоровье имеет отношение, прежде всего, к отдельным психическим процессам и механизмам. В основе психического здоровья – полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза. Термин «психическое здоровье» как бы связывает две науки – медицинскую и психологическую. В последние десятилетия на пересечении медицины и психологии возникла особая отрасль – *психосоматическая медицина*, в основе которой лежит понимание того, что любое соматическое нарушение так или иначе связано с изменениями в психическом состоянии человека. В одних случаях психические состояния становятся главной причиной заболевания, в других – они являются как бы толчком, ведущим к болезни, иногда физические

недуги вызывают психические переживания и психологический дискомфорт. Таким образом, психическое здоровье можно рассматривать как совокупность физического и душевного. К нарушениям психического здоровья относят нарушения *эмоциональной сферы и поведения*. Сюда относят страхи, тревожность, фобии, нарушения сна, агрессивное поведение и прочие нарушения. Если эти нарушения проявляются часто, упорно и приводят к социальной дезадаптации, то такие состояния определяются как психические расстройства. (Битянова М.Р.)

Психическая активность - потребность нормально развивающегося ребенка в познании окружающей жизни: природы, человеческих отношений; в познании самого себя.

Психологическое здоровье относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа. Забота о психологическом здоровье предполагает внимание к внутреннему миру ребенка, к его чувствам и переживаниям, увлечениям, интересам, способностям, его отношению к себе, сверстникам, взрослым, окружающему миру, к жизни. Психологическое здоровье позволяет личности ориентироваться на внутренние осознаваемые ориентиры. Задача взрослых – помочь ребенку в соответствии с его возрастом овладеть средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития в контексте гуманистического взаимодействия с окружающими людьми в условиях окружающего мира. (Битянова М.Р.)

Именно о таком здоровье заботился Януш Корчак, когда писал: *«Все современное воспитание направлено на то, чтобы ребенок был удобен, оно последовательно, шаг за шагом, стремится усыпить, подавить, истребить все, что является волей и свободой его духа, силой его требований и намерений. Вежлив, послушен, хорош, удобен, и мысли нет о том, что будет внутренне безволен и жизненно немощен».*

Здоровье социальное - это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в оптимальных условиях микро-, и макросреды (семье, школе, социальной группе).

Социальная активность - проявляется в поведении, направленном на поддержание и выполнение правил, в стремлении помочь выполнять эти правила своим сверстникам.

Здоровье нравственное - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви, милосердия и красоты.

Образ жизни – совокупность конкретных форм жизнедеятельности людей во всех сферах общественной жизни.

Здоровый образ жизни – способ и организация физической, социальной и духовной жизнедеятельности людей, обеспечивающих их действенное развитие, работоспособность и активное долголетие.

Под здоровым образом жизни следует понимать типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, обеспечивая тем самым успешное выполнение человеком своих социальных обязанностей и профессиональных функций независимо от политических, экономических, социально-психологических ситуаций (Б.Н. Чумаков).

Укрепление здоровья – система индивидуальных и общественных мероприятий, направленных на совершенствование здорового образа жизни человека и социума.

Валеология – «междисциплинарное научное направление, рассматривающее причины здоровья, пути его обеспечения, формирования и сохранения в конкретных условиях жизнедеятельности, а также подходы к управлению здоровьем человека» (академик В.П. Казначеев).

Здоровьесберегающая среда – это гибкая, развивающая, не угнетающая ребёнка система, основу которой составляет эмоционально-комфортная среда пребывания и благоприятный режим организации жизнедеятельности детей.

Экологическое сознание – глубокое понимание неразрывной связи человека с природой, зависимости благополучия людей, целостности природной среды обитания человека от антропогенных изменений среды жизни на Земле, выходящих за пределы адаптивных способностей человека как биологического вида.

Технология - это, прежде всего, системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).

Педагогическая технология - строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов (В.А. Сластенин).

Здоровьесберегающая технология - это система мер по охране и укреплению здоровья обучающихся и воспитанников, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Н.К. Смирнов предлагает выделять понятие **«здоровьеформирующие образовательные технологии»**, понимая под этим все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Здоровьесберегающие технологии в образовании – способ организации и последовательных действий в ходе учебно-воспитательного процесса, реализации образовательных программ на основе всестороннего учета индивидуального здоровья учеников, особенностей их возрастного, психофизического, духовно-нравственного состояния и развития.

1.3. Принципы работы.

1. **Принцип научности** – подкрепление всех необходимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
2. **Принцип активности и сознательности** – участие педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. **Принцип комплексности и интегративности** – решение оздоровительных задач в системе всего образовательного процесса и всех видов деятельности.
4. **Принцип преемственности** – поддержание связи между возрастными категориями, учет уровня развития и состояния здоровья.
5. **Принцип результативности и гарантированности** – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития ребенка.

Раздел 2. Условия реализации программы

2.1. Организационное обеспечение реализации программы

Существенным компонентом организационно-управленческого обеспечения реализации программы является координация взаимодействия с МКУ «Управление образования и молодежной политики» г.Бердска, учреждениями образования, здравоохранения, физкультуры и спорта.

Администрация детского сада:

- ✓ обеспечивает взаимодействие с органами власти, учреждений системы образования, здравоохранения и социальной защиты, общественных объединений в решении проблем сохранения, укрепления и профилактики нарушений здоровья воспитанников;

- ✓ осуществляет подбор и расстановку кадров на группы с учетом деловых качеств сотрудников, опыта и психологической совместимости;
- ✓ создаёт условия для ведения участниками образовательного процесса здорового образа жизни;
- ✓ осуществляет общее руководство реализации, координации, контроля программы.

Весь коллектив детского сада:

- ✓ обеспечивает выполнение законодательства по охране здоровья воспитанников;
- ✓ проводит профилактические мероприятия по снижению заболеваемости в детском саду;
- ✓ выполняет валеологические требования при организации и проведении образовательного процесса.

2.2. Информационно-методическое обеспечение программы.

Методическое обеспечение программы осуществляют педагогические работники детского сада: старший воспитатель, медицинские работники, инструктор по физической культуре, психолог, логопед и воспитатели.

Информационно-методическое обеспечение программы включает в себя:

- ✓ приобретение соответствующей целям и задачам программы научно-методической литературы;
- ✓ подбор диагностического инструментария для отслеживания состояния здоровья воспитанников и педагогов;
- ✓ создание банка данных о физическом и психологическом здоровье воспитанников;
- ✓ подбор, составление и обновление образовательных программ с учётом здоровьесбережения воспитанников;
- ✓ разработку рекомендаций для педагогов и родителей по сохранению и укреплению физического и психологического здоровья детей, организации здоровьесберегающей среды;
- ✓ обучение сотрудников на курсах повышения квалификации и практических семинарах по вопросам здоровьесбережения;
- ✓ проведение практических семинаров, направленных на освоение педагогами навыков и умений реализации здоровьесберегающих технологий в условиях образовательной деятельности;
- ✓ размещение информации о ходе и результатах реализации программы на сайте образовательного учреждения;
- ✓ оформление уголков здоровья в группах и коридорах детского сада.

2.3. Создание здоровьесберегающей среды

2.3.1. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса

- ✓ приобретение столов и стульев для групп в соответствии с ростом детей;
- ✓ замена устаревшего мягкого инвентаря – приобретение матрасов, подушек, одеял, полотенец;
- ✓ приобретение общего кварца;
- ✓ приобретение фенов для бассейнов;
- ✓ пополнение спортзала спортивным инвентарём.

2.3.2. Преобразование предметно-развивающей среды

- ✓ изготовить крышки для песочниц;
- ✓ проводить текущий ремонт;
- ✓ обновлять и поддерживать в безопасном состоянии оборудование спортивной площадки и участков;
- ✓ создать на территории детского сада экологические экспозиции: «Липовая аллея», «Берёзовая роща», «Ель растёт перед дворцом», «Там на неведомых дорожках...» и др.

2.3.3. Поддержание благоприятного психологического климата в детском саду

Психологический климат – это эмоциональная окраска психологических связей членов коллектива, возникающая на основе их близости, симпатии, совпадения характеров, интересов, склонностей.

Психологический климат отношений между людьми состоит из трех климатических зон.

Первая климатическая зона – социальный климат, который определяется тем, насколько в данном коллективе осознаны цели и задачи общества, насколько здесь гарантированно соблюдение всех конституционных прав и обязанностей членов коллектива.

Вторая климатическая зона – моральный климат, который определяется тем, какие моральные ценности в данном коллективе являются принятыми.

Третья климатическая зона – психологический климат, те неофициальные отношения, которые складываются между членами коллектива, находящимися в непосредственном контакте друг с другом. Психологический климат – это климат, зона действия которого значительно локальнее социального и морального климата.

Психологический климат является неотъемлемой характеристикой детского коллектива и может определяться как феномен, представляющий собою динамическое поле отношений, в котором развивается групповая деятельность и которое определяет самочувствие личности, меру проявления личностного "Я".

Преобладающими эмоциями, испытываемыми ребенком при благоприятном психологическом климате, являются:

- доброжелательность;
- защищённость;

- мобильность;
- креативность;
- оптимизм;
- инициативность;
- работоспособность, свобода "я".

При неблагоприятном:

- незащищенность;
- лень;
- агрессивность;
- пессимизм;
- зажатость;
- пассивность.

Благоприятный психологический климат способствует полноценному развитию его личности, следовательно, создание благоприятного психологического климата в детском коллективе является важным компонентом педагогической работы, поскольку психологически здоровые, творческие, уверенные в своих силах люди представляют особую ценность для современного общества.

Условия, определяющие эффективность влияния педагога на психологический климат в детском коллективе:

- ✓ Личностные качества педагога (открытость, расположенность к детям, чувство юмора, инициативность, коммуникабельность, креативность).
- ✓ Профессиональные качества педагога (теоретическая и методическая вооружённость).
- ✓ Ориентация педагога на эмоциональный комфорт воспитанников, что является следствием личностной и профессиональной подготовленности педагога к действиям, формирующим благоприятный психологический климат.

Наиболее эффективные способы формирования психологического климата:

- ✓ Включение в жизнедеятельность группы различных видов искусства.
- ✓ Использование игры.
- ✓ Формирование общих традиций.
- ✓ Создание ситуаций коллективного сопереживания значимых событий, к эмоциональному включению в жизнь группы каждого ребенка.
- ✓ Наличие активной позиции педагога по отношению к детскому коллективу.
- ✓ Привнесение общечеловеческих ценностей в жизнь детского коллектива.

Немаловажным условием формирования благоприятного психологического климата в коллективе является наличие благоприятного психологического климата в педагогическом коллективе.

Психологический климат в педагогическом коллективе.

Настроение и общественное мнение, эмоциональный тонус и уровень взаимоотношений в коллективе определяются сложившимся в нем социально-психологическим климатом. Понятия "психологический климат", "социально-психологический климат" или "микроклимат" — эти понятия скорее метафорические, чем строго научные. По аналогии с климатом географическим благоприятный социально-психологический климат означает, что человеку в коллективе с таким климатом более уютно, тепло, комфортно, здесь он может проявить себя, "расцвести" в личностном и профессиональном отношении.

Содержательная характеристика психологического климата в коллективе связана с отношениями между людьми, с их настроением, самочувствием, удовлетворенностью в процессе совместной деятельности и общения, следовательно, для характеристики психологического климата важны эмоциональные оценки. Педагогический коллектив с положительным социально-психологическим климатом отличается благоприятной морально-психологической атмосферой, дружелюбием, чувством долга и ответственности, взаимной требовательностью, бодростью, защищенностью его членов.

Социально-психологический климат представляет собой систему эмоционально-психологических состояний коллектива, отражающих характер взаимоотношений между его членами в процессе совместной деятельности и общения. Исходя из такого понимания социально-психологического климата, можно назвать его основные функции:

- ✓ *Консолидирующая функция* социально-психологического климата в педагогическом коллективе заключается в сплочении его членов, в объединении коллективных усилий на решение учебно-воспитательных задач.
- ✓ *Стимулирующая функция* состоит в создании "эмоциональных потенциалов" коллектива (А.Н.Лутошкин), его жизненной энергии, которая затем реализуется в педагогической деятельности. Стабилизирующая функция обеспечивает устойчивость внутриколлективных отношений, создает необходимые предпосылки для успешного вхождения в коллектив новых педагогов.
- ✓ *Регулирующая функция* проявляется в утверждении норм взаимоотношений, прогрессивно-этической оценке поведения членов коллектива.

Характеристики благоприятного психологического климата в педагогическом коллективе:

- ✓ удовлетворенность членов коллектива своим пребыванием в коллективе, процессом и результатами труда;
- ✓ признание авторитета руководителей, совмещающих признаки формальных и неформальных лидеров;
- ✓ жизнеутверждающее настроение в коллективе;
- ✓ высокая степень участия членов коллектива в управлении и самоуправлении коллективом;
- ✓ сплоченность и организованность членов коллектива;
- ✓ сознательная дисциплина;
- ✓ продуктивность работы;
- ✓ низкая текучесть кадров.

Раздел 3. Цели, задачи и направления деятельности

3.1. Цели программы:

1. Формировать новую идеологию, утверждающую приоритетность охраны и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса в детском саду.
2. Создать оптимальные социально-педагогические, психологические и здоровьесберегающие условия развития личности воспитанника в условиях детского сада.
3. Обеспечить охрану жизни и здоровья воспитанников, гарантии их законных прав на безопасные условия образовательно-воспитательного процесса.

3.2. Задачи программы:

1. Формировать у участников образовательного процесса ответственное отношение и устойчивую мотивацию к ведению здорового образа жизни; знания, умения и навыки сохранения здоровья.
2. Создать систему работы с участниками образовательного процесса, направленную на укрепление и формирование физического, психологического и социального здоровья.
3. Осуществлять взаимодействие администрации детского сада и органов власти, учреждений системы образования, здравоохранения и социальной защиты, общественных объединений в решении проблем сохранения, укрепления и профилактики нарушений здоровья воспитанников.
4. Осуществить повышение квалификации профессиональной компетентности кадров по вопросам здоровьесбережения.
5. Создать образовательную среду, способствующую сохранению и развитию здоровья, формированию здорового образа жизни;

6. Совершенствовать материально-техническую базу детского сада (оздоровительное, диагностическое, физкультурно-спортивное оборудование).
7. Обеспечить выполнение законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада
8. Систематически проводить профилактические мероприятия по снижению заболеваемости в детском саду.
9. Создать условия для полноценного сбалансированного питания детей.
10. Соблюдать валеологические требования при организации и проведении образовательного процесса.

3.3. Направления деятельности:

3.3.1. Медицинское сопровождение.

Лечебно-профилактическое направление.

А) Соблюдение правил СанПиН:

- проветривание помещения, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
- влажная уборка групповых помещений – 2 раза в день;
- сушка постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял) - 1 раз в год;
- чистка ковровых изделий (летом - стирка, зимой - чистка снегом) - 2 раза в год;
- своевременный (до начала цветения) покос газонов и участков;
- соблюдение правил применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
- строгое соблюдение санэпидрежима во время карантинных мероприятий.

Б) Оказание медицинской помощи и охрана здоровья:

- ✓ оказание воспитанникам первичной медико-санитарной помощи в экстренной и неотложной форме, в том числе при внезапных острых заболеваниях, состояниях, обострении хронических заболеваний, а также профилактики заболеваний;
- ✓ при наличии показаний врач-педиатр и/или медицинская сестра направляет детей в медицинскую организацию;
- ✓ организация охраны здоровья воспитанников в период нахождения в детском саду;
- ✓ участие в контроле за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации образовательного процесса, в том числе питания и физического развития;
- ✓ организация и проведение работы по иммунопрофилактике;

- ✓ организация и проведение противоэпидемических и профилактических мероприятий по предупреждению распространения инфекционных и паразитарных заболеваний;
- ✓ организация и проведение ежегодных медицинских осмотров воспитанников в возрасте 7 лет перед выпуском в школу;
- ✓ предоставление безвозмездно медицинской организации помещения для проведения медицинских осмотров и диспансеризации, соответствующего условиям и требованиям;
- ✓ подготовка предложений по медико-психологической адаптации детей к детскому саду, образовательному процессу, а также по коррекции нарушений адаптации;
- ✓ работа по формированию групп детей повышенного медико-социального и биологического риска формирования расстройств здоровья для оптимальной организации образовательного процесса, оказания медицинской помощи, в том числе коррекции нарушений здоровья и развития;
- ✓ подготовка предложений и внедрение конкретных медико-социальных и психологических технологий сохранения, укрепления и восстановления здоровья несовершеннолетних в условиях детского сада;
- ✓ методическое обеспечение, совместно с психологом и педагогами детского сада, работы по формированию у детей устойчивых стереотипов здорового образа жизни и поведения, не сопряженного с риском для здоровья;
- ✓ организацию в условиях детского сада работы по коррекции нарушений здоровья детей, снижающих возможности их социальной адаптации;
- ✓ участие в гигиеническом контроле средств обучения и воспитания и их использования в образовательном процессе;
- ✓ проведение санитарно-гигиенической просветительной работы среди родителей (законных представителей) и педагогов по вопросам профилактики заболеваний детей и формированию здорового образа жизни.

В детском саду работает врач-педиатр и две медицинские сестры. Есть медицинский блок, который состоит из медицинского, процедурного кабинетов и изолятора, соответствующие установленным санитарно-эпидемиологическим нормам и правилам, установленным требованиям для осуществления медицинской деятельности. Помещение медицинского блока оснащено мебелью, оргтехникой и медицинскими изделиями согласно стандарту оснащения (Приложение к Приказу Министерства здравоохранения РФ от 5 ноября 2013 г. № 822 н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях").

Необходимым предварительным условием медицинского вмешательства является дача информированного добровольного согласия законного представителя ребёнка на медицинское вмешательство с соблюдением требований, установленных статьей 20 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".

Образовательная организация информирует родителей (законных представителей) воспитанников о проведении с их детьми медицинских

осмотров и процедур и оформляет информированные добровольные согласия на медицинское вмешательство или их отказов от медицинского вмешательства в отношении определенных видов медицинского вмешательства.

При оказании медицинской помощи ребёнку по экстренным показаниям для устранения угрозы жизни без согласия родителей (законных представителей), согласно пункту 1 части 9 статьи 20 Федерального закона, медицинский работник информирует его родителей (законных представителей) об оказанной медицинской помощи.

В) Проведение профилактически-оздоровительной работы с детьми:

Оздоровительные мероприятия.

Ведущими научно-обоснованными оздоровительными методами являются:

- ✓ контрастные температурные воздействия (контрастно-воздушные и воздушные ванны);
- ✓ босохождение;
- ✓ циклические упражнения в облегченной, не стесняющей движений одежде, на занятиях и прогулках;
- ✓ дыхательная гимнастика;
- ✓ упражнения для профилактики близорукости, плоскостопия, нарушения осанки;
- ✓ самомассаж.

Комплекс дыхательных упражнений см. в *Приложении № 2*

Комплекс упражнений для самомассажа см. в *Приложении № 3*

Комплекс упражнений для профилактики близорукости см. в *Приложении № 4*

Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки см. в *Приложении № 5*

Взаимосвязь со специалистами детской поликлиники.

Для сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду поддерживается постоянная связь врачами узкой специализации детской поликлиники. По результатам мониторинга, по назначению участковых педиатров и врачей узкой специализации, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия.

3.3.2. Психолого-педагогическое сопровождение

Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия.

Психическое здоровье детей обуславливается их полноценным психическим развитием, которое, в свою очередь, предполагает развитие базовых психических процессов дошкольников – восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления, речи.

Эта задача решается через реализацию образовательной программы детского сада:

- ✓ фронтальные занятия с воспитанниками по основной образовательной и/или адаптированным программам;
- ✓ создание полноценной предметно-пространственной среды в группах;
- ✓ организация игровой деятельности детей;
- ✓ создание специальных условий при возникновении у ребёнка трудностей в освоении основной образовательной программы.

Профилактика эмоционального благополучия детей осуществляется в двух основных направлениях:

- ✓ обеспечение более благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей,
- ✓ создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе.

Более благоприятное течение периода адаптации вновь прибывших детей обеспечивается через комплекс психолого-педагогических мероприятий:

- ✓ анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- ✓ ведение воспитателями адаптационных листов наблюдений за каждым ребенком;
- ✓ гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- ✓ постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- ✓ использование специальных педагогических приемов (знакомство ребенка с жизнью в детском саду при помощи адаптационного альбома, организация фотовыставки «Моя семья», введение в групповую предметную среду любимых домашних игрушек детей и др.);
- ✓ создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон;
- ✓ психолого-педагогическое просвещение родителей (групповые, индивидуальные и стендовые консультации);
- ✓ проведение психолого-медико-педагогических консилиумов по адаптации детей.

Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- ✓ диагностика эмоционального благополучия детей через наблюдение, анализ продуктивных видов деятельности детей, использование проективных методик;
- ✓ индивидуальные консультации психолога с воспитателями и родителями;
- ✓ индивидуальные беседы психолога с воспитанниками;
- ✓ обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- ✓ подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;
- ✓ обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки);
- ✓ организация «уголков психологической разгрузки» (зон уединения детей) в группах;
- ✓ создание ситуации успеха для каждого ребенка на занятиях и в свободной деятельности;
- ✓ формирование культуры общения детей;
- ✓ проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;

Обучение детей приемам релаксации.

Необходимость обучения детей приемам релаксации обусловлена тем, что большинству детей свойственно нарушение равновесия между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность, двигательное беспокойство. Любые, даже незначительные стрессовые ситуации перегружают их слабую нервную систему. Мышечная и эмоциональная раскованность - важное условие для становления естественной речи и правильных телодвижений. Детям нужно дать почувствовать, что мышечное напряжение по их воле может смениться приятным расслаблением и спокойствием. Установлено, что эмоциональное возбуждение ослабевает, если мышцы в достаточной степени расслаблены. Метод релаксации, по заключению специалистов, является физиологически безопасным и не дает негативных последствий.

Примеры релаксационных упражнений см. в *Приложении № 6*

3.3.3. Физкультурно-оздоровительная работа.

Забота о здоровье детей в детском саду складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Активная двигательная деятельность способствует:

- ✓ повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды;
- ✓ совершенствованию реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям;
- ✓ повышению физической работоспособности;
- ✓ нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможной коррекции врождённых или приобретённых дефектов физического развития;
- ✓ повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья.

Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закалывающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
4. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
5. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов.
6. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации двигательной активности в ДОУ:

- ✓ Занятия ФИЗО в зале и на улице: традиционные, игровые, соревновательные, с элементами коррекционной гимнастики и аэробики;
- ✓ Занятия ритмической гимнастикой;
- ✓ Утренняя гимнастика;
- ✓ Гимнастика после сна;
- ✓ Ежедневный комплекс закаливания;

- ✓ Физкультурные досуги, праздники, “Дни здоровья”;
- ✓ Использование «Дорожки здоровья»;
- ✓ Спортивные развлечения;
- ✓ Витаминизация;
- ✓ Занятия коррегирующей гимнастикой для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
- ✓ Совместные занятия детей и родителей;
- ✓ Соблюдение двигательного режима в течение дня: физ.минутки, физ.паузы, подвижные игры, спортивные упражнения, организация самостоятельной двигательной активности.

3.3.4. Воспитательно-образовательная работа

А) Формирование культуры здорового образа жизни

Воспитание у детей культуры здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки к здоровому образу жизни

Согласно формуле здоровья «Здоровье 100%= 10% медицина+ 20% наследственность + 20% окружающая среда +50% образ жизни», здоровье человека преимущественно зависит от его образа жизни. В связи с этим актуально воспитание культуры здоровья уже в дошкольном детстве. Становление валеологической культуры человека обусловлено, прежде всего, процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.

Валеологическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

1. осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
2. знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
3. валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как:

- ✓ режимные моменты;
- ✓ тематические занятия валеологической направленности (1 раз в 2 месяца в младших, средних группах, 1 раз в месяц в старших и подготовительных);
- ✓ физкультурные занятия;
- ✓ закаливающие процедуры после дневного сна;
- ✓ организацию и проведение мероприятий по здоровьесбережению: Дней Здоровья, Здравиад, Весёлых стартов и др.

Формы работы с родителями:

- ✓ тематические родительские собрания;
- ✓ совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения и т. п.);
- ✓ проведение открытых занятий для родителей;
- ✓ консультации специалистов – педиатра, психолога, педагогов и др. (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте учреждения).

Б) Формирование экологического сознания.

Современные дети легко и быстро осваивают компьютер, зачастую - погружаются в виртуальный мир. И порой совсем не знакомы с уникальными возможностями реального мира, мира природы, имеющего богатый потенциал для здоровой, полнокровной жизни в настоящем и являющегося залогом развития в будущем.

Современные дети накапливают большой объём знаний о природе, но, зачастую, не чувствуют её.

Это приводит к тому, что у человека прерывается связь с природой, что негативно сказывается как на состоянии самого человека, так и на состоянии природы. Человек, утрачивая связь с природой, перестаёт черпать из неё силы и вдохновение, что отражается на состоянии физического и психологического здоровья. Не чувствуя природу, перестаёт заботиться о ней, восполнять и поддерживать её ресурсы, бездумно их расходовать; относится к ней потребительски, истощая собственную среду проживания.

Много говорится об экологии, в том числе и об экологии сознания. Можно накопить большой объём знаний о природе и экологии, но это не гарантирует формирование экологического сознания. Сознание формируется через субъективное переживание событий внешнего мира и жизни самого человека.

Важно, чтобы дети вживую соприкасались с природой. Это пробуждает живой интерес к природе, это уже непосредственный контакт с ней, а не виртуальное взаимодействие. Впечатления детства очень глубоки. Воспитанный таким образом ребёнок, вряд ли будет разорять птичьи гнёзда, бездумно вырубать деревья.

Необходимо учить детей взаимодействию с природой, формировать у них экологическое сознание, а в работе со взрослыми – помогать и восстанавливать утраченную связь с природой.

В ходе реализации программы будут созданы экологические экспозиции «Липовая аллея», «Берёзовая роща», «Ель растёт перед дворцом», «Там на неведомых дорожках...» и др. , которые станут простанством для проведения образовательной деятельности, направленной на формирование экологического сознания детей: праздников, экскурсий, занятий.

3.3.5. Психолого-медико-социальная профилактика и поддержание здоровья педагога.

Для реализации своей главной профессиональной цели - воспитание здорового человека - педагог сам должен обладать достаточно высоким уровнем здоровья.

Профессиональное здоровье педагога – способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности педагога во всех условиях профессиональной деятельности.

Проблема профессионального здоровья педагогов в настоящее время настолько значима, что необходимо создание нового направления *психолого-медико-социальной профилактики и поддержание здоровья педагога*.

Существуют две основные группы причин, разрушающих здоровье педагога: мировоззренческая и психическая, причем вторая вытекает из первой.

Мировоззренческие причины:

- ✓ неумение принимать жизнь такой “как она есть”, без критики и протеста;
- ✓ неумение жить в данный момент, считая его самым важным в жизни;
- ✓ неумение найти свое место в жизни, которое позволяло бы получать удовлетворение от факта существования, от своей профессии, от своей работы, и тем самым сохранить свое здоровье;
- ✓ неосознание себя частицей великих исторических процессов, непонимание того, что каждый из нас является своего рода творцом истории;
- ✓ неумение принимать свой социальный статус и достойно пребывать в нем;
- ✓ незнание того, что каждый из нас нужен на своем месте.

Психические причины:

- ✓ неумение противостоять стрессам;
- ✓ отсутствие навыка управления своими эмоциями;
- ✓ частое превышение своих психических возможностей;
- ✓ неумение вырастить в себе и освоить эмоции радости, создать установку на радость от существования вообще;
- ✓ неспособность смеяться над жизненными неудачами.

Для сохранения и поддержания здоровья педагога необходимо:

А) применять лечебно-оздоровительные упражнения:

- упражнения для позвоночника;
- упражнения для осанки;
- упражнения для шейного отдела позвоночника.

Б) следить за своим физическим здоровьем:

- полноценное питание;
- достаточный сон;
- соблюдение правил личной гигиены;
- режим труда и отдыха;
- занятия физической культурой.

В) соблюдать психоэмоциональное равновесие:

- позитивное мышление;
- оптимизм;
- управление эмоциями;
- доброжелательное отношение к людям;
- любовь к себе.

Формы работы с педагогами, направленные на поддержание и укрепление здоровья:

А) физического здоровья:

- ✓ медосмотры;
- ✓ лекции;
- ✓ консультации
- ✓ культурно-досуговые мероприятия: тренировки, соревнования и др.

Б) психологического здоровья:

- ✓ психологические игры;
- ✓ психологические тренинги;
- ✓ консультации.

Раздел 4. Здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии

Здоровьесберегающие образовательные технологии предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья учащихся. Концепция здоровьесберегающей образовательной технологии представляет собой систему взглядов, объединенных фундаментальным замыслом, ведущей идеей и целью.

Здоровьесформирующие образовательные технологии - психолого-педагогические технологии, программы, методы, направленные на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья - создающие безопасные условия пребывания в образовательном учреждении, решающие

задачи рациональной организации образовательного процесса и режима дня (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями).

К конкретным методам, используемым здесь, относятся:

- ✓ диспансеризация детей;
- ✓ профилактические прививки;
- ✓ обеспечение двигательной активности;
- ✓ витаминизация;
- ✓ организация здорового рационального питания (включая диетическое);
- ✓ мероприятия в период заболеваемости респираторно-вирусными инфекциями и гриппом, в основном санитарно-гигиенического плана;
- ✓ динамические паузы во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия;
- ✓ Подвижные и спортивные игры - как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате. Ежедневно для всех возрастных групп.
- ✓ Релаксация - в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.
- ✓ Технологии эстетической направленности - реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др.;
- ✓ Гимнастика пальчиковая - с младшего возраста;
- ✓ Гимнастика для глаз - ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки; с младшего возраста;
- ✓ Гимнастика дыхательная - в различных формах физкультурно-оздоровительной работы;
- ✓ Гимнастика после дневного сна, 5-10 мин.;
- ✓ Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.

2. *Оздоровительные* - технологии, направленные на решение задач укрепления физического здоровья воспитанников, обогащение потенциала (ресурсов) здоровья:

- ✓ физическая подготовка;
- ✓ использование бактерицидной лампы;
- ✓ закаливание;
- ✓ элементы музыкотерапии.

Некоторые методы (фитотерапия, гимнастика) в зависимости от характера и интенсивности воздействия, категории воспитанников может применяться в рамках как здоровьесберегающих технологий, так и в оздоровительных.

3. *Здоровьеформирующие образовательные технологии:*

- ✓ санитарно-гигиеническое воспитание (мытьё рук, правильное питание, уход за зубами, др.);

- ✓ обучение жизненным навыкам (управление эмоциями, разрешение конфликтов и др.)
- ✓ профилактика травматизма;
- ✓ половое воспитание;
- ✓ физкультурное занятие - 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах;
- ✓ самомассаж;
- ✓ точечный самомассаж.

4. Психолого-педагогические здоровьесберегающие технологии:

- ✓ коммуникативные игры;
- ✓ элементы арт-терапии;
- ✓ элементы сказкотерапии;
- ✓ коррекция поведения;
- ✓ психогимнастика.

5. Экологические здоровьесберегающие технологии:

- ✓ Выращивание зеленых растений.
- ✓ Изготовление и размещение кормушек для птиц и животных.
- ✓ Беседы и занятия на экологическую тематику.
- ✓ Исследовательская и проектная деятельность.
- ✓ Соблюдение чистоты в помещениях и на территории детского сада.
- ✓ Создание экологических экспозиций.

Раздел 5. Этапы реализации Программы и план мероприятий

Программа будет реализовываться в 2014 – 2018 г.г. в 3 этапа:

I. Организационно-подготовительный этап (январь-август 2014 г.):

поиск оптимальной структуры управления проектом, создание системы мониторинга.

Нормативно-правовое обеспечение:

- ✓ изучение действующих Федеральных, региональных, муниципальных программ по проблеме сохранения и укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни;
- ✓ разработка локальных актов, необходимых для функционирования программы.

Медицинское сопровождение:

- ✓ разработка медицинских рекомендаций в помощь педагогам по профилактике заболеваний;
- ✓ подбор и изучение специальной литературы;
- ✓ подбор диагностического инструментария для отслеживания физического состояния здоровья;

- ✓ оздоровительно-профилактическая работа.

Психолого-педагогическое сопровождение:

- ✓ подбор и изучение специальной литературы;
- ✓ подбор психологического инструментария выявления детей, имеющих трудности усвоения основной образовательной программы;
- ✓ подбор психологического инструментария для отслеживания уровня эмоционального (профессионального) выгорания сотрудников;

Физкультурно-оздоровительная работа:

- ✓ подбор и изучение специальной литературы;
- ✓ подбор инструментария для отслеживания уровня физического развития воспитанников;

Воспитательно-образовательная работа:

- ✓ подбор и изучение специальной литературы;
- ✓ подбор инструментария для отслеживания эффективности выполнения программы «Здоровье»;
- ✓ ознакомление сотрудников с программой «Здоровье» на собрании трудового коллектива;
- ✓ ознакомление родителей с программой «Здоровье» (на родительских собраниях, на сайте учреждения);
- ✓ создание рабочей группы по реализации программы «Здоровье»;
- ✓ разработка проектов по здоровьесбережению.

Материально-технические условия:

- ✓ планирование расходов имеющихся денежных средств.

II. Основной этап (сентябрь 2014 - май 2018г.):

реализация основных компонентов программы.

Нормативно-правовое обеспечение:

- ✓ изучение изменений в федеральном и региональном законодательстве;
- ✓ корректировка программы «Здоровье».

Медицинское сопровождение:

- ✓ ежегодный проблемно-ориентированный анализ выполнения реализации программы по данному направлению работы;
- ✓ обеспечение текущего медицинского наблюдения за детьми;

Психолого-педагогическое сопровождение:

- ✓ ежегодный проблемно-ориентированный анализ выполнения реализации программы по данному направлению работы;

- ✓ наблюдение за психологическим состоянием детей;
- ✓ проведение практических семинаров для педагогов по актуализации знаний о собственном здоровье;
- ✓ просвещение педагогов и родителей по вопросам формирования мотивации здоровья и поведенческих здорового образа жизни детей и взрослых;
- ✓ проведение психологических игр и тренингов для педагогов.

Физкультурно-оздоровительная работа:

- ✓ ежегодный проблемно-ориентированный анализ выполнения реализации программы по данному направлению работы;
- ✓ мониторинг физического развития детей;
- ✓ проведение физкультурных занятий, в т.ч. на улице;
- ✓ проведение спортивно - оздоровительных мероприятий.

Воспитательно-образовательная работа:

- ✓ ежегодный проблемно-ориентированный анализ выполнения реализации программы по данному направлению работы;
- ✓ использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий на занятиях в образовательном процессе;
- ✓ проведение конкурсов,
- ✓ деятельность рабочей группы по реализации программы «Здоровье»;
- ✓ реализация проектов по здоровьесбережению;
- ✓ оформление в группах и коридорах детского сада «Уголков здоровья»;
- ✓ проведение тематических родительских собраний.

Материально-технические условия:

- ✓ совершенствование оборудования медицинского кабинета;
- ✓ косметические (текущие) ремонты кабинетов, спортивного зала, групп и др.;
- ✓ продолжение работу по эстетическому оформлению детского сада;
- ✓ обновление спортивного инвентаря;
- ✓ приобретение мебели в соответствии с ростом детей;
- ✓ пополнение оборудования спортивной площадки.

III. Итогово-обобщающий этап (июнь 2018 – декабрь 2018г.):

- ✓ подведение итогов реализации программы, анализ результатов: по каждому направлению работы и в целом по программе;
- ✓ подведение итогов деятельности рабочей группы по реализации программы «Здоровье»;
- ✓ подведение итогов реализации проектов по здоровьесбережению;
- ✓ обобщение опыта, систематизация полученного материала;
- ✓ составление итогового отчёта по реализации программы;

- ✓ представление опыта работы на городском и областном уровне: на Сибирской Ярмарке «УЧСИБ- 2016», в СМИ, на семинарах и научно-практических конференциях, самоанализах при аттестации др.
- ✓ участие в профессиональных конкурсах;
- ✓ размещение информации на сайте учреждения.

План мероприятий по реализации программы «Здоровье»

№	Содержание	Срок	Ответственные	Результат
<i>Нормативно-правовое и организационное обеспечение реализации программы</i>				
1.	Обеспечить координацию действий администрации детского сада и органов власти, учреждений системы образования, здравоохранения и социальной защиты, общественных объединений в решении проблем сохранения, укрепления и профилактики нарушений здоровья воспитанников	В течение всего периода	Щербакова Т.А., Буратынская С.С.	
2.	Обеспечить выполнение законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада	В течение всего периода	Щербакова Т.А., Батюк Г.С.	
3.	Создать условия для полноценного сбалансированного питания детей <ul style="list-style-type: none"> • Максимальное разнообразие рациона. • Соответствие энергетической ценности рационов энергозатратам детей. • Обогащение меню натуральными соками, фруктами, свежей зеленью и овощами. • Строгое соблюдение времени и интервалов между кормлением. 	В течение всего периода	Щербакова Т.А., Батюк Г.С.	
4.	Включить в планы работы педагогов проведение профилактических мероприятий по снижению заболеваемости в детском саду	В течение всего периода	Буратынская С.С. Батюк Г.С.	
5.	Составить перечень	Январь	Буратынская С.С.	

	валеологических требований при организации и проведении образовательного процесса и ознакомить с ним сотрудников детского сада	2015г.	Батюк Г.С.	
6.	Подбор и расстановка кадров на группы с учетом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости	В течение всего периода	Щербакова Т.А., Буратынская С.С. Педагог-психолог	
7.	Организовать рациональное распределение нагрузки на детей в течение дня		Буратынская С.С. Батюк Г.С.	
8.	Организация работы, направленной на формирование здорового образа жизни у сотрудников детского сада	До января 2015г.	Щербакова Т.А., Батюк Г.С. Педагог-психолог	
9.	Создание адаптивной образовательной среды для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья и проблемы в развитии	В течение всего периода	Буратынская С.С. Батюк Г.С. Хисамова Г.Е. Шмакова Ю.В.	
10.	Участие в конкурсах программ, проектов, направленных на здоровьесбережение	По плану	Щербакова Т.А., Батюк Г.С. Буратынская С.С.	
11.	Организовать участие сотрудников детского сада и родителей в работе конференций, семинаров разного уровня, круглых столов, деловых игр, педагогических мастерских, выставок по проблемам содержания и технологий обучения, направленных на обмен опытом по повышению уровня физического, психического и духовно-нравственного здоровья развития	По плану	Щербакова Т.А., Буратынская С.С.	
12.	Организовать и провести в рамках августовской конференции секцию для педагогов-психологов по теме «Почему мы болеем?»	Август 2017 г.	Щербакова Т.А., Буратынская С.С. Педагог-психолог	
13.	Организовать участие сотрудников в спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях	По плану	Щербакова Т.А., Ашихмина Т.Н.	
14.	Разработать систему поощрения сотрудников, ведущих здоровый образ жизни и активно его пропагандирующих	До февраля 2015г.	Щербакова Т.А., Буратынская С.С.	
15.	Контроль за выполнением программы	1 раз в год	Щербакова Т.А., Буратынская С.С.	

16.	Размещение информации о ходе и результатах реализации программы на сайте образовательного учреждения	1 раз в год	Буратынская С.С. Покровская Е.А.	
Методическое обеспечение				
17.	Приобретение соответствующей целям и задачам программы научно-методической литературы	В течение всего периода	Буратынская С.С.	
18.	Составление перечня навыков здорового образа жизни	До сентября 2014г.	Буратынская С.С.	
19.	Разработка мониторинга здоровья детей	До мая 2015г.	Батюк Г.С. Педагог-психолог	
20.	Разработка мониторинга эффективности выполнения программы	До мая 2015г.	Щербакова Т.А. Буратынская С.С.	
21.	Разработка рекомендаций для педагогов и родителей по сохранению и укреплению физического и психологического здоровья детей.	Январь 2015г.	Буратынская С.С. Ашихмина Т.Н. Педагог-психолог	
22.	Обучение сотрудников на курсах повышения квалификации и практических семинарах по вопросам здоровьесбережения, проводимых в городе и области	Согласно плану повышения квалификации, плану МБУ ЦРО	Буратынская С.С.	
23.	Проведение практических семинаров, направленных на освоение педагогами навыков и умений реализации здоровьесберегающих технологий в условиях образовательной деятельности по темам: «Здоровьесберегающие технологии - закаливание» «Приёмы арт-терапии в педагогической деятельности»	Согласно годовому плану	Буратынская С.С. Батюк г.С. Педагог-психолог	
24.	Разработка рекомендаций по организации здоровьесберегающей среды	Март 2015	Буратынская С.С. Шмакова Ю.В.	

<i>Медицинское сопровождение</i>				
25.	Использование инструментария для проведения функциональной диагностики здоровья	Ежеквартально	Врач ЛФК Медицинская сестра	
26.	Создание банка данных о физическом здоровье воспитанников	1 раз в год	Врач-педиатр Медицинская сестра	
27.	Разработка «Паспорта здоровья» на каждого ребенка с параметрами физического состояния, значимыми для осуществления учебного процесса	Декабрь 2015	Врач-педиатр Медицинская сестра	
28.	Разработка рекомендаций для педагогов и родителей по сохранению и укреплению физического здоровья детей	В течение всего периода	Медицинская сестра	
29.	Проведение анализа острой инфекционной и соматической заболеваемости воспитанников на совещании при заведующем	Ежеквартально	Медицинская сестра	
30.	Консультирование воспитателей и разработка рекомендаций, направленных на сохранение здоровья каждому ребенку с соматическими и психическими заболеваниями (экраны здоровья)	В течение всего периода	Медицинская сестра	
31.	Осуществление контроля за выполнением натуральных норм расходования продуктов питания, сбалансированности питания	В течение всего периода (ежемесячно)	Медицинская сестра	
32.	Определение уровня адаптации ребенка в условиях детского сада.	по окончании периода адаптации	Врач-педиатр Медицинская сестра	
33.	Проведение профилактических осмотров детей согласно приказу МЗРФ и МОРФ от 30.06.1992г. № 187/272.	По графику 1 раз в год	Бригада узких врачей-специалистов детской поликлиники	
34.	Проведение антропометрии	2 раза в год	Медицинская сестра	
35.	Проведение обследования детей с выявленной патологией после углубленного медосмотра и постановка нуждающихся на	В течение всего периода	Врач-педиатр	

	«Д» учет			
36.	Клинико-лабораторные исследования: -обследование на гельминты	По графику	Медицинская сестра	
37.	Первичная профилактика: - ежедневный осмотр воспитанников; - изоляция больных детей; - контроль за санитарно-гигиеническими условиями; - контроль за организацией образовательного процесса (режим дня, занятия)	В течение всего периода	Медицинская сестра	
38.	Общеукрепляющая терапия: - витамины (С-витаминизация третьих блюд); - поливитамины	В течение всего периода	Медицинская сестра	
39.	Закаливание: - утренняя гимнастика; - обливание рук до локтя; - подвижные игры на свежем воздухе.	В течение всего периода	Медицинская сестра, воспитатели групп	
40.	Обучение детей элементам самомассажа	Согласно плана профилактической работы	Инструктор по ФК, воспитатели	
41.	Санитарно-просветительная работа с детьми: - обучение детей оказанию первой помощи, «Служба 03»; - привитие гигиенических навыков, пропаганда здорового образа жизни, « <i>Это должен знать каждый</i> »	Согласно тематического плана	Инструктор по ФК, воспитатели, муз. руководитель	
42.	<u>Организация питания воспитанников:</u> а) ежедневное меню – раскладка; б) контроль качества приготовления пищи; в) контроль пищевого рациона воспитанников; г) контроль за состоянием фактического питания и анализ качества питания; д) санитарно-гигиеническое состояние пищеблока; е) бракераж готовой продукции; ж) контроль за выполнением натуральных норм.	Ежедневно	Медицинская сестра, бракеражная комиссия	
43.	Контроль санитарного состояния пищеблока и соблюдения личной гигиены его работников	Ежедневно	Медицинская сестра	

Психолого-педагогическое сопровождение

44.	Подбор диагностического инструментария для проведения диагностики психологического здоровья детей	Февраль 2015	Педагог-психолог	
45.	Создание банка данных о детях «группы риска»	1 раз в год	Педагог-психолог	
46.	Разработка рекомендаций для педагогов и родителей по сохранению и укреплению психологического здоровья детей	Март 2015	Педагог-психолог	
47.	Изучение особенностей психологической адаптации ребенка к условиям детского сада	По окончании периода адаптации	Педагог-психолог	

Физкультурно-оздоровительная работа

48.	Подбор диагностического инструментария для отслеживания физического развития воспитанников		Инструктор по ФК Старший воспитатель	
49.	Создание банка данных о физическом развитии воспитанников	Сентябрь	Инструктор по ФК	
50.	Обновление содержания программ физического воспитания с учётом необходимости развития навыков саморегуляции	Сентябрь 2014	Старший воспитатель Инструктор по ФК	
51.	Изучение медицинских карт детей, распределение их по подгруппам здоровья	Август, декабрь	Медицинская сестра Старший воспитатель	
52.	Оценка эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий	Август	Медицинская сестра Старший воспитатель Инструктор по ФК Воспитатели	
53.	Составление экранов здоровья и подбор рекомендаций по диагнозам	Август	Медицинская сестра, старший воспитатель Инструктор по ФК Воспитатели	

54.	Использование воздушных ванн: - гимнастика и подвижные игры в облегчённой одежде;	В течение всего периода	Медицинская сестра Воспитатели	
55.	Использование солнечных ванн: - пребывание детей на солнце в трусах и панاماх, в процессе игр малой подвижности, а также игр с водой и песком;	Летний период	Медицинская сестра Воспитатели	
56.	Закаливание водой: - дидактическое упражнение для умывания «Водичка, водичка» - дидактическое упражнение для полоскания горла прохладной водой «Хочешь знать, как гусь гогочет»	В течение всего периода	Медицинская сестра Воспитатели	
57.	Использование босохождения: - комплекс упражнений «Топ, топ – наши ножки»	В течение всего периода	Медицинская сестра Воспитатели	
58.	Выработка правильной осанки: - дидактические упражнения «Позвони в колокольчик», «Сорви листок», «Дотянись до шарика» Использование тренажера «Пять волшебных точек»	В течение всего периода	Медицинская сестра Воспитатели	
59.	Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение дня	В течение всего периода	Медицинская сестра Инструктор по ФК Воспитатели	
Воспитательно-образовательная работа				
60.	Подбор и составление образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и навыков здорового образа жизни для каждой возрастной группы воспитанников	2015-2016г.	Старший воспитатель Воспитатели	
61.	Оформление уголков здоровья в группах детского сада	1 раз в 2 месяца	Медицинская сестра Воспитатели	
62.	Оформление уголков здоровья в холлах детского сада	1 раз в квартал	Медицинская сестра	
63.	Изготовление картотеки «Подвижные игры»		Воспитатели групп	
64.	Конкурс детских рисунков «Будь здоров»	Апрель 2015г.	Воспитатель по ИЗО	
65.	Деловая игра для родителей «Формула здоровья»	Март 2016	Инструктор по ФК	

			Старшая медсестра	
66.	Творческая мастерская для родителей «Будем здоровы!» (обмен опытом по организации здорового образа жизни)	С сентября 2015г.	Старший воспитатель	
67.	Семейный клуб «Вместе с мамой, вместе с папой»	В течение всего периода	Инструктор по ФК Воспитатели	
<i>Укрепление материально-технической базы</i>				
68.	Оформление коррекционной стенки	Сентябрь 2014	Медсестра ЛФК	
69.	Гимнастические палки, стопоходы для проведения корригирующей гимнастики	По мере поступления средств	Медсестра ЛФК	
70.	Медицинские весы для взвешивания детей	По мере поступления средств	Старшая медсестра	
71.	Бактерицидный облучатель (<i>передвижной, стационарный</i>)	По мере поступления средств		
72.	Обновление выносного инвентаря для прогулок	Июнь	Старший воспитатель	
73.	Пополнение и обновление физкультурных уголков в группах	Ноябрь 2015	Воспитатели групп	
74.	Круги в бассейн	2015	Инструктор по ФК	
<i>Психолого-медико-социальная профилактика и поддержание здоровья педагога</i>				
75.	Медицинский осмотр	Ежегодно	Старшая медсестра	
76.	Постоянно действующий семинар «Формула успеха»	В течение всего периода	Педагог-психолог	
77.	Консультирование педагогов	В течение всего периода	Педагог-психолог	

Раздел 6. Ожидаемые результаты, критерии достижения и инструментарий их оценки.

Ожидаемые результаты	Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:	Инструментарий	Форма предоставления результата
1.Повышение ответственности участников образовательного процесса за состояние собственного здоровья и здоровья воспитанников детского сада.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Меньшее количество замечаний в ходе контроля; ✓ Снижение уровня заболеваемости детей; ✓ Отсутствие случаев травматизма, отравлений, физического и психологического насилия и пр. 	Анкетирование	Справка по результатам контроля
2.Сформированность у участников образовательного процесса навыков здорового образа жизни.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Увеличение количества спортивно-оздоровительных мероприятий ✓ Увеличение количества участников образовательного процесса в спортивно-оздоровительных мероприятиях ✓ Расширение спектра услуг, в т.ч. с привлечением других организаций ✓ Количество проведённых собраний для родителей, посвящённых вопросам здоровьесбережения 	Анкетирование, наблюдение	План, общий отчёт
3. Участие родителей в подготовке и проведении спортивно-оздоровительных мероприятий;	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Увеличение количества оздоровительных мероприятий, подготовленных и проведённых совместно с родителями ✓ Увеличение количества родителей, принявших участие в совместных оздоровительных мероприятиях ✓ Увеличение количества детей, педагогов и родителей, занимающихся различными видами спорта и оздоровительными процедурами; 	Анкетирование	Отчёты
4.Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Количество проводимых мониторингов; ✓ Их результативность . 		Аналитические справки по результатам проведённых

воспитанников детского сада;			мониторингов
5. Использование здоровьесберегающих технологий при организации образовательного процесса;	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Количество используемых технологий; ✓ Их результативность 		Информация в итоговых отчётах
6. Наличие в образовательном учреждении разработок, направленных на формирование культуры здоровья и здорового образа жизни, формирования физического, психологического и социального здоровья;	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Количество разработок; ✓ Эффективность их использования 		Информация в итоговых отчётах, размещение материалов на сайте учреждения
7. Повышение профессиональной компетентности кадров по вопросам здоровьесбережения и формирования культуры здоровья и здорового образа жизни;	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Количество человек, прошедших курсы повышения квалификации, семинары по вопросам здоровьесбережения ✓ Количество проведённых в учреждении семинаров, практических занятий, др. по вопросам здоровьесбережения 		Сертификаты, удостоверения Протоколы, журнал учёта проведённой работы, в общем отчёте о деятельности учреждения
8. Повышение качества образовательных услуг	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Повышение качества освоения основной образовательной программы по образовательной области «Физическое развитие»; ✓ Стабилизация показателей физического и психологического (психического) здоровья детей по показателям: <ul style="list-style-type: none"> • Уровень физического здоровья (посещаемость детского сада, параметры физического развития); • Уровень физического развития воспитанников; • Уровень психического развития (познавательная и эмоционально-волевая сфера); • Уровень готовности детей к усвоению школьной программы. 	Фронтальные и тематические проверки, диагностические обследования, наблюдение	Аналитические справки по результатам проводимых мониторингов, диагностических обследований

9.Наличие комфортного социально-психологического микроклимата в учреждении.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Степень удовлетворённости родителей: <ul style="list-style-type: none"> - социально-психологическим климатом в детском саду - оказанием образовательных услуг; ✓ Степень удовлетворённости сотрудников социально-психологическим климатом в учреждении. 	Анкетирование родителей, педагогов; отзывы по Дням открытых дверей	Аналитические справки
10.Совершенствование материально-технической базы детского сада	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Степень удовлетворённости родителей материально-технической базой учреждения ✓ Соответствие современным требованиям. 	Анкетирование родителей	Плановый отчёт
11.Обеспечение детей полноценным сбалансированным питанием	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Степень удовлетворённости родителей питанием в ДОУ. ✓ Соответствие установленным нормам сбалансированного питания 	Анкетирование родителей Проверка бракеражной комиссии	Плановый отчёт Акты проверки БК

Раздел 7. Система контроля за выполнением Программы

7.1. Административный контроль за:

- выполнением законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада;
- обеспечением полноценного сбалансированного питания детей;
- материально-техническим оснащением оздоровительного процесса в детском саду;
- соблюдением режима физических нагрузок с учётом их возрастных и индивидуальных возможностей;
- организацией двигательной активности на физкультурных занятиях;
- организацией и проведением закаливающих мероприятий;
- соблюдением санитарно-гигиенических условий осуществления образовательного процесса;
- соблюдением правил личной гигиены детьми и работниками детского сада;
- соблюдением обслуживающим и технически персоналом санитарно-эпидемиологического режима;
- реализацией направлений деятельности программы;
- соблюдением валеологических требований при организации и проведении образовательного процесса;
- ведением работниками детского сада установленной документации в пределах своих полномочий.

Формы административного контроля:

- ✓ заслушивание и изучение отчетов ответственных лиц;
- ✓ проверка рабочей документации и материалов (планы, разработки занятий и мероприятий, справки, отчёты, др.);
- ✓ посещение занятий и мероприятий.

План контроля.

№	Содержание контроля	Форма контроля	Срок	Ответственный за проведение контроля	Документ о проведении контроля
1.	Выполнение законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада	Анализ документации	Ежегодно	Щербакова Т.А.	Акт о проведении контроля
2.	Обеспечение полноценного сбалансированного питания детей		2 раза в год	Щербакова Т.А.	Журнал контроля
3.	Проверка планов работы педагогов: наличие профилактических мероприятий по снижению заболеваемости в детском саду	Изучение планов педагогов	2 раза в год	Буратынская С.С.	Справка
4.	Наличие перечня валеологических требований при организации и проведении образовательного процесса	Проверка на наличие документа	Сентябрь 2015	Щербакова Т.А.	Отчёт
5.	Соблюдение педагогами валеологических требований при проведении образовательного процесса	Посещение режимных моментов	1 раз в год	Буратынская С.С.	Справка
6.	Организация рационального распределения нагрузки на детей в течение дня	Проверка режима дня Сетки занятий Посещение занятий и других режимных моментов	1 раз в год	Щербакова Т.А. Буратынская С.С.	Карта контроля
7.	Создание адаптивной образовательной среды для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья и проблемы в	Проверка состояния среды	Январь 2015	Щербакова Т.А.	Справка

	развитии				
8.	Разработка мониторинга здоровья детей	Изучение документа	Сентябрь 2014	Щербакова Т.А.	Журнал контроля
9.	Разработка мониторинга эффективности выполнения программы	Изучение документа	Сентябрь 2014	Щербакова Т.А.	Справка
10.	Проведение мониторинга здоровья детей	Анализ состояния мониторинга	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Отчёт
11.	Проведение мониторинга эффективности выполнения программы	Анализ состояния мониторинга	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Отчёт
12.	Подбор, составление и обновление образовательных программ с учётом здоровьесбережения воспитанников	Изучение программ	Сентябрь 2014	Щербакова Т.А.	Справка
13.	Разработка рекомендаций для педагогов и родителей по сохранению и укреплению физического и психологического здоровья детей, организации здоровьесберегающей среды	Анализ разработанных рекомендаций	2014-2015	Щербакова Т.А.	Справка
14.	Осуществление и качество проведения медицинского сопровождения	Изучение документации	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Справка
15.	Организация и качество проведения психолого-педагогического сопровождения	Изучение документации	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Справка
16.	Организация и качество проведения физкультурно-оздоровительной работы	Изучение документации	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Справка
17.	Организация и качество проведения воспитательно-образовательной работы	Изучение документации	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Справка
18.	Размещение информации о ходе и результатах реализации программы на сайте образовательного учреждения	Изучение информации на сайте	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Отчёт
19.	Укрепление материально-технической базы	Анализ планов и отчётной документации	1 раз в год	Щербакова Т.А.	Отчёт

7.2. Мониторинг:

Оценивается:

- ✓ факторы риска;
- ✓ здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения
- ✓ рациональная организация образовательного процесса.
- ✓ организация физкультурно-оздоровительной работы:
- ✓ просветительско-воспитательная работа с родителями, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.
- ✓ организация системы просветительской и методической работы с сотрудниками.
- ✓ профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников и сотрудников;
- ✓ состояние социально-психологического микроклимата в учреждении.

Схема мониторинга здоровьесберегающей деятельности.

I БЛОК – здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения.

- состояние и содержание зданий и помещений детского сада;
- оснащенность физкультурного зала, спортплощадок;
- оснащенность медицинского кабинета;
- оснащенность пищеблока;
- организация питания;
- освещённость;
- необходимый состав специалистов.

II БЛОК - рациональная организация образовательного процесса.

- соблюдение гигиенических норм и требований организации образовательного процесса;
- адекватность использования методов и методик в образовательном процессе;
- соблюдение требований к использованию технических средств при организации образовательного процесса;
- рациональная организация занятий физической культуры;
- реализация индивидуального подхода.

III БЛОК - организация физкультурно-оздоровительной работы:

- полноценная работа с детьми всех групп здоровья;
- организация занятий по ЛФК;
- проведение динамических пауз на занятиях;
- регулярное проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

IV БЛОК - просветительско-воспитательная работа с родителями, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

- проведение лекций, бесед, консультаций;
- проведение «Дней здоровья», конкурсов, праздников и т. п.
- привлечение педагогов и родителей к совместной работе.

V БЛОК - организация системы просветительской и методической работы с сотрудниками.

- приобретение необходимой научно-методической литературы;
- проведение семинаров, тренингов и пр.;
- участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях.

VI БЛОК - профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья:

- использование методов профилактики заболеваний, обозначенных в программе;
- анализ и обсуждение на педсоветах данных о состоянии здоровья детей, доступность сведений для каждого педагога;
- анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами, родителями;
- ведение Индивидуальной карты развития воспитанника (Приложение № ...);
- создание системы комплексной помощи детям проблемами физического и психологического здоровья.

VI БЛОК - состояние психологического микроклимата в учреждении:

- анализ и обсуждение на педсоветах данных о состоянии психологического микроклимата в группах;
- анализ и обсуждение на педсоветах данных об уровне эмоционального (профессионального) выгорания членов коллектива (общие показатели) и состоянии социально-психологического микроклимата в коллективе.

Организация мониторинга.

Мониторинг осуществляет рабочая группа, в состав которой входят:

- ✓ заведующий детского сада;
- ✓ старший воспитатель;
- ✓ воспитатели;
- ✓ инструктор по физическому воспитанию;
- ✓ медицинские работники;
- ✓ педагог-психолог;
- ✓ председатель родительского комитета;
- ✓ заместитель заведующего по АХР.

Задачи членов рабочей группы:

Заведующий детского сада - руководит всей работой по проведению мониторинга; проводит педагогические советы и координационные совещания по всем возникающим проблемам; определяет порядок проведения мониторинга и порядок использования его результатов.

Старший воспитатель - осуществляет подготовительную работу, необходимую для осуществления мониторинга; обеспечивает взаимодействие педагогов, специалистов и родительского комитета; решает оперативные вопросы; в отсутствие заведующего принимает на себя его функции в части осуществления мониторинга; осуществляет планирование и контроль всех мероприятий, связанных с проведением мониторинга.

Инструктор по физическому воспитанию - проводит тестирование двигательной подготовленности воспитанников; предоставляет заведующему детского сада качественную и количественную информацию об организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.

Медицинские работники - предоставляет необходимую качественную и количественную информацию о состоянии здоровья воспитанников заведующему детского сада; обеспечивает надежность, достоверность и конфиденциальность сведений, извлекаемых из индивидуальных медицинских карт.

Педагог-психолог - участвует в работе в соответствии со своим профилем, предоставляет необходимую информацию заведующему детского сада, координатору мониторинга, воспитателям.

Председатель родительского комитета детского сада - оказывает необходимую помощь в организации мониторинга на всех его этапах.

Заместитель заведующего по АХР - предоставляет заведующему всю необходимую информацию о материально-технических условиях для проведения мониторинга.