

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 23» (МАДОУ № 23)**

ул. Свердлова, д. 25, г. Североуральск, ул. Свердлова, д. 17, г. Североуральск, ул. Павла
Баянова, д. 4, г. Североуральск Свердловская область, 624480 ИНН
6631006252/КПП661701001 тел:(34380)2-53-84; 3 -12-05;2-15-11 E-mail:
mbdou23_luhcik@mail.ru

СОГЛАСОВАНА:

Педагогическим советом № 5
Протокол от 30.05.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом заведующего МАДОУ № 23
№ 90-О от 30.05.2025 г.

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

по здоровьесберегающей деятельности

Североуральск,
2025

№	Содержание	Стр.
1.	Пояснительная записка	2
1.1	Цели и задачи программы	3
1.2	Основные принципы программы	4
1.3	Основные направления программы	4
1.4	Временные рамки и основные этапы реализации программы	4
2.	Разделы программы	5
2.1	Работа с детьми	5
2.1.1	Полноценное питание	5
2.1.2	Система эффективного закаливания	6
2.1.3	Организация рациональной двигательной активности	7-9
2.1.4	Создание условий организации оздоровительных режимов для детей	10-12
2. 1.5	Создание представлений о здоровом образе жизни	12-13
2.1.6	Лечебно-профилактическая работа	13
2.1.7	Летняя оздоровительная работа	13
2.2.	Работа с педагогами	13-14
2.3	Работа с родителями	14-15
2.4	Ожидаемые результаты реализации программы	15
3.	Укрепление материально- технической базы	15-16
4.	Кадровое обеспечение	16-17
4.1	Социальный эффект от реализации программы	17
5.	Приложения	17-28
5.1.	Основные направления Программы по здоровьесбережению	19-20
5.2	Мероприятия по реализации основных направлений здоровьесбережения	21-25
5.3	Мониторинг эффективности реализации программы. Таблицы фиксации мониторинга здоровья воспитанников в группе и ДОУ	26 -34
5.4	Система физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ № 23	36 - 41
5.5.	План мероприятий по профилактике гриппа и ОРВИ	42 - 43

Программа "Здоровье" по здоровьесберегающей деятельности Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 23» (далее – Программа «Здоровье») разработана коллективом Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 23» (далее – МАДОУ № 23) в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников Учреждения, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение трех лет.

1. Пояснительная записка

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к дошкольникам предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности. Вместе с тем, результаты научных исследований свидетельствуют: количество здоровых детей не превышает 15- 20%. По данным Министерства здравоохранения России, к 6-7-летнему возрасту только 13% детей могут считаться здоровыми, а к моменту окончания школы это число уменьшается в 2,5 раза.

Сегодня 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. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы нашего детского сада, является сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Педагогический коллектив дошкольного учреждения детского сад № 7 чётко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в Учреждении прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Программа «Здоровье» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно - оздоровительной работы в МАДОУ № 23:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в здоровьесберегающем режиме, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в МАДОУ № 23);
- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей; характеристика физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ № 23 (занятия, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Программа «Здоровье» решает вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, связана с другими видами деятельности и нравится детям. Развитие детей обеспечивается за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровье» МАДОУ № 23 – это комплексная система воспитания ребёнка-дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей. Наша программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребёнка 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 этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами МАДОУ № 23 содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

1.1. Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья. Реализация программы предусматривает решение следующих **задач**:

1. Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
2. Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве МАДОУ № 23.
3. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия семьи и МАДОУ № 23 на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.
4. Формировать представления о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.
5. Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами МАДОУ № 23 содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

1.2. Основные принципы программы:

- научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками)
- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- систематичности (реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- целенаправленности (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий четко определенной цели);
- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

1.3. Основные направления программы:

Профилактическое:

- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике инфекционных заболеваний.

Организационное:

- организация здоровьесберегающей среды в МАДОУ № 23;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей.

1.4. Временные рамки и основные этапы реализации программы

I этап. 2025-2026 гг. – организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей МАДОУ № 23 в целях повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

II этап. 2026-2029 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности МАДОУ № 23 по здоровьесбережению.

III этап. 2029-2030 гг. – итогово - аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив. Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных в диаграммах с

пояснениями к ним и предложениями.

Диагностические данные будут оформляться в «Журнал здоровья групп».

2. Разделы программы

Программа реализуется через следующие разделы:

1. Работа с детьми.
2. Работа с педагогами.
3. Работа с родителями.

2.1. Работа с детьми

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	щадящий режим (адаптационный период); гибкий режим
2.	Физические упражнения	утренняя гимнастика; физкультурно-оздоровительные занятия; подвижные и динамические игры; спортивные игры; пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	умывание; мытье рук; обеспечение чистоты среды; занятия с водой (центр вода и песок);
4.	Световоздушные ванны	проветривание помещений; сон при открытых фрамугах; прогулки на свежем воздухе; обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	развлечения, праздники; игры-забавы; дни здоровья
6.	Витамиотерапия	витаминизация напитков
7.	Диетотерапия	рациональное питание
8.	Светотерапия	обеспечение светового режима
9.	Музыкотерапия	музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона занятий; музыкально-театральная деятельность
10.	Закаливание	дыхательная гимнастика; пальчиковая гимнастика; игровой массаж.
11.	Пропаганда здорового образа жизни	экологическое воспитание; периодическая печать; курс бесед; специальные занятия.

2.1.1. Полноценное питание.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания; гигиена приёма пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания; эстетика организации питания(сервировка);
- индивидуальный подход к детям во время питания; правильность расстановки мебели.

2.1.2. Система эффективного закаливания

1.	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;
2.	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; дыхательная гимнастика после сна;
3.	Методы оздоровления:	ходьба по сырому песку (летом), коврику (в межсезонье); дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); хождение босиком по спортивной площадке(летом); релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

В детском саду проводится следующий комплекс закаливающих мероприятий: облегченная одежда детей, соблюдение сезонной одежды детей на прогулке с учетом их индивидуального состояния и состояния погоды, соблюдение температурного режима в течение дня, корректирующая гимнастика после сна, стопотерапия, мытье прохладной водой рук по локоть, шеи, полоскание рта после каждой еды, утренняя гимнастика (в теплый период на свежем воздухе) в течение года, оздоровительный бег (старшие, подготовительные группы), одно физкультурное занятие на улице (в зимний период), организация прогулки, утренний прием детей на улице в теплое время года, солнечные ванны.

Схема закаливания детей (по системе М.Д. Маханевой)

Межсезонный период				
	ранний возраст 1-3 года	младший возраст 3-4 года	средний возраст 4-5 лет	старший возраст 5-7 лет
Закаливающие процедуры				
Прогулка 2 раза в день в первой и во второй половине дня до 4 часов				
Утренняя гимнастика в облегченной форме не ниже 19°C				
Воздушные ванны	18-20°C 2-8 м.	16-18°C 2-10 м.	16-18°C 2-12 м.	16-18°C 2-15 м.
Хождение босиком по корректирующим дорожкам	18-20°C 5 мин.	16-18°C 5 мин.	16-18°C 5 м.	16-18°C 5 мин.

Полоскание полости рта	28*С			
Закаливающие процедуры	Зимний период			
	ранний возраст 2-3 года	младший возраст 3-4 года	средний возраст 4-5 лет	старший возраст 5-7 лет
Прогулка 2 раза в день в первой и во второй половине дня	До -15*С Без ветра до 3,5 ч.	До -15*С Без ветра до 4 ч.	До - 18*С Без ветра до 4 ч.	До -20*С Без ветра до 4 ч.
Утренняя гимнастика	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С	не ниже 19*С
Воздушные ванны	18-20*С 2-8 мин.	16-18*С 2-10 мин.	16-18*С 2-12 м.	16-18*С 2-15 мин
Хожение босиком по корригирующим дорожкам	20*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.	18*С 5 мин.
Полоскание полости рта	-	28*С		25*С
Закаливающие процедуры	Летний период			
	ранний возраст 2-3 года	младший возраст 3-4 года	средний возраст 4-5 лет	старший возраст 5-7 лет
Прогулка 2 раза в день в первой во второй половине дня	от 4,5 часов			
Утренняя гимнастика	не ниже 19*С			
Солнечные ванны	2-30 м. от 22*С	2-30 м. от 20*С	2-30 м. от 20*С	2-30 м. от 20*С
Воздушные ванны	22*С 8-10 м.	20-22*С 10-15 м.	20-22*С 10-20 м.	18-20*С 10-30 м.
Хожение босиком По корригирующим дорожкам	23*С 2-25 м.	23*С 2-30 м.	22*С 2-30 м.	22*С 2-30 м.
Полоскание полости рта	-	28*С		25*С
Игры с водой	15-30 мин.	30 мин.		

2.1.3. Организация рациональной двигательной активности.

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

1.	Основные принципы организации физического воспитания д/с	- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; - сочетание двигательной активности общедоступными закаливающими процедурами; - медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная; - медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
----	--	---

2.	Формы организации физического воспитания	- физические занятия в зале и на спортивной площадке; - туризм (прогулки –походы); - дозированная ходьба; - оздоровительный бег; - физкультминутки; - физкультурные досуги; - праздники; «Дни здоровья»; - утренняя гимнастика; - индивидуальная работа с детьми
3.	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 др.; - 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 –походы; - занятия в форме оздоровительного бега; - музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам; - Занятия на «экологической тропе»

Примерный двигательный режим

Формы организации	Особенности организации и длительность					
	Группа раннего возраста 1-2 года	Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4 -5 лет	Старшая группа 5 -6 лет	Подготовит. группа 6 -7 лет
1. Организованная образовательная деятельность «Физическая культура»						
Физическая культура в помещении	3 р. в нед. 10 мин.	3 р. в нед. 10 мин.	3 р. в нед. 15 мин.	2 р. в нед. 20 мин.	2 р. в нед. 25 мин.	2 р. в нед. 30 мин.
Физическая культура на улице	-	-	-	1 р в нед. 20 мин.	1 р. в нед. 25 мин.	1р. в нед. 30 мин.
Музыка (часть занятия)	2 р. в нед. 3-5 мин.	2 р.в нед . 5 мин.	2 р в нед. 5 мин.	2 р в нед. 7 мин.	2 р. в нед. 9 мин.	2 р в нед. 11 мин.
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	Ежедневно					
	10 мин	10мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подвижные игры	Ежедневно не менее 3 раз в день					
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные игры, упражнения				Целенаправленное обучение на каждой прогулке		
Физ. упр.		Ежедневно на прогулке				

	3-5 мин	5-8 мин	8 мин	8-12 мин	12-16 мин	16 мин
Физкультурная минутка (в занятии)	1-3 мин	1-3 мин	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятия			
	-	-	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3 -5 мин
Двигательные игры под музыку		1 раз в неделю				
	3-5 мин	5-10 мин	10- 15 мин	15 мин	15 -20 мин	20 мин
Гимнастика после дневного сна		Ежедневно				
	5-10 мин	5-10 мин	15 мин	15 мин	15мин	15 мин
Инд и подгрупповая работа по развитию движений		Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки				
	3-5 мин.	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	15 мин
3. Активный отдых						
Физкультурный досуг		1 раз в месяц				
		15 мин	20 мин	25 мин	40 мин	40 мин
Физкультурный праздник	-	1-2 раза в год				
				40 мин	50 мин	60 мин
День здоровья	-	2 раза в год (сентябрь /май)				
Самостоятельная двигательная деятельность						
Самостоятельное исполнение физкультурного и спортивного игрового оборудования		Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				
Самостоятельная физическая активность в помещении		Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке		Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				

Организации физического воспитания направлена на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и другие.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Физическое развитие детей первого года жизни организуется в форме индивидуальных занятий, включающих комплексы массажа и гимнастики по назначению врача.

Реализация основной образовательной программы для детей детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляются по подгруппам 2-3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 2 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю.

Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.
- в средней группе - 20 мин.
- в старшей группе - 25 мин.
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет организованы занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Для укрепления здоровья детей, удовлетворения их потребности в двигательной активности и профилактики утомления в детском саду проводятся ежедневные прогулки.

Для детей 3–7 лет продолжительность ежедневных прогулок составляет 3–4 часа. На прогулке созданы все условия (спортивно-игровое оборудование, спортивные принадлежности) для самостоятельной двигательной активности детей. В структуре прогулки обязательно предусмотрены подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения.

Система закаливания разрабатывается и периодически корректируется медицинскими работниками и педагогами в соответствии с имеющимися условиями. Основной принцип закаливания – постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени проведения процедур. Система включает: специальные закаливающие процедуры; закаливание с помощью естественных природных средств. В летний период проводятся солнечные и воздушные ванны.

Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды воспитанников. Сквозное проветривание в холодный период года проводится кратковременно (5-10 мин.) без воспитанников. В теплый период – в течение всего времени при отсутствии воспитанников в помещении.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно: в холодное время – в зале, в теплое время – на улице. Одежда облегченная.

Во время дневного сна обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температурой воздуха в помещении.

В жаркие дни – умывание прохладной водой. При проведении закаливающих мероприятий учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка, медицинские противопоказания и эмоциональный настрой.

Работа с детьми в летний оздоровительный период организуется следующим образом. Ежедневно воспитатели организуют самостоятельную (игровую, трудовую – 20 мин в день, коммуникативную, познавательно-исследовательскую, продуктивную, музыкально-художественную, двигательную, чтение) деятельность детей на прогулочных участках, в соответствии с планом работы с детьми в летний оздоровительный период.

Ежедневно проводятся оздоровительные и закаливающие мероприятия: утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, индивидуальная работа по формированию у детей основных движений и физических качеств.

Ежедневно воспитатели проводят индивидуальную работу с детьми в разных видах деятельности, направленную на улучшение здоровья и расширение функциональных возможностей детского организма.

Еженедельно воспитатели организуют и проводят спортивные развлечения для формирования двигательных навыков и двигательных качеств у детей.

2.1.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

Стереотипно повторяющиеся режимные моменты:

- время приёма пищи (четырёхразовое),
- укладывание на дневной сон;
- общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.

Остальные компоненты оздоровительного режима динамические. Полная реализация (по возможности ежедневная) **следующей триады:**

1. Оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
2. Достаточный по продолжительности дневной сон детей.
3. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями.

Эффективному решению задачи сохранения и укрепления здоровья детей, их физического развития способствует реализация системы физкультурно-оздоровительной работы.

2.1.5. Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея: 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 своё 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 осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы необходимые условия:

- 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 музыкальный руководитель и воспитатели групп. проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Зимняя Олимпиада», «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др.;
- 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 псих. коррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка(успокаивает).

2.1.6. Лечебно-профилактическая работа.

Осуществляют медицинская сестра детского сада, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия босиком;
- подвижные игры и физические упражнения на улице; дыхательная гимнастика после сна;
- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

Летняя оздоровительная работа.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на лугу, спортивной площадке); туризм (походы, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения; утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

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 «Здоровье» ит. 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;

- 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 МАДОУ № 23 новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе. 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 педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.

Пропаганда здорового образа жизни.

Обучение дошкольников здоровому образу жизни, 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 пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно 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.
- Беседы, валеологические занятия.

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.

Для себя мы определили следующие ***задачи работы с родителями:***

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
5. Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через тренинги,

- консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
 7. Включение родителей в воспитательно – образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

- Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- Дни открытых дверей.
- 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 (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
- Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями используем 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:

С целью улучшения профилактической работы с родителями проводятся цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.

13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка
14. План работы с родителями на ближайшие 3 года.
15. Продолжить проведение совместных мероприятий:
«Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
16. Для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.
17. Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей».
18. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
19. Вовлечение родителей в педагогический процесс, консультации, беседы, выполнение с детьми заданий в домашних тетрадях.

2.4. Ожидаемые результаты реализации программы.

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях МАДОУ № 23:

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
2. Улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей.
3. Снижение уровня заболеваемости воспитанников (уменьшение количества дней, пропущенных по болезни, случаев простудных заболеваний).
4. Сформированность у воспитанников культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики).
5. Повышение качества освоения ОП МАДОУ № 23 по образовательной области «Физическое развитие».
6. Создание в МАДОУ № 23 спортивного клуба (воспитанники, сотрудники, родители (законные представители))
7. Повышение профессиональной компетенции педагогов в вопросах здоровьесбережения: использование программ, методик, технологий, использование в работе диагностических данных о ребенке, систематическое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.
8. Разработка и реализация авторских проектов по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.
9. Просветительская работа с родителями по направлениям программы, увеличение количества совместных детско-родительских мероприятий здоровьесберегающей направленности.

3. Кадровое обеспечение Программы

Заведующий МАДОУ № 23	– общее руководство по внедрению программы «Здоровье» – ежемесячный анализ реализации программы – контроль над соблюдением охраны жизни и здоровья детей
Заместитель заведующего по ВМР	– нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровье»; – проведение мониторинга (совместно с педперсоналом); – контроль над реализацией программы «Здоровье».

Старшие воспитатели	– проведение мониторинга (совместно с педперсоналом); – контроль над реализацией программы «Здоровье».
Заместитель заведующего по АХЧ	– обеспечение условий для предупреждения травматизма в МАДОУ № 23; – создание материально – технических условий; – контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий
Инструктор по физической культуре	– определение показателей двигательной подготовленности детей – физкультурные занятия – внедрение здоровьесберегающих технологий – профилактика отклонений физического развития – корригирующая гимнастика – адаптивная физкультура с воспитанниками с ОВЗ и инвалидами – проведение спортивных праздников, соревнований, Дней здоровья – пропаганда здорового образа жизни
Педагоги	– внедрение и реализация здоровьесберегающих технологий (кинезиотерапия, дыхательные гимнастики, артикуляционные гимнастики, песочная терапия, биоэнергопластика, ходьба по корригирующим дорожкам для профилактики плоскостопия и нарушений осанки и др.) – проведение оздоровительных мероприятий (утренняя гимнастика. физминутки, спортивные развлечения подвижные игры, закаливание) – обучение воспитанников приемам самомассажа, точечного массажа – развитие культурно-гигиенических навыков – Занятия по воспитанию навыков безопасного поведения, ЗОЖ
Шеф-повар	– Контроль над соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания
Младший воспитатель	– Соблюдение санитарно-охранительного режима – Помощь педагогам в развитии культурно-гигиенических навыков воспитанников, проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий
Врач-педиатр	– Обследование детей, выявление патологий – Определение показателей физического развития – Оценка эффективности оздоровительных мероприятий
Медицинская сестра	– Утверждение списков ЧБД – Определение оценки эффективности оздоровительных мероприятий, критериев физического здоровья – Гигиеническое просвещение детей и родителей

Социальный эффект от реализации программы

Подготовка определённого спектра авторских программ и инструктивно- методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности, способных удовлетворить широкие образовательные запросы детей, родителей и общества, обоснованных с точки зрения своей целесообразности, позволит воспринимать Учреждение как образовательное учреждение, обеспечивающее устойчивый качественный уровень образовательных услуг, демонстрирующее социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

Приложение № 1
к Программе «Здоровье»
МАДОУ № 23 на 2025 -2030 гг.

Основные направления Программы по здоровьесбережению.

Направления	Содержание деятельности
1. Организационное	– Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий. – Разработка и внедрение Программы «Здоровье» в учебно-воспитательный процесс. – Создание в МАДОУ № 23 организационно-педагогических и медико- социальных условий по внедрению Программы. – Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников. – Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы по здоровьесбережению. – Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы по здоровьесбережению. – Наращивание материально-технической базы МАДОУ № 23 для внедрения и реализации Программы по здоровьесбережению. – Корректировка Программы по здоровьесбережению на всех этапах реализации
2. Просветительское (образовательное)	– Создание мотивации в Учреждении на выбор здоровых альтернатив жизни. – Организация пропаганды здорового образа жизни в Учреждении. – Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни. – Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни. – Включение родителей в деятельность МАДОУ № 23 как значимых участников оздоровительного процесса. – Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.
3. Правовое	– Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы по здоровьесбережению: – ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья.

4. Аналитико экспертное	– Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации. – Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей. – Анализ-экспертиза результатов реализации Программы Здоровье сбережения в динамике. – Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций. – Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса. – Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья.
5. Информационно-методическое	– Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы – Повышение информационной культуры педагогических и медицинских работников, обусловленной общими задачами Программы – Мониторинг результативности оздоровительной деятельности МАДОУ № 23 – Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни. – Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы. – 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 ЗОЖ. – Анализ здоровьесберегающей среды в МАДОУ № 23 – Выявление групп детей, требующих внимания специалистов. – Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.
7. Социально-педагогической адаптации	– Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям МАДОУ № 23 – Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья. – Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития.
8. Координационное	– Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями СМО. – Взаимодействие с семьёй по вопросам укрепления здоровья детей. – Использование в оздоровительной работе МАДОУ № 23 перспективных форм социального партнерства.

Приложение № 1
к Программе «Здоровье»
МАДОУ № 23 на 2025 -2030

Мероприятия по реализации основных направлений здоровьесбережения в МАДОУ № 23

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление. Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства.			
1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению	сентябрь 2025	Заведующий Зам. зав. по ВМР
2.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	постоянно	Зам зав. по ВМР
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 здоровьесберегающих технологий 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 МАДОУ № 23 медицинскими препаратами, витаминами, аскорбиновой кислотой для витаминизации третьего блюда	постоянно	Заведующий, Зам. зав. по ВМР
5.	Осуществление в практике МАДОУ № 23 системно-синергетического подхода к управлению здоровьесбережением: — описание стратегии работы по здоровьесбережению в МАДОУ № 23; — разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; — разработка положения о службе здоровьесбережения, в МАДОУ № 23; — организация взаимодействия все звеньев здоровьесберегающего процесса; — отработка системы стимулирования	2025-2030	Заведующий, Зам. зав. по ВМР

	участников процесса здоровьесбережения; — контроль системы здоровьесбережения.		
6.	Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	В течение периода	Зам. зав. по ВМР
7.	Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения детского экспериментирования с детьми	2025-2026	Зам. зав. по ВМР
8.	Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах	Постоянно	Зам. зав. по ВМР
9.	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования	2025-2027.	Зам. зав. по ВМР
10.	Организация работы по физической культуре для детей: разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре; Создание видеоряда занятий с показом коррекционной работы с детьми; Создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре	постоянно	Инструктор по ФК
11.	Разработка целевой комплексной программы повышения квалификации педагогических работников	2025	Зам. зав. по ВМР
12.	Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями	2026.	Заведующий, Зам. зав. по ВМР
13.	Реализация индивидуализированной программы «Приобщение детей к народной культуре средствами музыкального фольклора»	В течение периода	Музыкальный руководитель
II. Диагностическое направление.			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	В течение всего периода	Специалисты
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни	Ежегодно	Зам. зав. по ВМР
3.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников.	В течение всего периода	Педагоги
4.	Работа с детьми в адаптационный период	В течение всего периода	Воспитатели
5.	Социальный анализ семей воспитанников МАДОУ № 23, оформление социальных паспортов.	2024	Зам. зав. по ВМР

6.	Мониторинг успеваемости выпускников МАДОУ № 23 на начальном этапе обучения за последние 3 года	Ежегодно	Зам. зав. по ВМР
7.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: - проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; - анализ профессионального роста педагогов.	Ежегодно	Заведующий, Зам. зав. по ВМР
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	Постоянно	Зам. зав. по ВМР
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	За весь период	Зам. зав. по ВМР
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2025-2026	Зам. зав. по ВМР
4.	Семинар «Здоровье детей – наше будущее»	2025	Зам. зав. по ВМР
5.	Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников»	2025	Заведующий Зам. зав. по ВМР
6.	Консультация для родителей «Музыкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия»	2026	Музыкальный руководитель
7.	Консультация «Культурный ребёнок–здоровый ребёнок»	2026	Зам. зав. по ВМР
8.	Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка»	2026	Зам. зав. по ВМР
9.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке»	2027	Инструктор по ФК
10.	Консультация «Лечебные подвижные игры»	2027	Инструктор по ФК
11.	Рекомендации «Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий»	2027	Инструктор по ФК
12.	Памятка «Безопасные для здоровья ребёнка условия общения с компьютером»	2027	Зам. зав. по ВМР
13.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании»	2027	Медсестра
14.	Семинар-практикум «Внедрение методов и приёмов здоровьесбережения в учебно- воспитательный процесс». Сборник материалов.	2028	Зам. зав. по ВМР
15.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	2028	Зам. зав. по ВМР
16.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающие среды – творческий отчёт	2028	Зам. зав. по ВМР
IV. Просветительское направление			

Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках, на сайте Учреждении	Ежегодно	Зам. зав. по ВМР
2.	Консультация «Художественная литература– средство обогащения нравственного здоровья детей»	2025-2026	Зам. зав. по ВМР
3.	Советы инструктора физкультуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей»	2026	Инструктор по ФК
4.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой музыкальной среды в домашних условиях»	2026-2027	Музыкальный руководитель
5.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	Медсестра
6.	Конкурс «Лучший уголок здоровья»	202	Зам зав по ВМР
7.	Консультация «Средства укрепления иммунитета»	2027	Медсестра
8.	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки»	2025-2029	Воспитатели
9.	Практические рекомендации для родителей ЧБД	Постоянно	Медсестра
10.	Общее родительское собрание «Здоровый ребёнок в здоровой семье» (роль семьи в воспитании здорового ребёнка)	2028г.	Заведующий
11.	Фотовыставка «Мы растём здоровыми!»	2025-2030	Медсестра
12.	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	В течение всего периода	Зам зав по ВМР
13.	Размещение в СМИ печатных материалов по вопросам здоровьесбережения	В течение всего периода	Педагоги
14.	Музыкально – оздоровительное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»	2025-2030 гг.	Муз. рук. инструктор ФК
15.	Тематическое занятие по ПДД	2025-2030	Воспитатели
16.	Тематическое занятие «Пусть знает каждый гражданин пожарный номер – 01!»	2025-2030	Воспитатели, зам зав по ВМР
17.	Конкурс стенгазет «Как я занимаюсь спортом».	2026 г.	Зам зав по ВМР
18.	Комплексное игровое занятие «Будь здоровым с детства!»	2027г	Специалисты
VI. Координационное направление. Управление здоровьесбережением в МАДОУ № 23			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведующий

2.	Контроль процесса здоровьесбережения: - совещания; - собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; - анализ состояния заболеваемости; - проведение рейдов по санитарно- гигиеническому состоянию помещений МАДОУ № 23; -организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; -организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; - анализ тестирования детей по физическому воспитанию, - организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий	1 раз в квартал 1 раз в полугодие 3 раза в г. 1 раз в месяц 2 раза в квартал ежегодно 2 раза в год ежемесячно	Заведующий, зам зав по ВМР
3.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: - составление сетки ОД в соответствии с требованиями СанПиН; - разработка распорядка дня в соответствии с требованиями здоровьесбережения	Постоянно	Зам зав по ВМР
4.	Взаимосвязь с городской детской поликлиникой: — выявление детей с патологиями; — консультирование родителей детей; — ведение листов здоровья; — выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима	В течение всего периода	Медсестра
5.	Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах	Согласно плану	Заведующий
6.	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 ПДБ; - создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей.	2025 - 2026гг.	Заведующий Зам зав по ВМР
VII. Правовое направление			
1.	Ознакомление с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность МАДОУ № 23 по защите здоровья детей	2025г.	Заведующий
2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность МАДОУ № 23	2025г.	Заведующий

Приложение № 3
к Программе «Здоровье»
МАДОУ № 23 на 2025 -
2030

Мониторинг эффективности реализации Программы «Здоровье»

Цель: выявить и определить эффективность реализации программы «Здоровье» на определенном этапе.

Критерием эффективности оздоровительной работы МАДОУ № 23 служит улучшение состояния здоровья детей. Оценку состояния здоровья детей проводят на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров.

Без информации о ходе промежуточных результатах, без постоянной обратной связи процесс управления здоровьесбережением невозможен.

Составление индивидуального паспорта здоровья позволит увидеть полную картину физического развития каждого ребенка.

«ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ»
воспитанника МАДОУ № 23

Фамилия, имя воспитанника _____

Дата рождения _____

Домашний адрес _____

Посещает МАДОУ № 23 с _____ 202__ года

	Дата		Заключение врача
	Начало уч. года	Конец уч. года	
Рост			
Масса тела			
Осмотр: педиатр			
Ортопед-хирург			
Офтальмолог			
Стоматолог			
Логопед			
АД			
Оценка физического развития. Диагноз.			
Заключение о состоянии здоровья (гр. здоровья)			
Рекомендации:			
Инструктора по ФИЗО			
Педагога – психолога			

--	--	--	--

Физическое развитие и освоение ребенком образовательной области

Образовательная область «Физическое развитие», диагностируется мониторингом в рамках Образовательной программы дошкольного образования на основе ФОП, реализуемой в МАДОУ № 23.

Эффективность воспитательно – образовательной работы по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, а также адекватность организации здоровьесберегающей предметно - пространственной среды определяется системой фронтального, оперативного и тематического контроля, проводимого согласно годовому плану МАДОУ № 23. Мониторинг позволяет регистрировать состояние и изменения, дает материалы для сравнения, анализа и коррекции педагогического процесса.

В МАДОУ № 23 разработана схема диагностики и мониторинга здоровья детей, под которой мы понимаем систему слежения за состоянием здоровья воспитанников, подразумевающую многократные наблюдения и сравнения.

Данные по заболеваемости, по группам здоровья, по уровню сформированности физических качеств, по адаптации детей к условиям МАДОУ № 23 систематизируются, что позволяет проводить анализ здоровья дошкольников, обозначать основные проблемы и определять основные направления деятельности с учетом подхода к развитию каждого ребенка.

Задачи мониторинга здоровья:

- определить группу здоровья ребенка и уровень физической подготовленности;
- выявить и оценить положительные и отрицательные тенденции изменения здоровья ребенка; разработать рекомендации по созданию условий, стимулирующих здоровьесбережение и физическое развитие воспитанников.

Методы изучения состояния здоровья дошкольников: медицинское обследование, наблюдение, проведение контрольных срезов, анализ и самоанализ, посещение занятий, опрос родителей. Данные заносятся в таблицы:

НАЗВАНИЕ	МЕСЯЦЫ								
	09	10	11	12	01	02	03	04	05
Антропометрические измерения	м/с В								м/с В
Определение группы здоровья и физкультурной группы каждого ребенка	вр В								Вр В
Распределение всех детей по группам здоровья и динамика перехода из одной группы в другую	вр В								Вр
Анализ заболеваемости и посещаемости (за 1 и 2 полугодие учебного года)					3				3
Анализ адаптации детей к условиям МАДОУ № 23 (для групп раннего возраста)	В	В	В						В
Диагностика физической подготовленности детей	В								В

Условные обозначения: В –воспитатель, ВР.- врач ЦГБ, м/с - медсестра ЦГБ, 3 –зам. заведующего по ВМР

Ф. И. ребенка	Начало года				Конец года			
	рост	вес	группа здоровь я	физк. групп а	рост	вес	группа здоровь я	физк. групп а

Распределение детей по группам здоровья

Год	Всего детей в МАДОУ № 23	Группы здоровья (отмечается количество детей и % от общего числа детей в МАДОУ)			
		1 группа здоровья	2 группа здоровья	3 группа здоровья	4 группа здоровья

Анализ посещаемости детей

Год	Число дней, проведенных детьми в ДОУ	Число дней, пропущенных детьми	Из них: Пропущено по болезни	Пропущено по другим причинам
	всего	всего	всего	всего
1 пол.				
2 пол.				
Итого				

Уровень и структура инфекционных заболеваний (указывается количество случаев)

Заболевания	Годы						
	2025	2026	2027	2028	2029	2030	В среднем
Дизентерия							
ОКИ							
Ветряная оспа							
Скарлатина							
Ангина							
Грипп							
ОРВИ							
Прочие заболевания							

**Выявление патологии в отклонении здоровья детей
(указывается количество детей)**

Виды патологии	Годы					
	2025	2026	2027	2028	2029	2030
Часто болеющие дети						
Опорно-двигательный аппарат						
Снижение остроты зрения						
Снижение остроты слуха						
Нарушение речи						
ЗПР						
Умственное отклонение						
Травмы						

Результаты адаптации детей (группы раннего возраста)

Воспитатель _____

№ п\п	Фамилия, имя ребенка	Дата рождения	Дата поступления	Дата окончания адаптации	Количество дней адаптации	Примечание
1.						
2.						

Краткие рекомендации родителям _____

Динамика физической подготовленности детей

Учебный год	% детей с высоким уровнем физической подготовленности		
группа	Начало года	Конец года	Динамика

Критерии сформированности здоровьесберегающей деятельности(ЗД)

1. Уровень заболеваемости ребенка.
2. Уровень физической подготовки.
3. Уровень сформированности элементарных культурно-гигиенических навыков (КГН).
4. Уровень сформированности навыков активного отдыха.
5. Уровень овладения навыками правильного питания.
6. Уровень овладения навыками соблюдения режима дня.
7. Уровень сформированности навыка правильной осанки.
8. Уровень овладения навыками правильного одевания.

Оценка уровня сформированности

- 0 б. – Низкий уровень
1 б. - Средний уровень
2 б. – Высокий уровень

1. Заболеваемость.

- 0 б. – часто болеет, есть мед справки, часто жалуется на плохое самочувствие, снижена умственная деятельность и физическая подвижность ,
- 1 б. – иногда болеет, есть мед. справки, имеют жалобы на плохое самочувствие,
- 2 б. – не болеет, нет мед. справок, нет жалоб воспитателю на плохое самочувствие, активная умственная деятельность и физическая подвижность в течение дня.

2. Физическая подготовка. (совместно с инструктором по физкультуре)

- 0 б. – по возрастным показателям не справился с нормативами,
- 1б. - по возрастным показателям частично справился с нормативами,
- 2 б. - по возрастным показателям справился с нормативами.

3. Элементарные КГН.

- 0 б. – всегда неопрятный внешний вид (одежда, обувь, чистота лица, рук, ушей, зубов, ухоженные волосы и ногти),
- 1 б. – иногда неопрятный внешний вид (одежда, обувь, чистота лица, рук, ушей, зубов, ухоженные волосы и ногти),
- 2б. - опрятный внешний вид (одежда, обувь, чистота лица, рук, ушей, зубов, ухоженные волосы и ногти).

4. Активный отдых.

- 0 б. – никогда
- 1 б. – иногда
- 2б. – катание на лыжах, коньках, санках, посещение спортивных секций, участие в походах.

5. Питание.

Соблюдение режима питания.

6. Правильная осанка.

- 0 б. – не следит за своей осанкой не реагирует на замечания,
- 1 б. – иногда обращает внимание на свою осанку, реагирует на замечания,
- 2 б. – следит за своей осанкой.

7. Правила правильного одевания.

- 0 б. – часто одет не по погоде (кутается или легко одет)
- 1 б. – иногда одет не по погоде
- 2 б. – всегда одет по погоде

№	ФИО ребенка	Уровень заболеваемости	Уровень физподготовки	Уровень КГН	Уровень навыков активного отдыха	Овладение навыками правильного питания	Сформированнос ть навыка правильной	Сформированнос ть навыков правильного одевания	Общее кол. баллов/ уровень
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									

По итогам наблюдения оцениваем уровень сформированности здоровьесбережения

При общей оценке:

14 – 12 б. – высокий у. сформированности здоровьесберегающей деятельности ребенка

7 - 11 б. – средний у. сформированности здоровьесберегающей деятельности ребенка

0 – 6 б. – низкий уровень сформированности здоровьесберегающей деятельности ребенка

Вывод:

_____ % воспитанников имеют высокий уровень сформированности навыков здоровьесбережения

_____ % воспитанников имеют средний уровень сформированности навыков здоровьесбережения

_____ % воспитанников имеют низкий уровень сформированности навыков здоровьесбережения

Таблица тематического контроля «Охрана жизни и здоровья детей».

Цель: определить эффективность воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, выяснить причины и факторы, определяющие качество педагогической работы с детьми по развитию двигательных навыков.

№	Направление работы	Предлагаемые рабочие материалы
1.	Обследование уровня развития детей	- схемы обследования детей младшего и старшего дошкольного возраста; - карта анализа занятия (с точки зрения оценки деятельности детей)
2.	Оценка профессиональных умений воспитателя	- оценочный лист «Работа педагога по физическому воспитанию» - вопросник для оценки профессионализма воспитателя; - карта анализа самообразования воспитателя; - карта анализа занятия.
3.	Оценка создания условий - в группе; - на участке; - в спортивном зале	- оценочный лист «Создание условий (с точки зрения компетентности педагогов при её создании) - оценочный лист «Создание условий для развития двигательной активности детей в разных возрастных группах детского сада» - оценочный лист «Оснащение спортивного зала»
4.	Оценка планирования работы	- анализ планирования воспитательно - образовательной работы
5.	Оценка форм взаимодействия с родителями по данной проблеме	- анкета для родителей «Физкультура в Вашей семье»; - выводы по результатам анкетирования; - карта анализа наглядной информации для родителей.

Содержание контроля состояния здоровьесберегающей среды МАДОУ № 23

Направление	Содержание	Сроки	Ответственный
Организация питания	Санитарно – гигиеническое состояние помещений: условия хранения продуктов, достаточность, маркировка уборочного инвентаря, наличие моющих и дезинфицирующих средств, в соответствии с гигиеническими требованиями	ежедневно	Мед. работник Повар Зам.зав. по АХР
	Поступление продуктов на пищеблок, качество поступивших продуктов в пищеблок	ежедневно	Заведующий складом
	Согласовывать в работе сотрудников по организации питания: реализация готовой пищи по группам, суточный рацион выполнения норм питания, правила личной гигиены персонала, контроль за выходом готовых блюд	ежедневно	Диетсестра
	Выполнение режима питания: сервировка столов, аппетит и их эмоциональное состояние во время приема пищи (умение преподнести блюдо, обучение правилам поведения за столом, время приема пищи)	ежедневно	Заведующий Мед. работник Старший воспитатель Зам.зав. по ВМР
Соблюдение питьевого режима	Безопасность качества питьевой воды, соответственно требованиям санитарных правил	ежедневно	Заведующий Мед. работник Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
	Наличие в группах бутилированной или кипяченной воды	ежедневно	
Наблюдение за состоянием здоровья детей и физическим развитием	Утренний фильтр: осмотр детей (температура тела, зев, кожный покров), опрос родителей о поведении ребенка дома: как ел, как спал, есть ли какие – нибудь отклонения в поведении, нет ли больных дома, не было ли сыпи, кашля, температуры и т.д.	ежедневно	Мед. работник Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
	Наблюдение за поведением и состоянием ребенка в течении дня: при появлении каких либо отклонений (наличие жалоб, сыпи и т.д) направлять детей к медицинскому работнику, определение внешних признаков утомления. Осуществлять контроль, необходимо отмечать внешние признаки утомления и степень их выраженности	По графику комплексного контроля	Заведующий Мед. работник Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель

	Контроль за комплексным осмотром, обследование на педикулез	По графику поликлиники	Заведующий
	Контроль за профилактикой контактных гельминтозов: достаточность, маркировка ветоши и уборочного материала, наличие моющих и дезинфицирующих средств в соответствии с гигиеническими нормами, соблюдение требований обработки уборочного инвентаря и режима уборки	По графику контроля	Заведующий Мед. работник
Состояние одежды и обуви	Соблюдение требований к одежде в помещении и на прогулке в соответствии с температурой воздуха и возрастом детей	ежедневно	Диетсестра Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
Соблюдение двигательного режима	Выполнение объема двигательной активности в течении дня, соответственно возрастным требованиям и индивидуальным возможностям, разнообразие форм двигательной деятельности в режиме дня, методика проведения физкультурных занятий (общая и моторная плотность)	Не реже одного раза в месяц	Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
Осуществление системы закаливания Организация прогулки	Реализация методических и медицинских требований к организации закаливания, разнообразие форм и методов, индивидуально-дифференцированный подход	Не реже одного раза в неделю	Заведующий Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
	Соблюдение требований к проведению прогулки: продолжительность, место поведения, одежда детей, организация двигательной активности, самочувствие детей, их эмоциональное состояние	По графику комплексного контроля	
	Питьевой режим		
	Содержание и состояние выносного материала		
	Умение и желание детей самостоятельно организовывать двигательную деятельность на воздухе		
Проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня	Утренняя гимнастика, подвижные игры, двигательная разминка, гимнастика после сна, индивидуальная работа, система мер по организации комфортного пребывания детей в группе	По графику комплексного контроля	Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель

Организация дневного сна	Выполнение санитарно-гигиенических требований к режиму дня, состоянию спален, подготовка детей ко сну, учет индивидуальных особенностей детей, пассивная коррекция нарушений осанки положением во время сна, состояние при пробуждении	ежедневно	Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
Организация физкультурно — оздоровитель ных досугов и развлечений	Выполнение требований к санитарному состоянию оборудования и безопасность места проведения мероприятия, содержание и состояние выносного и используемого материала, двигательная активность детей, состояние одежды, их самочувствие (адекватность поведения, эмоциональное состояние, наличие внешних признаков утомления и реакция педагога на них)	По плану комплексно го контроля	Заведующий Диетсестра Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель
Работа с родителями	Организация взаимодействия с семьей в течении пребывания ребенка в МАДОУ, мер по информированию родителей о состоянии здоровья детей, их успехов в физическом развитии	По плану комплексно го контроля	Заведующий Зам.зав. по ВМР Старший воспитатель

Приложение № 4
к Программе «Здоровье»
МАДОУ № 23 на 2025 -2030

Система физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ № 23

Период дошкольного детства – наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка и психофизического развития ребенка. Задачи по охране жизни и здоровья детей, их физического развития являются основными в МАДОУ № 23. Педагогический коллектив и медицинский персонал детского сада используют для этого все имеющиеся у нас для этого условия: бассейн, спортивный зал, спортивная площадка на улице, сухой бассейн, бактерицидные лампы в группах.

Организация двигательного режима во всех возрастных группах.

№	Режимные моменты	Младший возраст		Старший возраст	
		Ранний возраст	2 мл.+ср. группы	Старшая группа	Подготовит. группа
1	Утренняя гимнастика	5-6 мин.	6/8 мин.	8-10 мин	10 мин.
2	Разминка + корриг. гимнастика после сна	5 мин.	6-/7 мин.	6 мин.	6
3	Физкультминутки на занятии		3 мин.	3 мин.	3 мин.
4	Подвижные игры	5- 7 мин.	10 мин.	10 мин. (самост).	15 мин. (самост.)
5	Подвижные игры на прогулке		10 мин.	15 мин.	15 мин (самост.)
6	Физкультурные занятия	2 раза в неделю		3 раза в неделю	
		8 – 10 мин.	15/20 мин.	25 мин.	30 мин.
7	Музыкальные занятия (движения)	2 раза в неделю			
		8 – 10 мин.	15/20 мин.	25 мин.	30 мин.
8	Физкультурный досуг	1 раз в квартал			
		8 – 10 мин.	15/20 мин.	25 мин.	30 мин.
9	Спортивные игры / элементы	1 раз в неделю			
			10 мин.	15 мин.	20 мин.
10	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в утренние и вечерние часы и на прогулке			
11	День здоровья			1 раз в полгода	1 раз в полгода
12	Профилактика нарушения осанки и уплощения стопы			1 раз в неделю	

СХЕМА ЗАКАЛИВАНИЯ В МАДОУ № 23

группа	осень	зима	весна	лето
1,5-2 года				
2-3 года				
3-4 года				
4-5 лет				
5-6 лет				
6-7 лет				

Утренний прием на свежем воздухе
 Воздушные ванны
 Воздушные ванны с упражнениями
 Контрастные воздушные ванны
 Сон с доступом свежего воздуха
 Прогулка в группе в холодную погоду
 Умывание в течение дня прохладной водой

Дыхательная гимнастика
 Точечный массаж
 Массаж волшебных точек ушек
 Пальчиковая гимнастика
 Ленивая гимнастика
 Ходьба по корригирующим дорожкам

**Методическое обеспечение образовательной области
«Физическое развитие»**

№	Наименование имущества	Кол-во, шт.
1	С.Ф. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 года» 88 стр.	1
2	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика 3-4 года» 2020 г. 38 стр.	1
3	О.Б. Козина «Совместные физкультурные занятия с участием родителей» 2018 г. 91 стр.	1
4	С.Ф. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет» 2017 г. 95 стр.	1
5	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика 4-5 лет» 2020 г. 39 стр.	1
6	С.Ф. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет» 2017 г. 95 стр.	1
7	О.Б. Козина «Совместные физкультурные занятия с участием родителей» 2018 г. 189 стр.	1
8	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика 5-6 лет» 2020 г. 42 стр.	1
9	Т.Е. Харченко «Утренняя гимнастика в детском саду 5-6 лет» 2016 г. 153 стр.	1
10	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика 6-7 лет» 2020 г. 42 стр.	1
11	Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр для занятий с детьми» 2020 г. 164 стр.	1
12	Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. А.А. Чеменеева, Т.В. Столмакова. Санкт-Петербург «Детство-ПРЕСС» 2011 г. 335 с.	1
13	Занятия в бассейне с дошкольниками М.В. Рыбак Москва «Творческий Центр СФЕРА» 2012 г. 92	1

Сохранение и укрепление здоровья детей в МАДОУ № 23 является одной из основных и приоритетных задач.

Она остается актуальной из года в год, поскольку здоровье детей оставляет желать лучшего. Зная, что основным средством развития здоровья человека является движение, в детском саду много внимания уделяется **развитию двигательной активности:**

- Составлена модель оптимального двигательного режима в течение дня;
- Проводится ежедневная гимнастика после сна;
- Организуются двигательные оздоровительные моменты на ООД (физминутки, упражнения на мелкую моторику рук, упражнения на снятие напряженности и усталости);
- Организован активный отдых детей (Дни здоровья, спортивные развлечения, каникулы).

Физическое здоровье детей укрепляется такими средствами как:

- Полноценное питание детей;
- Закаливающие процедуры;
- Развитие движений;
- Гигиена режима.
- Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- Предупреждение острых заболеваний профилактики
- Проведение Дней профилактики (ежемесячно)

**Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ № 23
на 2025 – 2030 учебный год**

Вид деятельности	Форма работы	Сроки проведения
1 блок. Работа с детьми		
Утренняя гимнастика	- сюжетно –игровая -игровая -традиционная -корректирующая -музыкально - ритмическая	Ежедневно
Физкультурные занятия	- традиционные -сюжетно – игровые -тренировочные -игровые -контрольно - проверочные	2 раза в неделю в течение года
Двигательная разминка	- подвижные игры малой и средней подвижности -игровые упражнения -произвольные упражнения с физкультурными пособиями -игры на релаксацию -физкультминутки -самостоятельная двигательная деятельность	В течение года во время перерывов между проведением ОД
Физкультурные занятия на свежем воздухе	- подвижные игры -народные игры -физические упражнения - оздоровительный бег	Раз в неделю в течение года
Адаптированные здоровьесберегающие методики	-бодрящая и корректирующая гимнастики после сна -закаливающие процедуры -дыхательная гимнастика -тренажёры для профилактики нарушения осанки и зрения -витаминизация - элементы самомассажа -релаксация, -психогимнастики -вокалотерапия	Ежедневно в течение года
Ежедневная		2 раза в день

прогулка		
----------	--	--

Проветривание помещений		В соответствии с графиком
Кварцевание помещений		В соответствии с графиком
Влажная уборка помещений		В соответствии с графиком
Мониторинг	- анализ заболеваемости -охрана жизни и здоровья	2 раза в год
2 блок. Физкультурно – массовые мероприятия		
Физкультурные досуги и праздники	- развлечения -спортивные праздники с воспитанниками и родителями -Дни Здоровья -соревнования между группами	В течение года
3 блок. Работа с воспитателями		
Формы методической работы	-консультации -семинары -практикумы -открытые просмотры -обмен опытом работы -совместная подготовка спортивных праздников и развлечений -интегрированные занятия -разработка и реализация групповых оздоровительных программ	В течение года
4 блок. Взаимосвязь со специалистами		
Логопед	обучение детей правильному дыханию -обучение двигательным упражнениям с речевым сопровождением -развитие чувства ритма -развитие мелкой моторики -координация речи с движениями -интегрированные занятия с инструктором по физической культуре	В течение года
Музыкальный руководитель	-совместная подготовка к праздникам и развлечениям - выступления на мероприятиях -подбор музыкального сопровождения к комплексам, релаксации и т.д. -развитие чувства ритма, координации -обучение танцевальным движениям - интегрированные занятия с инструктором по физической культуре	В течение года

5 блок. Работа с родителями		
Информационный блок	-оформление информационных стендов -буклеты, информационные листы, памятки -фотовыставки - презентации, медиатека	В течение года
Методическая работа	-участие в подготовке и проведении спортивных праздников -анкетирование -индивидуальные консультации -выступления на родительских собраниях -использование проектного метода	В течение года
6 блок. Взаимодействие с учреждениями здравоохранения		
Ежедневный профилактический осмотр детей медицинской сестрой		
Детская поликлиника	- профилактический осмотр детей узкими специалистами	1 раз в год

Приложение № 5
к Программе «Здоровье»
МАДОУ № 23 на 2025 -2030

План мероприятий по профилактике гриппа и ОРВИ

Период проведения	Мероприятия	Ответственный
1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ И ПРОТИВОЭПИДЕМИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ		
Сентябрь	Инструктаж и обучение сотрудников мерам профилактики гриппа и ОРВИ	Заведующий МАДОУ № 23
В течение года	Размещение памяток на сайте МАДОУ № 23, на информационных стендах для родителей: - о вакцинации и её необходимости; - рекомендации по профилактики гриппа и ОРВИ.	Зам. зав. по ВМР Старший воспитатель, Воспитатели
Ежегодно - сентябрь - декабрь	Организация и проведение вакцинации против гриппа воспитанников и работников в соответствии с Национальным календарем прививок (на бесплатной основе и с максимальным охватом)	Администрация
Постоянно и особенно в период повышенного уровня заболеваемости ОРВИ, гриппом и в период эпидемии	Организация утреннего фильтра обучающихся (с целью своевременного выявления и выведения из коллектива детей с признаками ОРВИ)	Воспитатели Медицинский работник
До введения карантинных мероприятий и в период эпидемии - ежедневно и при превышении пороговых показателей заболеваемости	Информирование Управление образования Администрации СМО и Роспотребнадзора о количественном и процентном составе отсутствующих обучающихся МАДОУ № 23, по причине заболеваний гриппом и ОРВИ и о случаях отсутствия 20% детей в группе и 30% по учреждению.	Заведующий МАДОУ № 23
в период эпидемии и карантина	Контроль за ограничением доступа посетителей в образовательное учреждение	Заведующий МАДОУ № 23 Заместитель заведующего по АХР
в период эпидемии и карантина	Контроль за ограничением проведения массовых мероприятий в образовательном учреждении (ограничить проведения массовых спортивных, зрелищных, культурных мероприятий для обучающихся)	Заведующий МАДОУ № 23

в период эпидемии и карантина	Введение усиленного дезинфекционного режима и контроль за выполнением санитарно-гигиенических требований (переход на режим по вирусным инфекциям - увеличение кратности влажной обработки, проветривания, бактерицидного облучения, «масочного» режима, создание условий для соблюдения правил личной гигиены в образовательных учреждениях)	Заведующий МАДОУ № 23
2. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА И ОРВИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ		
Сентябрь-октябрь	Проведение разъяснительной работы среди обучающихся по профилактике гриппа и ОРВИ	Воспитатели старшего дошкольного возраста
В период повышенного уровня заболеваемости ОРВИ, гриппом и в период эпидемии	Проведение мониторинга посещаемости детей с установлением причин их отсутствия	Воспитатели, Медицинский работник
В течение года	Проведение цикла бесед по темам: «Я прививок не боюсь» «Будь здоров» «Какие бывают витамины» «Мой режим дня, что это?» «Меры профилактики гриппа и ОРВИ»	Воспитатели всех возрастных групп
В течение года	Проведение оздоровительных мероприятий: Физкультминуток во время ОД; проведение Дней Здоровья, соревнований «Папа, мама, я –спортивная семья».	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
3. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА И ОРВИ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)		
Сентябрь-январь	Проведение разъяснительной работы на родительских общесадовых и групповых собраниях среди родителей (законных представителей) по профилактике гриппа и ОРВИ и о необходимости вакцинации детей.	Заведующий МАДОУ № 23, Воспитатели
4. ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ		
В период повышенного уровня заболеваемости ОРВИ, гриппом	Пополнение запаса и приобретение бумажных полотенец, мыла для мытья рук, одноразовых салфеток.	Заведующий МАДОУ № 23, Заместитель заведующего по АХР