|  |  |
| --- | --- |
| ***Наименование*** |  **«За здоровьем в детский сад»**  |
| ***Программы*** | МКДОУ «Детский сад №3 «Ромашка» |
| ***Разработчики Программы*** | Старший воспитатель Омаева Галина КеримуллаховнаВоспитатель Магомедова Халисат Махмудовна |
| ***Исполнители Программы*** | Педагогический коллектив ДОУ |
| ***Направленность программы*** | Программа **«За здоровьем в детский сад»** – комплексная система воспитания и оздоровления дошкольников от 2 до 7 лет. Основное содержание работы с детьми по программе строится по нескольким направлениям:1. Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста » возраст детей 2-7 лет (авторН.Н.Авдеева)
2. Программа «Физическая культура в детском саду» возраст детей 2-7 лет (автор Л.И.Пензулаева)
3. Оздоровительная гимнастика (автор Л.И. Пензулаева)
4. Долгосрочный проект по сказкотерапии

«В гости к сказкам» возраст детей 5-6 лет (автор П.Е. Кожура)1. Долгосрочный проект «Смехотерапия в детском саду» возраст детей 4-5 лет (автор Ю.Н. Чистякова)
 |
| ***Научно-методические основы разработки Программы*** | При разработке Программы использовались:* положения закона «Об образовании в Российской Федерации »;
* идеи федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования;
* положения приказа  Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования;
* Закон «Об Образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ
* Конвенция ООН «О правах ребёнка», 1989 г
* ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» №124 – ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.)
* "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" СанПиН 2.4.1.3049-13 от 30.07.2013
* Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.
* Устав ДОУ
* Основная образовательная программа дошкольного образования ДОУ
 |
| ***Основные этапы и формы обсуждения и принятия Программы*** | **Первый этап (2018 – 2019гг.)** – организационно-подготовительный этап – поиск оптимальной структуры управления проектом, создание системы мониторинга;**Второй этап (2019 – 2022гг.)** – основной (отработка основных компонентов программы);**Третий этап (2022-2023гг.)** – итогово-обобщающий (анализ и синтез результатов, обобщение опыта, оценка и прогнозирование перспектив здоровьесбережения воспитанников в условиях детского сада). |
| ***Кем принята Программа*** | Педагогическим советом МКДОУ «Детский сад №3 «Ромашка»  |
| ***Кем утверждена Программа*** |  Заведующим МКДОУ «Детский сад №3 «Ромашка» Баговдиновой З. Г. |
| ***Цель******Программы*** |  Создание оптимальных социально-педагогических, психологических и здоровьесберегающих условий развития и функционирования личности воспитанника в условиях детского сада. |
| ***Задачи******Программы*** | 1. Создание комфортного микроклимата, в детском коллективе, в ДОУ в целом;
2. Создание образовательной группового и уличного пространства, предполагающую формирование у детей привычки здорового образа жизни и безопасного поведения;
3. Повышение физкультурно-оздоровительной грамотности педагогов и родителей;
4. Сохранение и укрепление здоровья детей;
5. Повышение профессиональной компетентности педагогов детского сада по внедрению современных здоровьесберегающих технологий.
6. Систематизировать работу по здоровьесбережению
7. Наладить взаимосвязи между специалистами, реализующими здоровьесберегающую деятельность (педагоги, медицинские работники, психолог и др.);
 |
| ***Ожидаемые результаты Программы*** | 1. Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;2. Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;3.  Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду. 4.  Создание современной предметно-развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;5. Снижение уровня заболеваемости детей.6. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)7. Сформированность у детей основ безопасности8. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы. |
| ***Срок действия Программы*** | 2018-2023 г. |
| ***Система организации контроля за выполнением программы*** | Постоянный контроль выполнения программы осуществляет администрация МКДОУ «Детский сад №3 «Ромашка»  |

*Н.М. Амосова: «Если нельзя вырастить ребёнка,*

 *чтобы он не болел, то, во всяком случае,*

 *поддерживать у него высокий уровень здоровья вполне возможно».*

**Пояснительная записка**

Современная жизнь ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области. В личностно-ориентированном образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта – наиболее ценного для его развития. Ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром.

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, ведущим фактором благоприятного развития является забота о жизни и здоровье человека, создании комфортных условий жизни, соответствующих гигиеническим и медико-педагогическим рекомендациям, в том числе формированию основ культуры здоровья и формированию основ безопасности у дошкольников.

В дошкольном возрасте формируется и закладывается фундамент физического и психического здоровья. В первые семь лет своей жизни человек проходит уникальный по своему объёму и значению путь развития, который уже не повторится на протяжении всей оставшейся жизни.

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья ребенка. Поэтому, взрослый человек, на которого возложена обязанность по воспитанию ребенка, должен привить ему ценностное отношение к собственному здоровью, научить отказываться от всего вредного для организма и, главное, прививать чувство ответственности за свое здоровье. Эти задачи в дошкольной организации должны и могут решаться путем разработки и реализации программы по здоровьесбережению. Успешность ее выполнения зависит от системного подхода к решению указанной проблемы, который использует в своей работе учреждение.

 Проблему формирования здоровья в современных условиях следует рассматривать как проблему комплексного подхода к воспитанию детей. В дошкольной организации комплексный подход решается через системное использование методов, приемов, технологий, организации здоровьесберегающей среды, в которой ребёнок не объект педагогического воздействия, а несформировавшаяся личность, оберегаемая взрослыми.

Выбор здоровьесберегающих технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения, профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей. Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

В Приказе Министерства образования науки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 N 1155– одной из пяти образовательных областей является образовательная область, содержание которой направлено на достижение целей **з**доровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

* сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
* воспитание культурно-гигиенических навыков;
* формирование представлений о здоровом образе жизни.

Актуальность программы «За здоровьем в детский сад»обусловлена созданием в ДОУ эффективной здоровьесберегающей, педагогической системы, которая позволит своевременно если не преодолеть нарушения состояния здоровья и развития ребёнка, то хотя бы сохранить его.

Применение в работе ДОУ программы «За здоровьем в детский сад»повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ребенку; формирует положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей воспитанников.

**НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**

Одним из важных компонентов национального богатства любого общества является здоровье нации. Поэтому важность сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения имеет большую значимость для творческой, активной, трудовой деятельности личности.

Значимость по сохранению здоровья детей в настоящий момент отражена во многих документах международного и отечественного уровня. Так, статья 6 Конвенции о правах ребенка указывает, что каждый ребенок имеет право на жизнь и здоровое развитие. Следовательно,особое внимание должно уделяться сохранению и укреплению здоровья населения, увеличению продолжительности активной жизни, созданию условий и формированию мотивации по внедрению элементов здорового образа жизни в повседневную жизнь для поддержания здоровья на должном уровне.

 Закон об образовании РФ в ст.41 определяет основные направления в деле сохранения и укрепления здоровья обучающихся, а также формирования потребности в здоровом образе жизни: «1. Охрана здоровья обучающихся включает в себя: определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул; пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда; организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом».

Мы согласны с мнением Гаврючиной Л.В., что «дошкольное учреждение, как первое звено непрерывного валеологического образования, предполагает выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса». А для его построения необходимо основываться на таких общепедагогических принципах как научность, доступность, непрерывность и практическая целеустремленность, гуманизация, динамичность и открытость.

Для того чтобы выявить проблемы по созданиюздоровьесберегающей среды в ДОУ, мы рассмотрели ряд понятий и условий, связанных с указанным вопросом. По определению, которое даёт Т.В. Климова, здоровьесберегающая среда по отношению к детям дошкольного возраста включает в себя как комплексное пространство социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, экологических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную, морально-нравственную и бытовую среду в семье и детском саду.

В это пространство включается всё, с чем сталкиваются дети дошкольного возраста в течение дня: окружающая среда, взаимоотношения с родителями и сверстниками, образовательный процесс и деятельность в свободное время.

Для успешного внедрения и функционирования здоровьесберегающей среды в ДОУ необходимо соблюдение ряда требований. В первую очередь необходима оптимизация санитарногигиенических условий и рациональная организация образовательной деятельности и режима учебной нагрузки. Для этого необходимо грамотное и планомерное использование здоровьесберегающих образовательных технологий.

Проанализировав различные теоретические данные, а также практические исследования педагогов дошкольных образовательных учреждений мы выделили несколько основных проблем создания здоровьесберегающей среды в ДОУ. Как известно, ФГОС дошкольного образования выделяет одну из главных задач сохранение и укрепление здоровья детей. Согласно ФГОС, воспитатель в своей работе должен применять различные технологии здоровьесбережения в ДОУ.

При проведении анализа публикаций из опыта работы педагогов-практиков нами выявлен недостаточный уровень использования здоровьесберегающих технологий в педагогической деятельности. Это, своего рода, показатель слабой подготовки воспитателей в области современных требований к здоровьесберегающей среде.

Поэтому, старшим воспитателем Никулиной Н.В. составлен план на 2019 – 2024гг. по повышению квалификации педагогического персонала, как в рамках методических мероприятий, так и в самообразовательной деятельности.

 Кроме того, творческая группа детского сада проработала нормативные документы, разработала планирование образовательной деятельности ДОУ и среды по здоровьесбергающему направлению, которые соответствовали бы современным научным представлениям, ожиданиям родителей, представлениям общества в целом.

 Основываясь на проведённых Н.В. Третьяковой исследованиях здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций, мы обозначили определенные трудности, с которыми при реализации программы может столкнуться детский сад, это:

* нехватка квалифицированных кадров;
* отсутствие системности в работе, ее низкая координация, а также недостаточные контроль и анализ;
* отсутствие взаимосвязи между специалистами, реализующими здоровьесберегающую деятельность (педагоги, медицинские работники, психологи и др.);
* недостаточный уровень компетентности специалистов;
* необходимость специализированного обучения по вопросамздоровьесбережения;
* низкий уровень заинтересованности сотрудников учреждения;

Проанализировав трудности мы выстроили ряд задач, которые запланировали выполнить в 2019-2024 году.

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Программно-методическое обеспечение базируется на примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой. М.А.Васильевой (ФГОС ДО). Физическое развитие детей в детском саду осуществляется на основе методических рекомендаций к общеобразовательной программе «От рождения до школы» и оздоровительной гимнастики Л.И. Пензулаевой.

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом дошкольного образовательного учреждения. В основе данного планирования лежит программа Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста».

**Основные направления Программы «За здоровьем в детский сад»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Направления программы** |  |
| 1. Организационное | * Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий.
* Разработка и внедрение Программы по здоровьесбережению в образовательный процесс.
* Создание в ДОУ организационно-педагогических условий по внедрению Программы по здоровьесбережению.
* Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников.
* Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы по здоровьесбережению.
* Разработка критериев оценки эффективности реализации Программы по здоровьесбережению.
* Наращивание материально-технической базы ДОУ для внедрения и реализации Программы по здоровьесбережению.
* Корректировка Программы по здоровьесбережению на всех этапах реализации.
 |
| 2. Просветительское (образовательное) | * Создание мотивации в ДОУ на выбор здоровых альтернатив жизни.
* Организация пропаганды здорового образа жизни в ДОУ.
* Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни.
* Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни.
* Включение родителей в деятельность ДОУ как значимых участников оздоровительного процесса.
* Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.
 |
| 3. Правовое | * Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы здоровьесбережения: ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья.
 |
| 4. Аналитико-экспертное | * Анализ-экспертиза предлагаемых программ и проектов по ЗОЖ.
* Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации.
* Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей.
* Анализ-экспертиза результатов реализации Программы по здоровьесбережению в динамике.
 |
| 5. Информационно-методическое | * Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы по здоровьесбережению.
* Повышение информационной культуры педагогических работников, обусловленной общими задачами Программы по здоровьесбережению.
* Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДОУ.
* Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни.
* Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы по здоровьесбережению.
* Распространение опыта оздоровительной работы.
 |
| 6. Диагностическое | * Измерение промежуточных результатов реализации Программы по здоровьесбережению.
* Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков.
* Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни.
* Анализ здоровьесберегающей среды в ДОУ.
* Выявление групп детей, требующих внимания специалистов.
 |
| 7. Координационное | * Межведомственное взаимодействие органов образования и здравоохранения – координация деятельности ДОУ по реализации Программы по здоровьесбережению.
* Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями района.
* Взаимодействие ДОУ с семьёй и социальными институтами детства по вопросам укрепления здоровья детей.
* Использование в оздоровительной работе ДОУ перспективных форм социального партнёрства.
 |

**Модель физкультурно-оздоровительной работы**

На основе вышеуказанных программ нами была разработана модель физкультурно-оздоровительной работы, которая включает в себя работу с детьми, родителями, педагогами и социальными институтами.

**Предметно-пространственная среда**

Для успешной реализации оздоровительных задач наш детский сад имеет физкультурный зал, спортивную площадку на улице, которые соответствуют принципам организации предметно – развивающей среды в ДОУ (содержательно-насыщенной, трансформируемой, вариативной и безопасной). Группы детского сада оснащены физкультурными уголками, которые содержат в себе как традиционные физкультурные оборудования: обручи, скакалки, мячи разных размеров, кегли, игры на развитие меткости; так и не традиционные, изготовленные руками педагогов и родителей.

**Физкультурно-оздоровительная работа с детьми**

В нашем детском саду ведется работа по двигательной деятельности. К которой относятся: утренняя гимнастика; физкультурные занятия; спортивные, подвижные и народные игры; гимнастика после дневного сна; физкультурные досуги, праздники и развлечения; Дни здоровья; каникулы; Олимпиада; прогулки-экскурсии.

Так же в нашем детском саду ведется работа по профилактике сохранения и укрепления здоровья детей, предупреждению и снижению заболеваемости: витаминотерапия; коррекционные занятия по нарушению осанки и плоскостопия; самомассаж глаз по методу Бейтса; коррекционно-развивающие занятия у психолога; фитонцидотерапия (лук,ческнок); ходьба на лыжах; музыкотерапия; пальчиковая гимнастика; элементы дыхательной гимнастики по А. Стрельниковой; релаксация; игрогимнастика.

Так же ведется комплекс мероприятий с использованием естественных факторов природы, которые формируют и совершенствуют функциональные системы организма, направляя их на повышение иммунитета: солнечные ванны (в летний период); ходьба босиком; полоскание полости рта водой комнатной температуры; облегченная одежда детей (в летний период); мытье рук, лица и шеи прохладной водой; мытье ног ( в летний период сон без маек; воздушные ванны.

**Спортивные традиции детского сада**

Физкультурно – оздоровительные мероприятия в нашем детском саду – это физкультурно-спортивные досуги, развлечения, праздники, олимпиады и тематические занятия. Мы их подразделяем на несколько видов:

1.Соответствующие календарным праздникам – это тематические праздники, такие как "День защитника Отечества", «Масленица», «День защиты детей».

2.Воспитывающие стойкий интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям – «Веселые старты», «Олимпийские игры», «Кросс нации для дошкольников», «Зарница», взаимодействие со спортсменами г.Сосногорска, мероприятия по времени году, «ГТО в детском саду».

3.Физкультурно-оздоровительные тематические досуги и праздники, приобщающие к активному здоровому образу жизни и развивающие творческую активность, инициативу, коммуникативные способности – «День здоровья», «Здоровый ребенок – в здоровой семье».

4.Формирующие познавательную активность – дети разгадывают загадки, решают проблемные задачи – это тематические беседы и познавательные занятия с использованием мультимедийных презентаций, например  «Зимние виды спорта», «Что такое ГТО?», «Олимпийские игры».

**Взаимодействие с семьями воспитанников**

1.Познавательное направление – направлено на ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста, формирование у родителей практических навыков воспитания детей (общие и групповые собрания; консультации и индивидуальные беседы; участие родителей в подготовке и проведении праздников, развлечений, досугов; открытые занятия; мастер-классы; семинары – практикумы; открытые занятия)

2.Информационно- аналитическое направление - направлено на выявление интересов,потребностей,запросов  родителей, уровня их педагогической грамотности,установление  эмоционального  контакта между педагогами, родителями и детьми.

3.Наглядно- информационное направление – оформление стендов, папки-передвижки, консультации, тематические папки.

4.Досуговое направление - призвано устанавливать теплые доверительные отношения, эмоциональный контакт между педагогами и родителями, между родителями и детьми.

В нашем детском саду проводятся совместные мероприятия с родителями, как в физкультурном зале, так и на свежем воздухе.

**План мероприятия по реализации основных направлений**

**Программы «За здоровьем в детский сад» на 2019-2024 гг.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятие  | Сроки  | Ответственный  |
| **I. Организационное направление**Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства |
| 1 | Разработка комплексной программы по здоровьесбережению | Январь 2018г. | Старший воспитатель |
| 2 | Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения | постоянно | педагоги |
| 3 | Создание кадровых, психолого-педагогических, учебно-материальных, учебно-дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению:* определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающихтехнологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста;
* организация повышения квалификации участников здоровьесбережения;
* организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению;
* обеспечение ДОУ медицинскими препаратами, витаминами, аскорбиновой кислотой для витаминизации третьего блюда
 | постоянно | заведующий |
| 4 | Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия) | В течение периода | педагоги |
| 5 | Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования | постоянно | Заведующий, старший воспитатель |
| 6 | Осуществление в практике ДОУ системного подхода к управлению здоровьесбережением:* описание стратегии работы по здоровьесбережению в ДОУ
* организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса
* отработка системы стимулированию участников процесса
 | постоянно | заведующий |
| 7 | Укрепление материально – технической базы.* приобретение необходимого оборудования
* пополнение спортивного зала оборудованием
* модернизация спортивной площадкипроведение ремонта
 | постоянно | заведующий |
| **II. Диагностическое направление** |
| 1 | Анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков | 2018г. | Педагоги |
| 2 | Мониторинг физического развития детей | В течение всего периода | Педагоги |
| 3 | Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни | Ежегодно | Заведующий Педагоги  |
| 4 | Выявление детей, требующих внимания специалистов. Индивидуальная диагностика проблем детей | В течение всего периода | Педагоги |
| 5 | Социальный анализ семей воспитанников ДОУ. | Ежегодно | Педагоги  |
| 6 | Психолого-медико-педагогическое обследование детей, поступающих в школу | Ежегодно  | Педагоги  |
| 7 | Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности:* проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе;
* анализ профессионального роста педагогов
 | Ежегодно  | Заведующий  |
| **III. Информационно-методическое направление**Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса |
| 1 | Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий | В течение всего периода | ЗаведующийСтарший воспитательПедагоги |
| 2 | Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования | В течение всего периода | Заведующий |
| 3 | Консультации для педагогов* Здоровье детей – наше будущее
* Пути оптимизации здоровья дошкольников
* Двигательная деятельность детей на прогулке
* Лечебные подвижные игры
* Формирование связной речи дошкольников
* Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий
 | В течение всего периода | Старший воспитатель |
| 4 | Педсовет на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников» |  | ЗаведующийСтарший воспитательПедагоги |
| 5 | Консультации для родителей * Культурный ребенок – здоровый ребенок
* Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребенка
 | В течение всего периода | Педагоги |
| 6 | Оформление картотеки:* динамических пауз
* игровых двигательных упражнений
 | В течение всего периода | Педагоги |
| 7 | Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни | Ежегодно  | Педагоги  |
| 8 | Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОУ | Ежегодно  | Педагоги  |
| **IV. Просветительское направление**Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения |
| 1 | Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках и сайте | Ежегодно  | Педагоги  |
| 2 | Информационный стенд «Навигатор здоровья» | Ежегодно  | Педагоги  |
| 3 | Выпуск брошюры «Физическая готовность детей к школе» | Ежегодно  | Педагоги  |
| 4 | Библиотека – передвижка по пропаганде здорового образа жизни | Ежегодно  | Педагоги  |
| 5 | Информационные плакаты по профилактике и лечению детских заболеваний | Ежегодно  | Педагоги  |
| 6 | Оформление памяток для родителей* Профилактика сколиоза
* Средства укрепления иммунитета
 | Ежегодно  | Педагоги  |
| 7 | Родительские собрания* Здоровье с детства
* Вредные привычки
* Здоровый ребенок в здоровой семье
 | Ежегодно  | Педагоги  |
| 8 | Фотовыставки* «Мы растем здоровыми!»
* «Вот и стали мы на год взрослей»
 | Ежегодно  | Педагоги  |
| 9 | Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни | Ежегодно  | Педагоги  |
| 10 | Выставка детских рисунков на темы:* «Здоровье и болезнь глазами детей»
 | Ежегодно  | Педагоги  |
| **V. Координационное направление**Управление здоровьесбережением в ДОУ |
| 1 | Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения | Ежегодно  | Заведующий |
| 2 | Контроль процесса здоровьесбережения в ДОУ:* совещания;
* собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости;
* анализ состояния заболеваемости;
* проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОУ;
* организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям;
* организация тематического контроля состояния здоровьесбережения;
* организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий.
 | 1 раз в квартал 1 раз в полугодие2 раза в год 1 раз в месяц1 раз в кварталежегодно1 раз в квартал | ЗаведующийСтарший воспитатель |
| 3 | Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения:* составление сетки занятий в соответствии с требованиями САН ПиН;
* разработка режима работы секций и кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения;
* экспертиза программ дополнительного образования.
 | Постоянно | Заведующий |
| 4 | Участие в конференциях, семинарах, конкурсах  | Согласно плану | Старший воспитательПедагоги |
| 5 | Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей:* разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности;
* разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения;
* разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности;
* создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей
 | Ежегодно  | Старший воспитательПедагоги  |
| **VI. Аналитико-экспертное направление**Мониторинг и контроль по здоровьесбережению |
| 1 | Здоровьесберегающая экспертиза инновационных программ и современных педагогических технологий | Ежегодно | Заведующий |
| 2 | Анализ-экспертиза результатов реализации программы по здоровьесбережению | 2023г. | Заведующий |
| 3 | Заседание педагогического совета: * анализ заболеваемости за учебный год;
* мониторинг оздоровительного эффекта деятельности ДОУ;
 | Ежегодно | Заведующий |
| 4 | Контроль деятельности участников здоровьесбережения по организации взаимодействия с семьёй | В течение всего периода | Заведующий |
| 5 | Экспертиза организационно-методической работы по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения | 2023г. | Заведующий |
| 6 | Разработка авторских программ и методических пособий по здоровьесберегающей деятельности ДОУ | 2018г. | ЗаведующийСтарший воспитательПедагоги |

**МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Физическое здоровье**

**Цель:**Повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДОУ и в семье.

**Задачи:**

- изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;

- анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;

- укрепление здоровья детей;

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

- организация специальной коррекционно-воспитательной работы с учетом индивидуальных особенностей детей, структуры их двигательного дефекта.

**Принципы построения раздела «Физическое здоровье»**

Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

 Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима.

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

 Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе.

 Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психологопедагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

 Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.

 Ежедневные занятия физической культурой, игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

**Психическое здоровье**

**Цель:** Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

**Задачи:**

- создание в ДОУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;

- купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

**Принципы построения раздела «Психическое здоровье»**

 Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.

 Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДОУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

- формирование навыков общения;

- гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;

- коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;

- коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

 Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов.

Каждый ребенок обладает только одному ему присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера, каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

 Реализация деятельностного подхода к воспитанию, то есть проведение всех видов воспитательной работы – образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности.

С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках, свойствах и отношениях объектов реальной действительности проводятся специальные дидактические игры, используются специальные коррекционные упражнения (игровые варианты психотерапии, суггестивные – основанные на внушении, тренировочные, разъясняющие).

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности (бытовой, игровой, изобразительной, трудовой).

**Формирование основ безопасности**

**Цель:**Формирование у детей дошкольного возраста основ безопасности.

**Задачи:**

* формирование представления об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;

приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;

* передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;
* формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.
* Активизация родителей в реализации программы.

**Принципы построения раздела «Формирование основ безопасности»**

* Развивающий принцип: суть его заключается в том, что в образовательной деятельности не только приобретаются знания, но и развиваются все познавательные процессы, связанные с ощущением, восприятием, памятью, вниманием, речью, мышлением, а также волевые и эмоциональные процессы, то есть развивается личность ребенка в целом.
* Воспитывающий принцип: отражает необходимость благоприятных условий воспитания ребенка, его отношении к жизни, к знаниям, к самому себе.
* Принцип научности и доступности: он реализуется в содержании «от простого — к сложному». Детям даются достоверные знания по ОБЖ.
* Принцип системности и последовательности: педагог распределяет материал таким образом, чтобы обеспечивалось его последовательное усложнение, связь последующего материала с предыдущим.
* Принцип осознанности и активности направлен на повышение активности педагога и каждого ребенка.
* Принцип интеграции: данная программа может быть реализована как самостоятельная, так и выступать как часть комплексной программы.
* Принцип преемственности: изучение программы продолжается в школе.

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического, психического и социально-нравственного здоровья детей.

**ПРОЕКТ «Смехотерапия в детском саду»**

Название проекта: «Смехотерапия в детском саду»

Срок реализации проекта:1 год

Вид проекта: практико-ориентированный, психолого-педагогический.

Автор проекта: педагог-психолог Чистякова Юлия Александровна.

Участники проекта: дети средней группы, воспитатели, родители, старший воспитатель, педагог-психолог.

Ключевые слова: смехотерапия, гелотология, юмор, клоунотерапия, оптимизм, жизнерадостность, эмоциональное благополучие.

Основная идея проекта: создание системы работы, основанной на новой методике смехотерапии, направленной на создание условий для эмоционального благополучия и сохранение здоровья дошкольников.

Актуальность проблемы:

Стрессовые ситуации испытывают, не только взрослые, но и дети. Как часто приходится наблюдать тревожное, беспокойное выражение на лицах детей в детском саду или в другом месте (на улице, магазине и пр.). Нередко встречаются дети агрессивные, недружелюбные, недоброжелательно относящиеся к окружающим людям. В чем причина внутренней зажатости, замкнутости, закомплексованности детей и как им помочь преодолеть отрицательные эмоции, пессимистические настроения и отношения?

Ища ответ на свой вопрос, мне пришлось познакомиться с довольно таки новой методикой – смехотерапия, изучение которой и подтолкнуло меня к разработке проекта «Смехотерапия в детском саду». Изучение методики позволило мне определить правильные пути в работе не только с детьми, имеющих отрицательныеэмоции и негативное поведение, но и семьями воспитанников.

Юмор и смех – это скорая помощь для преодоления множества затруднительных жизненных положений и обстановок. Смех благотворно влияет не только на здоровье человека, но и на его социальное положение в обществе.А если ребенок постоянно находится в стрессовом состоянии, то какой ущерб наносят его отрицательные эмоции его здоровью, его развитию в целом! Ведь от того насколько ребенок жизнерадостен, оптимистичен, открыт в познании и общении зависит его познавательная, творческая и двигательная активность, его успешность в социуме.

Причин повышенной тревожности, безрадостности детей несколько. Это и индивидуальный тип темперамента и межличностные отношения, сложившиеся в семьях. И все это не потому, что родители такие нехорошие, а скорее всего, они сами выросли в атмосфере, где к  детям не проявлялось достаточно любви, поэтому они попросту не умеют показывать свои чувства.

 Таким образом, смехотерпию можно считать одним из направлений здоровьесохраняющей технологии, и подход к реализации должен быть комплексным и системным.

Мой проект направлен на изменение отношения взрослых и детей к смеху и юмору, на привитие и детям и взрослым **позитивног**о настроения и отношения к окружающему миру.

Научить детей понимать юмор, смеяться и радоваться – одна из наших задач.

**Новизна проекта:** Применение смехотерапии в различных видах деятельности детей с использованием традиционных и нетрадиционных форм, методов и приемов (художественное слово, фольклор, различные виды игр, кривые зеркала, пантомимика, ИКТ, видео и др.)

**Цель** проекта:внедрение методов смехотерапии в образовательную практику педагогической деятельности воспитателя детского сада.

**Ключевые задачи:**

* Изучить психолого – педагогическую литературу по проблеме психоэмоционального развития дошкольников.
* Изучить методы и формы, используемыевсмехотерапии, как способы общения взрослого с ребенком.
* Приобщить к использованию и внедрению в педагогическую практику деятельности методов смехотерапиивсех участников образовательного процесса: родителей, педагога-психолога, инструктора о ФЗК, руководителя, педагогов дополнительного образования.
* Разработать систему работы с детьми, используя традиционные и инновационные формы (галерею кривых зеркал) и методы взаимодействия, способствующие снятию эмоциональных зажимов и раскрепощению детей.
* Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в самостоятельной деятельности дошкольников.
* Способствовать налаживанию позитивных, доброжелательных, дружеских межличностных отношений между детьми и взрослыми.
* Способствовать сохранению и укреплению психофизического здоровья дошкольников.

Ожидаемые результаты проекта:

* Изменение отношения взрослых и детей к смеху, как к сохранению и сбережению здоровья.
* Оптимизация межличностных взаимоотношений «воспитатель - дети – родители».
* Разработка системы работы с детьми на основе новой методики -смехотерапия.

Формы организации детской деятельности:

* НОД (опытно-экспериментальная деятельность, конструирование, рисование, аппликация, развлечения и др.)
* Игры различной направленности.
* Игры с детьми в галерее кривых зеркал.
* Просмотры теле-видео передач.
* Чтение, рассказывание, заучивание юмористических произведений художественной литературы и народного творчества (малых фольклорных форм).

Формы организации работы с родителями:

* Консультации.
* Мастер – классы.
* Конкурсы сотворчества рисунков и поделок.
* Фотовыставки.
* Родительские собрания.
* Совместное проведение НОД.
* Оформление наглядной информации.

 Взаимодействие со специалистами:

* Интегрированные формы проведения НОД.
* Выставки работ детского творчества.
* Включение методов смехотерапии в занятия с детьми.

**ПРОЕКТ ПО СКАЗКОТЕРАПИИ«В гости к сказкам»**

Название проекта: «В гости к сказкам»

Срок реализации проекта:1 год

Вид проекта: практико-ориентированный

Автор проекта: воспитатель Кожура Полина Егоровна.

Участники проекта: дети старшей группы, воспитатели, родители.

**Цель:**нравственно-эстетическое развитие детей через знакомство с творчеством русского народа, фольклора, приобщение детей к богатствам русской художественной литературы; развитие творческих способностей, фантазии детей; содействие гармонизации отношений между взрослыми и детьми, между самими детьми.

**Задачи :**

**Для детей:**

- познакомить с творчеством русского народа, способствовать накоплению эстетического опыта, читая и обсуждая литературные произведения;

- воспитывать культуру речи, учить детей рассуждать, развивать умение применять свои знания в беседе, добиваться связных высказываний, обогащать и расширять словарный запас детей;

- развивать у детей образное мышление, фантазию, творческие способности;

- воспитывать чувства дружбы и коллективизма;

- побуждать детей обращаться к взрослым с вопросами, суждениями, к речевому общению между собой.

- снизить уровень тревожности и агрессивности;

- развить способности к эмоциональной регуляции и коммуникации, а также навыки конструктивного выражения эмоций.

Основные этапы применения сказкотерапии.

- Ознакомление родителей с методом сказкотерапии. Необходимо разъяснить родителям большую значимость семейного чтения. Большой проблемой остаются семейные литературные вечера. Чтение и обсуждение сказок должно стать доброй семейной традицией, создать тёплую задушевную атмосферу в доме.

**Для родителей:**

- создание в семье благоприятных условий для развития ребёнка;

- развитие совместного творчества родителей и детей;

- развивать у родителей способность видеть в ребёнке личность, уважать его мнение, обсуждать с ним предстоящую работу;

- заинтересовать родителей жизнью группы, вызвать желание участвовать в ней.

Предполагаемый результат:

- развитие интереса к русской литературе;

- развитие у детей познавательной активности, творческих способностей, коммуникативных навыков;

- совершенствование выразительности и связной речи детей;

- содействие творческому развитию детей;

- развитие эмоциональной отзывчивости;

- гармонизация отношений между взрослыми и детьми.

**Основные этапы реализации программы:**

Подготовительный:

- опрос родителей и детей о том, какие книги дома читают, есть ли в домашней библиотеке сказки;

- обсуждение кружковой деятельности, выяснение возможностей, средств, необходимых для реализации кружка.

Совместная деятельность детей и воспитателя:

1.Чтение сказок, фольклора;
2.Рассматривание и сравнение иллюстраций в детских книгах различных изданий;
3.Игры - драматизации по сказкам;
4. Конкурс чтецов отрывков из произведений;
5.Игры на звукоподражание;
6.Игра-фантазия «Если б я поймал золотую рыбку»;
7. Оформление детских работ по сказкам.

Самостоятельная деятельность детей:

1. Рассматривание иллюстраций в различных книгах сказок;

2. Самостоятельная изобразительная деятельность по сказкам

(рисование, раскраски, лепка, аппликация, ручной труд).

Совместная деятельность детей и родителей:

1. Чтение сказок, просмотр мультфильмов, художественных фильмов по сказкам;

2. Заучивание отрывков из сказок;

3. Совместное творчество родителей и детей по изготовлениюигрушек, поделок, рисунков по сказкам;

4. Изготовление костюмов для игр- драматизаций;

Заключительный этап:

1. Оформление выставки «По дорогам русских сказок»;

2. Развлечение «Что за прелесть эти сказки!»;

3. Создание иллюстраций к книге сказок.

АНАЛИЗ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

За небольшой период реализации программы «За здоровьем в детский сад» нами были достигнуты следующие результаты:

 Анализирую результаты за 2017-2019 гг. возросло число воспитанников с 1 группой здоровья, а сравнительный анализ индекса здоровья с 2018-2020 фиксирует его уверенный рост.Увеличилось количество детей с 3 группой здоровья, по оценке медиков, это хронические заболевания, выявленные при первом медицинском осмотре в ДОУ.

 Большую роль в плане оздоровления воспитанников сыграло тесное взаимодействие педагогов и родителей детей, активная позиция педагогов, направленная, на ведение здорового образа жизни.

 За период 2018-2020 учебный год педагоги приняли участие: в конкурсах профессионального мастерства,семинарах, вебинарах, практикумах, конференциях, викторинах и форумах по темам здоровьесбережения и основам безопасности жизнедеятельности(видео ролик по ПДД ,интерактивная игра по ПДД, подтверждающие материалы дипломы, сертификаты

 За отчетный период проведены родительские собрания по правилам дорожного движения и основам безопасности жизнедеятельности. Спортивные развлечения с участием родителей «Зарница»,«Здоровый ребенок – в здоровой семье»

 Организована встреча воспитанников со спортсменом секции «Бокс» в рамках тематической недели.

 Все вышеперечисленное - это первые шаги по освоению программы «За здоровьем в детский сад».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Новикова И.М. «Формирование представлений дошкольников о ЗОЖ» Мозаика-Синтез 2009г.

2. Карепова Т.Г. «Формирование ЗОЖ у дошкольников» Учитель 2020г.

3. Ю. Ф. Змановский Программа «Воспитываем детей здоровыми» Москва издательство Медицина 1989г.

4.. Программа « От рождения до школы» под ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой Мозаика –Синтез 2019г.

5. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка. Изд. Детство-Пресс 2011г.

6. Алямовская В.Г. Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания. Н.Новгород, 1999.

7. Алямовская В.Г. Психолого-педагогический мониторинг как метод управ­ления процессом оптимизации оздоровительной деятельности в дошкольных образовательных учреждениях // Здоровье и физическое развитие детей в до­школьных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации. М., 2001.

8. Алямовская В.Т. Организация питания в детском саду. М., 1995.

9. Береснева, З.И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ/ под ред. З.И. Бересневой . изд. Сфера 2008г.

10.Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье . Вентана-Граф, 2015 г

11. Кочеткова Л.В.. Оздоровление детей в условиях детского сада. Издательство: "Сфера" (2008)

12. Авдеева Н.Н. и др. Безопасность СПб,2002

13. Алешина Н.В. Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью

14. Арамина Н.А. Ознакомление дошкольников с правилами пожарной безопасности, М, 2007

15. Гордеева, В. А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ // Управление ДОУ. - 2006. - №8. - С. 32- 41

16. Безруких, М.М. Здоровьесберегающие и оздоравливающие технологии в ДОУ// Детский сад от А до Я.-2004.- №3. - С. 8-9.

17. Л.И. Пензулаева. Оздоровительная гимнастика. Мозайка-синтез,2014

18. Л.И.Пензулаева. Физическая культура в детском саду. Мозайка-синтез,2014