Программа

детского сада

№ 65



«Правильный режим, полноценное питание,

физкультурная закалка – все это предохраняет

ребенка от заболеваний, дает ему счастье наслаждаться красотой окружающего мира» В.А.Сухомлинский.

Главной задачей детского сада является снижение заболеваемости детей путем активизации двигательного режима и профилактики заболеваний. Для выполнения этой задачи разработана программа «Здоровье».

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка 4
2. Система оздоровительной деятельности в ДОУ 6
   1. Работа с детьми 6
      1. Определение уровня развития ребенка 6
      2. План подготовки детей к поступлению в детское учреждение 7
      3. Полноценное питание 8
      4. Система эффективного закаливания 9
      5. Организация рациональной двигательной активности 11
      6. Создание представлений о здоровом образе жизни 14
      7. Применение психогигиенических и психопрофилактических 15 средств и методов
      8. Коррекционно-педагогическая работа с детьми 17
      9. Лечебно-профилактическая работа 18
      10. Критерии оценки эффективности программы 22
   2. Работа с педагогами 23 2.3. Работа с родителями 25

3 Приложение 1 29

Приложение 2 30

Приложение 3 32

Приложение 4 33

Приложение 5 34

Приложение 6 37

Приложение 7 38

Приложение 8 40

Приложения 9 42

Приложения 10 46

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Актуальность программы:

Программа “Здоровье”, разработанная медико-педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения – это комплексная система воспитания ребёнка-дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого. Использование различных методик позволяет применять в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

Разработка программы «Здоровье» обусловлена актуальной проблемой сохранения здоровья детей и взрослых. Программа отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления в широком социальном аспекте, то есть определяет основные направления работы по оздоровлению в семье и в дошкольном образовательном учреждении - социальных структурах, которые в основном обуславливают уровень здоровья детей. Программа определяет основные направления, задачи, план действий и реализацию их в течение 5 лет.

Цель программы «Здоровье» ориентирована на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья.

Задачи программы:

1. Укрепление здоровья детей.
2. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
3. Развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.
4. Создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни.
5. Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.

Объекты программы:

1. Дети дошкольного образовательного учреждения.
2. Семьи детей, посещающих МДОУ.
3. Коллектив МДОУ.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости.
2. Осознание педагогами, родителями и детьми понятия «Здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.

2. СИСТЕМА И СОДЕРЖАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОУ.

* 1. РАБОТА С ДЕТЬМИ.

Работа с детьми осуществляется воспитателями, помощниками воспитателей, медицинскими работниками, инструктором по физическому воспитанию, психологом, логопедом, учителем-дефектологом, музыкальным руководителем.

* + 1. Определение уровня развития детей.

При поступлении ребенка в детский сад изучается состояние его здоровья, уровень физического и умственного развития. Все результаты фиксируются в индивидуальной карте развития ребенка, которая ведется с момента поступления и до выпуска ребенка в школу:

* + - * Медицинские работники, изучая анамнез развития ребёнка, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями;
      * Воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные программой, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни;
      * Учитель – логопед обследует звукопроизношение ребёнка, состояние его фонематического слуха, слоговую структуру слова, связную речь;
      * Педагог – психолог выявляет индивидуальные особенности развития психических процессов, особенно поведения и эмоционально – волевой сферы;
      * Инструктор по физкультуре осуществляет контроль за развитием крупномоторных и мелкомоторных навыков, уровнем двигательной активности, организует тестирование по физической подготовке;
      * Музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

При организации оздоровительной, лечебно – профилактической и коррекционной работы, учитывая физиологическое и психологическое состояние детей, в режим дня и сетку занятий вносятся изменения в связи с тем, что некоторые дети занимаются индивидуально, по щадящему режиму.

* + 1. План подготовки детей к поступлению в детское учреждение.

I этап. Подготовка в поликлинике.

* + - 1. Максимальное приближение домашнего режима к режиму в детском саду (бодрствование, сон, кормление);
      2. Ликвидация вредных привычек (укачивание, кормление из бутылочки, пользование пустышкой);
      3. После вакцинации направление в детский сад через 2-3 недели;
      4. После перенесенного острого заболевания допускается в детский сад через 2-3 недели;
      5. Оздоровление фоновых состояний (анемия, энтеробиоз, глисты, рахит);
      6. Диспансерный осмотр специалистов и лабораторные исследования;
      7. Санитарно-просветительная работа с родителями.

II этап. Подготовка в ДОУ.

* + - 1. Сбор анамнеза ребенка (биологического, генеологического), составление индивидуального плана;
      2. Постепенное заполнение групп для смягчения адаптации;
      3. Постепенное удлинение пребывания ребенка в группе;
      4. Ведение места адаптации;
      5. Сохранение привычек ребенка;
      6. Исключение вакцинации в период адаптации;
      7. При эмоциональных нарушениях – дополнительный выходной;
      8. Индивидуальный подход к каждому ребенку (эмоциональный тонус);
      9. При первых проявлениях острого заболевания – снимать с посещения детского сада;
      10. Санитарно-просветительская работа с родителями и педагогами.

* + 1. Полноценное питание.

Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости, гарантия от появления различных недугов. Поэтому в плане работы детского сада вопрос о правильном питании занимает одно из важнейших мест.

В детском саду питание организовано в групповых комнатах. Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Пищеблок на 100% укомплектован кадрами. Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход.

Транспортирование пищевых продуктов осуществляется специальным автотранспортом поставщиков.

Имеется пятнадцатидневное перспективное меню. При составлении меню используется разработанная картотека блюд, что обеспечивает сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам. Готовая пища выдается только после снятия пробы медработником и соответствующей записи в журнале результатов оценки готовых блюд. Организация питания постоянно находится под контролем администрации.

В детском саду организовано 4-х разовое питание. В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла сахара, хлеба, мяса. Продукты, богатые белком (рыба, мясо), включаются в меню первой половины дня. Во второй половине дня детям предлагаются молочные и овощные блюда. Для приготовления вторых блюд кроме говядины, свинины и куры используются также субпродукты (печень в виде суфле, котлет, биточков, гуляша). Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде. Дети регулярно получают на полдник кисломолочные продукты.

Принципы организации питания:

* выполнение режима питания (Приложение 1);
* гигиена приёма пищи;
* ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания (Приложение 2);
* эстетика организации питания или сервировка;  индивидуальный подход к детям во время питания;
* правильность расстановки мебели (Приложение 3).

2.1.4. Система эффективного закаливания.

Все закаливающие мероприятия проводятся с согласия родителей.

Основные факторы закаливания:

* Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
* Закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
* Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах;
* Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей; постепенно расширяются зоны воздействия, и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

* соблюдение температурного режима в течение дня;
* правильная организация прогулки и её длительности;
* соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей;
* облегченная одежда для детей в детском саду;
* сон в трусах;
* дыхательная гимнастика после сна;
* мытьё прохладной водой рук по локоть, шеи, верхней части груди (индивидуально в теплое время года);
* комплекс контрастных закаливающих процедур по «дорожке здоровья»

(игровые дорожки);

Методы оздоровления:

* ходьба по сырому песку (летом), коврику (в межсезонье).
* контрастное обливание ног (летом);
* дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года), в том числе по дорожкам препятствий;
* хождение босиком по спортивной площадке (летом); релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);
* использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре.

Система закаливания в детском саду.

Все мероприятия проводятся, дифференцировано с учетом сезонных изменений и индивидуальных особенностей ребенка. В каждой возрастной группе ведется журнал здоровья, в котором отражен режим и схема закаливания, режим питания на месяц.

# Ясельный возраст

* Комплекс пробуждения
* Хождение по ребристой доске
* Босохождение с использованием нетрадиционного оборудования

(Приложение 4)

# Младшая группа

* Утренний прием и зарядка на воздухе
* Воздушные ванны в комплексе с дыхательными упражнениями
* Комплекс пробуждения
* Босохождение по различным поверхностям
* Массаж ушных раковин
* Ходьба по ребристой доске

# Средняя группа

* Прием детей и зарядка на воздухе
* Босохождение по различным поверхностям
* Дыхательная гимнастика (Приложение 5)
* Массаж ушных раковин (Приложение 6)
* Воздушные ванны в комплексе с дыхательными упражнениями
* Ходьба по ребристой доске

# Старшая и подготовительная группа

* Прием детей и зарядка на воздухе
* Точечный массаж (Приложение 7)
* Полоскание полости рта после еды водой комнатной температуры
* Дыхательная гимнастика
* Ходьба по ребристой доске
* Воздушные ванны в комплексе с физическими упражнениями
* Босохождение по различным поверхностям.

2.1.5. Организация рациональной двигательной активности.

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

8, 9).

При организации физического воспитания в детском саду необходимо учитывать следующее:

* физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
* сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
* обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений на повышение выносливости кардиореспираторной системы (занятия строить с учетом группы здоровья – подгрупповые);
* медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
* включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации физического воспитания:

* физические занятия в зале и на спортивной площадке с элементами психогимнастики;
* туризм (прогулки – походы);
* дозированная ходьба;
* оздоровительный бег;
* физкультминутки;
* физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
* утренняя гимнастика;
* индивидуальная работа с детьми.

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

* Традиционные;
* Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности;
* Сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и другие;
* Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч);
* Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр;

Занятия – зачёты для проведения диагностики по основным видам движения и развития и физических качеств (1 раз в квартал);

* Занятия – походы;
* Занятия в форме оздоровительного бега;
* Занятия, основная часть которых носит ярко выраженный нетрадиционный характер (ритмика, логоритмика);
* Музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам;
* Занятия на «экологической тропе». Важным в занятиях является моторная плотность, которая обеспечивает тренирующий эффект. Так, моторная плотность прогулок составляет до 60%, моторная плотность занятий – до 80%.

Занятия с учётом полоролевой социализации отдельно для девочек и мальчиков.

Важным условием является проведение всех занятий с музыкальным сопровождением.

Виды, задачи и необходимые условия для двигательной деятельности ребенка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Виды двигательной активности | Физиологическая и воспитательная задачи | Необходимые условия | Ответственный |
| Движение во время бодрствования | Удовлетворение  органической  потребности в движении. Воспитание свободы движений, ловкости, смелости,  гибкости | Наличие в групповых помещениях, на участках детского сада места для движения. Одежда, не стесняющая движения.  Игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движениям | Старший воспитатель, воспитатели |

Подвижные игры

Воспитание

умений

двигаться

в

с

соответствии

заданными

условиями,

волевое

воспитывать

)

(

произвольное

внимание

через

овладение

умением

выполнять

правила

игры

Знание правил игры

Воспитатели,

инструктор по

физкультуре

Движения

под

музыку

Воспитание

чувства

умения

ритма,

движения

выполнять

под музыку

Музыкальное

сопровождение

Музыкальный

руководитель

Утренняя

гимнастика

или

гимнастика

после

сна

Сделать

более

м

и

физиологичны

психологически

комфортным переход от

сна к бодрствованию.

Воспитывать

потребность

перехода

от сна к бодрствованию

через движения

Знание

воспитателем

комплексов гимнастики

после сна, на

личие в

спальне

для

места

проведения гимнастики

Воспитатели

2.1.6.Создание представлений о здоровом образе жизни.

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

* Привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
* Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
* Формирование элементарных представлений об окружающей среде;
* Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
* Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
* Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;

Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;

* Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
* Вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для формирования представлений у детей о здоровом образе жизни педагогами используется программа «Познай себя». Цель программы: формирование личностной внутренней культуры в основе которой лежит осознание личного бытия «своего Я», бережного отношения к здоровью. Курс состоит из трех разделов: «Я себя люблю», «здоровый образ жизни», «Сам себе доктор».

2.1.7. Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Принципы:

* Выявление факторов, способствующих возникновению и развитию стрессовых состояний у детей;
* Применение психолого – педагогических приёмов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений. В комплекс этих приёмов входят индивидуальные беседы воспитателей и психологов с ребёнком и родителями, применение подвижных, сюжетно – ролевых и особенно режиссерских игр, музыкотерапия, использование и анализ продуктивных видов деятельности детей, отдельные приёмы рациональной психотерапии;
* Обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребенка;
* Создание благоприятного психологического климата в группах и в

ДОУ в целом;

Обучение детей приёмам мышечного расслабления – базового условия для аутогенной тренировки;

* Организация уголка психологической разгрузки («уединения») в группе;
* Использование психоаналитических и личностно ориентированных бесед с детьми с аффективными невротическими проявлениями;
* Рациональное применение музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;
* Использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы необходимые условия:

* В детском саду работает психолог, который выявляет факторы, способствующие возникновению и развитию дистрессовых невротических состояний у детей; помогает воспитателям в предупреждении нежелательных аффективных реакций детей;
* Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
* Отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания. Сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
* Развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
* В группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике;

Эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Большой вклад вносят в это музыкальные руководители и воспитатели групп. Проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др. Большой популярностью стали пользоваться как у родителей, так и у детей музыкальные спектакли;

* Снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
* Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр;
* Большая роль в псикоррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

2.1.8. Коррекционно - педагогическая работа с детьми.

План профилактической работы учителей-логопедов ДОУ:

* Совершенствование речевой моторики (артикуляционная гимнастика);
* Развитие мелкой моторики (пальчиковая гимнастика);
* Уточнение артикуляция звуков раннего онтогенеза
* Развитие слухового внимания, речевого слуха;
* Развитие речевого дыхания
* Развитие силы голоса
* Совершенствование навыков словоизменения, словообразования Сотрудничество в работе с педагогами и родителями;
* Развитие связной речи (диалогической и монологической);

Формы занятий: фронтальные, подгрупповые, индивидуальные.

План профилактической работы учителей-дефектологов ДОУ.

* Развитие зрительного восприятия;
* Развитие сохранных анализаторов;
* Развитие мелкой моторики;
* Развитие зрительных функций;
* Развитие зрительного внимания, памяти.

Формы занятий: фронтальные, подгрупповые, индивидуальные.

2.1.9. Лечебно - профилактическая работа.

Диагностика состояние здоровья детей и анализ заболеваемости МДОУ детский сад № 65 определили в работе следующие направления:

1. Создание комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы с детьми;
2. Профилактика и коррекция нарушения осанки и плоскостопия у детей;
3. Оптимизация двигательного режима;
4. Создание комплексной системы для смягчения адаптации;
5. Оздоровление детей, часто болеющих респираторными заболеваниями;
6. Профилактическая и коррекционная работа у детей с нарушением зрения;
7. Коррекционно-логопедическая работа.

Лечебно- профилактическая работа осуществляется медицинской сестрой, инструктором по физическому воспитанию. В нее входят:

1. Создание условий для гармонического физического развития детей

* Подбор мебели согласно ростовым показателям;
* Дооборудование физкультурного зала (приобретение спортивных модулей, мячей);
* Проведение физкультурных занятий по подгруппам;
* Проведение физкультурных занятий различной формы (традиционные, игровые, сюжетные, оздоровительные, занятия по развитию творческого мышления в двигательной деятельности, занятия с учетом пола ребенка, тренирующие занятия).

2.План-схема оздоровительных мероприятий детского сада.

* Прием детей на улице и проведение утренней гимнастики на воздухе
* Прогулки ежедневно 3-4 часа
* Физкультурные занятия на свежем воздухе (в любое время года при соблюдении формы одежды и дозировки занятия в соответствии с погодными условиями)
* Мытье ног прохладной водой после прогулки ( в жаркую погоду)  Воздушные и солнечные ванны(в теплое время года)

1. Медико – педагогический контроль.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятие | Срок | Ответственный |
| Обследование физического развития  (рост, вес, окр. грудной клетки) | 2 раза в год | Старшая м/с |
| Осуществление контроля за гигиеническим состоянием мест занятий физкультурой в помещении (влажная уборка после каждого занятия, проветривание, кварцевание) | Ежедневно | старшая м/с |
| Контроль за состоянием  физкультурного инвентаря, чистотой костюмов и обуви у детей | Ежедневно | Воспитатели, старшая м/с |
| Наблюдение и регулирование двигательным режимом детей в детском саду | Постоянно | Заведующая, старший воспитатель |
| Непосредственно на занятиях проводится: измерение пульса, наблюдение за самочувствием детей, профилактика травматизма | 2 раза в месяц | Старшая м/с |
| Проверка реакции на физическую нагрузку: характер дыхания, изменение пульса, снижение интереса к занятию, рассеянность, неусидчивость, чрезмерная активность или вялость. | 2 раза в месяц | Старшая м/с |

По врачебному контролю определяется физиологическая кривая занятия.

По результатам наблюдения за качеством физических упражнений, делается заключение о соответствии требований программы, о содержании и методике проведенных занятий (проводит заведующая д/с 2 раза в неделю).

1. План оздоровительных мероприятий детей часто болеющих.
   * Создание оптимально санитарно – гигиенических условий внешней среды;
   * Организация индивидуального щадящего режима;
   * Рациональное питание для детей с алергопатологией, сахарным диабетом .
   * Физическое воспитание: 2 раза в неделю физкультурные занятия в зале и одно на улице.
   * Закаливающие процедуры с согласия родителей по щадящему режиму и щадящей методике.
   * Проведение профилактических прививок по индивидуальному календарю в поликлинике.

6. Профилактика заболеваний:

-Обязательная бесконтактная термрметрия всех детей и сотрудников ДОУ.

-Раннее выявление заболевших.

-Строгое соблюдение личной гигиены.

- Обработка рук антисептиком при входе в помещение.

-Обязательное использование СИЗ.

-Соблюдение санитарно-эпидемиологических профилактических мероприятий (уборка с применением дез.средста, кварцевание, прветривание в соответствии с установленным графиком)

-Своевременная вакцинация по календарю прививок -Отказ от проведения массовых мероприятий.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятие | Срок | Ответственный |
| Проведение плановых профилактических осмотров детей декретированных  возрастов | 1 раз в квартал | Медицинская сестра |
| Осмотр перед прививками и контроль за их проведением | По календарю | Медицинская сестра |
| Контроль за организацией питания и физическим воспитанием в д/с | постоянно | Заведующая Старшая м/с |
| Проведение противоэпидемических мероприятий; раннее выявление заболевших; изоляция; учет; анализ. | постоянно | Заведующая медсестра Воспитатели |
| Наблюдение и контроль за соблюдением карантина.  Проведение санпросвятительской работы с родителями и сотрудниками. | постоянно | Врач, м/с  Заведующая  Воспитатели |

2.1.10. Критерии оценки эффективности программы за 2022 год.

1. Стабильно низкие результаты заболеваемости на одного ребенка.
2. Увеличение количества ни разу не болевших детей с 32 человека до 39.
3. Увеличение количества легкой степени адаптации с 46 до 50 человек.

5.Добиваться увеличения охвата детей декретированных возрастов профилактическими осмотрами с 84 % до 100 %.

1. Увеличение доли выпускников имеющих высокий уровень развития физических качеств с 61 % до 70%.
2. Осознание педагогами, родителями и детьми понятия «Здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья с 83% до 93% (по результатам анкетирования).

Анализ состояния здоровья воспитанников за 2022 год. Группы здоровья.

Группы

здоровья

V

III

IV

II

I

дети

(

инвалиды

год

2022

3

11

194

38

1

Адаптация детей 1 младшей группы.

Степень тяжести

Легкая степень

Средняя степень

Тяжелая степень

год

2022

нет

%

54

%

46

Физическая подготовленность детей:

Уровень физической

подготовленности

Высокий

Низкий

Средний

Старшие группы

%

54

%

46

0

%

Подготовительные

62

%

38

%

0

%

2.2. РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ.

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

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

Организационные методические мероприятия:

Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста;

* + - Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально – психологическом подходе;
    - Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в психическом и физическом развитии, а также системы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного учреждения;
    - Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
    - Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
    - Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
    - Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
    - Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
    - Внедрение сбалансированного разнообразного питания. Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.
    - Пропаганда здорового образа жизни (Приложение 10).
    - Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

* + - Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
    - Необходимо широкое использование игровых приёмов создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
    - Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
    - Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
    - Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции.
    - Беседы, валеологические занятия.
    - Психологические тренинги.

2.3. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями. Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: семья, детский сад, общественность. Формы работы с родителями определяются в соответствии с эпидемиологической ситуацией. Преимущественно используется дистанционная форма взаимодействия –видеоконференция, общение в электронных группах.

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

* + - Повышение педагогической культуры родителей;
    - Пропаганда общественного дошкольного воспитания;

Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания;

* + - Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка;
    - Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары;
    - Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье;
    - Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

Рекомендуется использовать следующие формы работы с родителями:

* + - Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций в форме видеоконференции.
    - Педагогические беседы с родителями (индивидуальные на улице) по проблемам;
    - Дни открытых дверей (при отсутствии запретов в связи с эпидем.

ситуацией);

* + - Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших;
    - Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших);
    - Совместные занятия для детей и родителей;
    - Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача);
    - Родительский всеобуч: клуб «Здоровый ребёнок»;
    - Организация совместных дел;

Для успешной работы с родителями использовать план изучения семьи:

* + - Структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);

Основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.).;

* + - Стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
    - Социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
    - Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

* + - Анкета для родителей;
    - Беседы с родителями;
    - Беседы с ребёнком;
    - Наблюдение за ребёнком;
    - Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми;  Посещение семьи ребёнка.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций:

* + - Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний;
    - Профилактика ОРЗ в домашних условиях;
    - Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей;
    - Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы;
    - Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении;
    - Значение режимных моментов для здоровья ребёнка;
    - О питании дошкольников;

Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей;

* + - Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома;
    - Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей;
    - Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников;
    - Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей;
    - Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка.