

ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
протокол № 1 от  
«31» августа 2020г.

УТВЕРЖДАЮ: \_\_\_\_\_  
приказом № 49 от «01» сентября 2020г.  
Заведующий МБДОУ детским садом № 20  
О.А.Фазизянова

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА**  
**муниципального бюджетного дошкольного**  
**образовательного учреждения детского сада №20**  
**на 2020-2024 годы**

**«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

**Составили:** Тенищева Е.Л., заместитель заведующего по ВМР,  
Иванова В.А. инструктор по физической культуре

г. Новочеркасск  
2020 г.

## Содержание

|      |  |    |
|------|--|----|
| 1.   | Пояснительная записка  | 2  |
| 1.1. | Актуальность программы   | 3  |
| 1.2. | Цель и задачи программы  | 3  |
| 1.3. | Основные принципы реализации программы   | 3  |
| 1.4. | Этапы реализации программы   | 4  |
| 1.5. | Ожидаемые результаты реализации программы  | 4  |
| 2.   | Анализ физкультурно-оздоровительной работы за 2018- 2020 гг.<br>динамика здоровья и физического развития детей | 5  |
| 3.   | Система и содержание оздоровительной деятельности в ДОУ  | 7  |
| 3.1. | Организация профилактической и оздоровительной работы в ДОУ  | 7  |
| 3.2. | Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы   | 13 |
| 3.3. | Организация полноценного питания   | 14 |
| 3.4. | Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы.   | 14 |
| 3.5. | Консультационно-информационная работа  | 18 |
| 4.   | Материально-техническое, программно-методическое и медицинское<br>обеспечение программы                        | 24 |
| 4.1. | Организация развивающей предметно-пространственной среды ДОУ   | 24 |
| 4.2. | Методическое обеспечение программы   | 28 |
| 4.3. | Кадровое обеспечение   | 29 |
| 5.   | Контроль и руководство физкультурно - оздоровительной<br>деятельности  | 30 |

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Актуальность программы

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Она остается самой острой социальной проблемой общества в настоящее время. Стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов. Это Закон РФ «Об образовании», где определены принципы государственной политики в области образования, первым из которых является «гуманистический характер образования, приоритет общечеловеческих ценностей жизни и здоровье человека, свободного развития личности», ФГОС ДО, а также Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; Указы Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации», Закон РФ «О физической культуре и спорте», «Конвенция о правах ребёнка» и другие.

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Исследования Центра здоровья детей и подростков РАМН свидетельствует о том, что около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье. Решение проблемы требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Прошедший год стал годом борьбы с новой коронавирусной инфекцией COVID-19. Администрацией нашего ДОУ на 2020-2021 учебный год был разработан и реализован план профилактических мероприятий в ДОУ по коронавирусу с целью сохранения здоровья воспитанников детского сада при обучении в условиях новой коронавирусной инфекцией COVID-19.

Анализ деятельности учреждения по профилактическим и оздоровительным мероприятиям ДОУ в соответствии с предыдущей программой «ЗДОРОВЬЕ» позволил оценить и выявить проблемы и особенности учебно-воспитательного процесса в ДОУ в современных условиях борьбы с коронавирусной инфекцией COVID-19 и выработать основные направления работы для реализации новой программы «Здоровый малыш» на 2020-2024 учебные года.

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как одна из основных задач дошкольного образовательного учреждения, должна базироваться на осознанном отношении ребёнка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Педагогический коллектив нашего учреждения пришел к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического и психического здоровья, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми. Актуализации внимания воспитателей на главной социальной роли, вооружении родителей основами психолого-педагогических знаний.

Дошкольное образовательное учреждение в своей деятельности руководствуется нормативно-правовыми документами разного уровня: федерального, регионального,

муниципального, регламентирующими деятельность, а также внутренними локальными актами, регулирующими деятельность учреждения:

- Конституция Российской Федерации, ст.43,72.
- Семейный кодекс Российской Федерации.
- Конвенция о правах ребёнка.
- Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования».
- «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений», утвержденная приказом Минздрава РФ № 139 от 04.04.2003г.
- Письмо Минобразования РФ от 14.03.00 №65/23 -16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27.10.2020г.
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020г.
- Устав и другие локальные акты ДОУ.

## **1.2. Цель и задачи реализации программы**

**Цель:** создание условий для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья воспитанников ДОУ.

### **Задачи:**

1. Повышение показателей здоровья воспитанников за счёт качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах, увеличение показателей двигательной активности детей.
2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ.
3. Разработка системы медико-педагогического контроля за организацией образовательного процесса в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

## **1.3. Основные принципы реализации 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 и 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).

#### **1.4. Основные этапы реализации программы**

##### **1-й этап - аналитический, март-май 2021 г.**

- анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за 2019-2021гг.
- анализ материально-технической базы и кадрового обеспечения
- выявление острых проблем в работе детского сада
- выдвижение гипотез, определение целей, задач работы

##### **2-й этап - разработка программы, июль-август 2021 г.**

- изучение методической литературы, опыта работы в разработках оздоровительных программ
- изучение современных оздоровительных технологий

##### **3-й этап - внедрение и реализация программы, 2021-2024гг.**

- отработка моделей и технологий системы оздоровительной и профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья детей
- методическое и организационное сопровождение
- развитие педагогического потенциала и профессиональных компетенций сотрудников
- сотрудничества с родителями
- группового взаимодействия

##### **4-й этап - итогово - диагностический, апрель-май 2024 г.**

- проведение сравнительного анализа результативности работы по всемнаправлениям программы.

#### **1.5. Ожидаемые результаты программы**

- Создание здоровьесберегающей, развивающей системы работы, способствующей не только сохранению, но и развитию физического, психического и социального здоровья воспитанников.
- Снижение заболеваемости у детей не менее чем на 5%.
- Снижение уровня сезонной заболеваемости (ОРВИ, грипп).
- Снижение количества наиболее часто болеющих детей в ДООУ.
- Отсутствие травматизма, снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
- Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в оздоровлении детей.
- Стимулирование внимания дошкольников и их родителей к вопросам здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и правильного питания в условиях семьи.
- Повышение уровня сопротивляемости детского организма с помощью закалывающих мероприятий и индивидуального подхода к каждому ребёнку.
- Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей (проверка знаний, опрос).
- Сформированность умений и устойчивого желания ребёнка заботиться о своём здоровье самому и с детства.

## 2. Анализ физкультурно-оздоровительной работы за 2018 - 2020 гг. динамика здоровья и физического развития детей

Анализ сведений о здоровье воспитанников за период с 2018 по 2020 гг. показал неуклонный рост процента заболеваемости детей и рост дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. В нашем детском саду ведётся систематически физкультурно-оздоровительная работа, начиная с момента поступления ребёнка в детский сад. Здоровье детей зависит не только от уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране, физических особенностей, условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, но и от того, что наша жизнь изменилась с появлением новой коронавирусной инфекции.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребёнка дошкольного возраста. В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передаёт семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов... Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей»

### Анализ заболеваемости и посещаемости воспитанников

#### МДОУ детского сада № 20

| № | Показатели                        | 2018-2019<br>учебный год |      |       | 2019-2020<br>учебный год |      |       |
|---|-----------------------------------|--------------------------|------|-------|--------------------------|------|-------|
|   |                                   | Всего                    | Ясли | Сад   | Всего                    | Ясли | Сад   |
| 1 | Среднесписочный состав            | 323                      | 33   | 292   | 323                      | 46   | 284   |
| 2 | Д/д по плану                      | 46193                    | 3903 | 42290 | 31785                    | 2325 | 29460 |
| 3 | Д/д по факту                      | 29556                    | 1738 | 27818 | 22285                    | 1161 | 21124 |
| 4 | Д/д пропущенные                   | 17228                    | 2203 | 15025 | 9029                     | 1061 | 7968  |
| 5 | Д/д по болезни                    | 4250                     | 360  | 3890  | 2393                     | 201  | 2192  |
| 6 | Д/д прочие                        | 12970                    | 1843 | 11127 | 6536                     | 760  | 5776  |
| 7 | Пропуск одного ребёнка по болезни | 24,8                     | 1,7  | 23,1  | 15,5                     | 8,3  | 7,2   |
| 8 | Индекс здоровья 15% - 40%         | 22%                      |      |       | 22%                      |      |       |

### Распределение по группам здоровья

Ежегодно в ДОУ ведется учет и анализ хронических заболеваний детей и определения групп здоровья, что позволяет планировать медицинскую работу с детьми.

| Показатели                    | Всего детей в ДОУ |           | с 1 группой здоровья |           | со 2 группой здоровья |           | с 3 группой здоровья |           | с 4 группой здоровья |           |
|-------------------------------|-------------------|-----------|----------------------|-----------|-----------------------|-----------|----------------------|-----------|----------------------|-----------|
|                               | 2018/2019         | 2019/2020 | 2018/2019            | 2019/2020 | 2018/2019             | 2019/2020 | 2018/2019            | 2019/2020 | 2018/2019            | 2019/2020 |
| Количество детей              | 323               | 323       | 192                  | 194       | 129                   | 127       | 2                    | 2         | 0                    | 0         |
| % от общего числа детей в ДОУ | 100%              | 100%      | 59%                  | 60%       | 40%                   | 39,4%     | 0,6%                 | 0,6%      | 0%                   | 0%        |

Анализ сведений о здоровье воспитанников дошкольного возраста (детей 3-7 лет) за период с 2018 по 2020 гг. показал небольшое, но уменьшение дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. Что же касается детей раннего возраста (2-3 года), то здесь ситуация обстоит иным образом, ежегодно прослеживается прирост процента заболеваемости и увеличение количества дней, пропущенных по болезни одним ребёнком. Это обусловлено тем, что в период с 2018 по 2020 год в наше дошкольное образовательное учреждение зачисляется больше детей раннего дошкольного возраста.

В детском саду проводится большая работа по созданию благоприятных условий для адаптации детей к условиям ДОУ. Дети поступают в детский сад неравномерно, этот процесс проходит в течение с сентября по ноябрь. Педагогами осуществлялся весь комплекс адаптационных мероприятий, направленных на создание психологически комфортных условий пребывания ребёнка в группе: возможность нахождения в группе вместе с мамой впервые 3 дня, в течение 2-х часов, индивидуальный подход, щадящий режим пребывания ребёнка в детском саду, консультации для родителей, разработаны и раздаются памятки. Для родителей вновь поступающих детей ежегодно в начале сентября проводится родительское собрание. Отмечается стабильная положительная динамика по лёгкой, средней степени адаптации детей к детскому саду. Это обусловлено тем, что у педагогов, работающих с детьми раннего возраста, высокий уровень профессиональных компетенций и используемые ими методы и технологии являются эффективными.

### *Мониторинг физической подготовленности детей*

| Дети | Общая численность воспитанников |           | Всего обследовано детей |           | Высокий уровень |           | Средний уровень |           | Низкий уровень |           |
|------|---------------------------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------------|-----------|-----------------|-----------|----------------|-----------|
|      | 2018-2019                       | 2019-2020 | 2018-2019               | 2019-2020 | 2018-2019       | 2019-2020 | 2018-2019       | 2019-2020 | 2018-2019      | 2019-2020 |
|      |                                 |           |                         |           |                 |           |                 |           |                |           |

|                         |      |      |     |     |     |     |     |     |      |      |
|-------------------------|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|
| Дети 4-7 лет            | 323  | 323  | 282 | 240 | 139 | 184 | 138 | 121 | 5    | 4    |
| % от общего числа детей | 100% | 100% | 87% | 74% | 49% | 77% | 57% | %   | 1,7% | 1,5% |

Анализ результатов диагностики физической подготовленности показал, что процент подготовки высокого уровня детей по физическому развитию ежегодно снижается, средний уровень растёт, низкий – не меняется. Это объясняется сложностями, возникшими в связи с эпидемиологической обстановкой и невозможностью осуществлять НОД в соответствии с календарным планированием (образовательную деятельность пришлось адаптировать под уличные условия). Вместе с тем, следует отметить, что общая численность воспитанников в детском саду ежегодно растёт, а количество обследованных детей к 2020 году уменьшилось на 43 %. Это обусловлено тем, что ежегодно увеличивается количество детей в возрасте от 2 до 4 лет, которые не участвуют в диагностике физической подготовленности методами обследования и тестирования.

### 3. Система и содержание оздоровительной деятельности

#### 3.1. Организация профилактической и оздоровительной работы в ДОУ

##### Система и содержание оздоровительной деятельности воспитателей и специалистов ДОУ

| Воспитатели и специалисты                | Задачи работы  | Формы работы, направления деятельности   | Периодичность  |
|--|--|--|--|
| <b>Инструктор по физической культуре</b> | 1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;<br>2. Формирование<br>3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;<br>4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни, выработка привычки к соблюдению режима дня, потребности в физических упражнениях и играх;<br>5. Воспитание физических качеств, необходимых для | 1. Проведение диагностики физической подготовленности.<br>2. Проведение физкультурных занятий.<br>3. Проведение утренней гимнастики.<br>4. Индивидуальная работа с детьми с ОВЗ, детьми, имеющими отставание в физическом развитии.<br>5. Проведение физкультурных праздников и развлечений.<br>6. Консультации для педагогов и родителей.<br>7. Участие в проведении ППк ДОУ. | В соответствии требованиями программы и возрастными особенностями детей. |



|                        |   |  |   |
|------------------------|---|--|---|
|                        | полноценного развития личности.   |  |   |
| <b>Воспитатель</b>     | <p>1.Укрепление</p> <p>2.Формирование двигательных умений и навыков, дыхательных функций) детей разных возрастных групп;</p> <p>3.Формирование осознанности двигательных действий, внимание,</p> <p>4.Воспитание двигательной культуры, нравственно- волевых качеств: смелости, настойчивости, смелости</p>   | <p>1.Обучение на занятиях:</p> <p>2.Досути, развлечения, праздники.</p>  | В соответствии срасписанием организованной образовательной деятельности по возрастной группе. |
| <b>Учитель-логопед</b> | <p>1.Изучение уровня речевого, познавательного, социально-коммуникативного, физического развития и индивидуально-личностных особенностей детей, нуждающихся в логопедической поддержке, определение основных направлений и содержания работы с каждым из них.</p> <p>2.Систематическое проведение необходимой профилактической с детьми в соответствии с их индивидуальными программами.</p> <p>3.Формирование</p> <p>4.Координация</p> | <p>1.Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми.</p> <p>2.Проведение диагностики.</p> <p>3.Консультативная помощь воспитателям и родителям.</p> <p>4.Интегрированные занятия с воспитателями, специалистами ДОУ.</p> <p>5.Организация и проведение ППк, руководство ведением индивидуальных образовательных маршрутов.</p> | В соответствии спланом.   |

|                           |   |  |                          |
|---------------------------|---|--|--------------------------|
|                           | усилий педагогов и родителей, контроль качества проведения речевой работы с детьми.   |  |                          |
| <b>Учитель-дефектолог</b> | <p>1. Изучение нуждающихся коррекционной поддержке, определение.</p> <p>2. Систематическое проведение необходимой коррекционной работы с детьми в соответствии с их индивидуальными образовательными маршрутами.</p> <p>3. Формирование педагогической компетентности у воспитателей и специалистов ДОУ, работающих с детьми с ОВЗ.</p> <p>4. Повышение вовлеченности родителей в образовательный процесс и передача знаний по решению имеющихся проблем.</p> | <p>1. Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми.</p> <p>2. Проведение диагностики.</p> <p>3. Консультативная помощь воспитателям и родителям.</p> <p>4. Интегрированные занятия с воспитателями, специалистами ДОУ.</p> <p>5. Участие в проведении ППк ДОУ.</p> | В соответствии с планом. |
| <b>Педагог - психолог</b> | <p>1. Систематический мониторинг психологического развития детей.</p> <p>2. Разработка индивидуальных образовательных маршрутов.</p> <p>3. Создание условий психологической безопасности образовательного процесса ДОУ.</p>   | <p>1. Проведение диагностики.</p> <p>2. Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми.</p> <p>3. Консультативная помощь воспитателям и родителям.</p> <p>4. Интегрированные занятия с воспитателями, специалистами ДОУ.</p> <p>5. Участие в проведении</p>          | В соответствии с планом. |

|                  |  | ППк ДОУ.  |  |
|------------------|--|---|--|
| <b>Медсестра</b> | <p>1.Осуществление первичной профилактики.</p> <p>2.Контроль организации питания.</p> <p>3.Контроль физического воспитания</p> <p>4.Гигиеническое воспитание в детском коллективе.</p> <p>5.Иммунопрофилактика.</p> <p>6.Мероприятия по обеспечению благоприятной адаптации детей к ДОУ.</p> | <p>1.Контроль санитарно – гигиенических условий в ДОУ.</p> <p>2.Контроль состояния калорийности питания и анализ качества питания.</p> <p>3.Контроль санитарно – гигиенического состояния пищеблока.</p> <p>4.Составление меню.</p> <p>5.Бракераж готовой продукции.</p> <p>6.Распределение воспитанников на медицинские группы для занятий физкультурой.</p> <p>7.Анализ эффективности физического воспитания с оценкой физической подготовленности детей.</p> <p>8.Осуществление контроля организации физического воспитания, закаливающих мероприятий.</p> <p>9.Рекомендации по организации и проведению гигиенического воспитания, формированию навыков здорового образа жизни.</p> <p>10.Организация мероприятий по профилактике нарушения осанки и плоскостопия.</p> <p>11.Контроль гигиенического воспитания.</p> <p>12.Планирование и анализ вакцинации.</p> <p>13.Осмотр детей перед прививкой.</p> <p>14.Контроль состояния здоровья после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку.</p> <p>15.Витаминизация 3 блюда витамином «С»</p> | <p>Постоянно</p> <p>Ежедневно</p> <p>2 раза в год</p> <p>2 раза в год</p> <p>Ежемесячно</p> <p>По необходимости</p> <p>Постоянно<br/>В соответствии с национальным календарем прививок</p> <p>Постоянно</p> <p>Ежедневно</p> |

**Стратегический план работы ДОУ по  
улучшению здоровья детей**

| №                         | Содержание   | Группа     | Периодичность выполнения | Ответственные  | Срок выполнения |
|---------------------------|--|------------|--------------------------|--|-----------------|
| <b>Оптимизация режима</b> |  |            |                          |  |                 |
| 1.                        | Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима                  | Все группы | Ежедневно                | Воспитатели, медсестра   | В течение года  |
| 2.                        | Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных индивидуальных особенностей | Все группы | Ежедневно                | Старший воспитатель<br>специалисты<br>ДОУ  | В течение года  |
| 3.                        | Физкультурные занятия (НОД)  | Все группы | 3 раза в неделю          | Инструктор по физической культуре  | В течение года  |
| 4.                        | Гимнастика после дневного сна  | Все группы | Ежедневно                | Воспитатели, инструктор по физической культуре   | В течение года  |
| 5.                        | Прогулки с включением подвижных игровых упражнений   | Все группы | Ежедневно                | Воспитатели  | В течение года  |
| 6.                        | Музыкально – ритмические занятия   | Все группы | 2 раза в неделю          | Музыкальный руководитель, воспитатели  | В течение года  |
| 7.                        | Физкультурные праздники и досуги   | Все группы | 1 раз в месяц            | Инструктор по физической культуре  | В течение года  |
| 8.                        | Неделя здоровья  | Все группы | 2 раза в год             | Старший воспитатель<br>педагоги<br>ДОУ,<br>медсестра,<br>инструктор по физической культуре,<br>специалисты<br>ДОУ (по необходимости) | В течение года  |

|   |  |   |                                       |  |  |
|---|--|---|---------------------------------------|--|--|
|   |  |   |                                       | и)   |  |
| 9.  | Пальчиковая гимнастика   | Все группы                                | 3-4 раза в день                       | Воспитатели, специалисты ДОУ                   | В течение года   |
| 10.   | Физкультминутки  | Все группы                                | Ежедневно                             | Воспитатели, специалисты ДОУ                   | В течение года   |
| 11.   | Подвижные игры   | Все группы                                | Ежедневно                             | Воспитатели, специалисты ДОУ                   | В течение года   |
| <b>Охрана психического здоровья</b>                     |  |   |                                       |  |  |
| 1.  | Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы | Все группы                                | Ежедневно несколько раз в день        | Воспитатели, специалисты ДОУ                   | В течение года   |
| <b>Медико-профилактическое направление</b>              |  |   |                                       |  |  |
| 1.  | Дыхательная гимнастика в игровой форме                             | Все группы                                | 3 раза в день                         | Воспитатели, инструктор по физической культуре | В течение года   |
| 2.  | Самомассаж, точечный массаж  | Все группы, кроме малышей                 | Ежедневно                             | Воспитатели, инструктор по физической культуре | В течение года   |
| 3.  | Витаминотерапия: ревит, аскорбиновая кислота                       | Все группы (по согласованию с родителями) | 1 раз в день (10 дней)                | Медсестра                                      | 2 раза в год   |
| 4.  | Ароматизация помещений (чеснок)                                    | Все группы                                | по плану профилактических мероприятий | Медсестра, воспитатели                         | 4 раза в год<br>октябрь,<br>декабрь,<br>февраль,<br>апрель |
| <b>Закаливание, с учётом состояния здоровья ребёнка</b> |  |   |                                       |  |  |

|    |                                     |                            |           |  |                |
|----|-------------------------------------|----------------------------|-----------|--|----------------|
| 1. | Воздушные ванны                     | Все группы                 | Ежедневно | Воспитатели                                    | В течение года |
| 2. | Прогулки на воздухе                 | Все группы                 | Ежедневно | Воспитатели                                    | В течение года |
| 3. | Гимнастика после сна (босохождение) | Все группы (кроме малышей) | Ежедневно | Воспитатели                                    | В течение года |
| 4. | Мытье рук по локоть после сна       | Все группы (кроме малышей) | Ежедневно | Воспитатели                                    | В течение года |
| 5. | Игры с водой                        | Все группы                 | по плану  | Воспитатели, инструктор по физической культуре | В течение года |

### **3.2. Мониторинг физкультурно-оздоровительной работы**

#### **Исследование состояния здоровья детей специалистами ДОО и детской поликлиники:**

- Осмотр детей медперсоналом (врач-педиатр, старшая медицинская сестра), определение группы здоровья;
- Диспансеризация детей (с 3-х лет);
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений и т.д. в беседах с родителями и педагогами;
- Антропометрия (до 3-х лет ежеквартально, дошкольные группы - 2 раза в год).

#### **Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДОО с целью динамического наблюдения за их развитием:**

- Диагностика по усвоению программ: Основная образовательная программа муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада №20, Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с тяжелыми нарушениями речи, Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с задержкой психического развития (разделы «Физическое воспитание»).
- Диагностика физических качеств.
- Ведение индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ.
- Диагностика адаптации ребёнка к условиям ДОО. Выявленные проблемы у детей, берутся под контроль, обсуждаются на педсовете, намечается план индивидуальной работы с детьми. На последнем педсовете (по итогам

года), озвучиваются результаты.

### **3.3. Организация полноценного питания**

При организации питания рекомендуется придерживаться естественных потребностей воспитанников, исключить насильственное кормление, приучать к правильной, здоровой пище.

#### **Формы работы и направления деятельности:**

- Систематический контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к пищеблоку. Контроль за соблюдением ассортимента продуктов
- Соблюдение нормативных требований к качеству и количественному объему пищи в соответствии с возрастом детей
- Обеспечение питьевого режима (вода, соки).
- Эстетика организации питания и гигиена приема пищи.

### **3.4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы**

#### **Проведение физкультурных занятий разных типов:**

- традиционные
- тренировочные
- занятия-соревнования
- занятия-зачёты
- игровые
- самостоятельные интегрированные с другими видами деятельности
- праздники и развлечения *и пр.*

#### **Использование оздоровительных технологий на занятиях:**

- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Специальные коррекционные упражнения, рекомендуемые для использования в работе с детьми с ОВЗ
- Хождение по дорожкам «здоровья»
- Корригирующая гимнастика
- Логоритмические упражнения

#### **Комплекс психофизических мероприятий:**

- элементы музыкотерапии
- элементы сказкотерапии, смехотерапии
- обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ
- выбор оптимального темпа работы в соответствии с личностными особенностями детей

- упражнения с использованием приёмов сенсорной интеграции с детьми с ОВЗ

### **Система эффективных закаливающих процедур**

акаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и являются необходимым условием оптимального развития ребенка.

#### **Основные факторы закаливания:**

1. Закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня.
2. Закаливающие процедуры различаются по виду, интенсивности.
3. Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях и других режимных моментах.
4. Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при теплом комфорте организма детей.

#### **Формы работы:**

- Соблюдение температурного режима групповых помещениях, в физкультурном и музыкальном залах в течение дня
- Водное закаливание (мытьё прохладной водой рук по локоть после дневного сна)
- Утренняя гимнастика (средние, старшие и подготовительные группы на свежем воздухе, младшие - в физкультурном или музыкальном зале)
- Сон при открытых фрамугах (в зависимости от времени года)
- Правильная организация прогулки, её длительность
- Дозированный оздоровительный бег на воздухе
- Соблюдение сезонной одежды во время прогулок и физкультурных занятий, учитывая индивидуальное состояние детей
- Гимнастика после сна (облегченная одежда, босиком)
- Ходжение по «дорожкам здоровья» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия)

#### **Активизация двигательного режима детей:**

- активизация двигательного режима детей с применением атрибутов современных, интересных пособий;
- создание необходимой развивающей среды;
- проведение подвижных игр, пеших переходов во время прогулок;
- строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- проведение утренней гимнастики, физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности.

| №   | Виды занятий        | Особенности организации   |
|---|---------------------|---|
| <b>1. Физкультурно-оздоровительная работа</b> |                     |   |
| 1.1.  | Утренняя гимнастика | Ежедневно на открытом воздухе или в спортивном и музыкальном залах.<br>Длительность 7-12 мин. |



|  |  |   |
|--|--|---|
| 1.2.   | Двигательная разминка  | Ежедневно во время большого перерыва между занятиями. Длительность 7-10 мин.  |
| 1.3.   | Физкультминутка  | Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 1-3 мин.                                     |
| 1.4.   | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке                           | Ежедневно во время утренней прогулки. Игры, подобранные с учетом индивидуальных особенностей детей. Длительность 10-30 мин.             |
| 1.5.   | Оздоровительный бег  | 1-2 раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин.  |
| 1.6.   | Индивидуальная работа по развитию основных видов движений                    | Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 5-15 мин.  |
| 1.7.   | Гимнастика после дневного сна  | Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.   |
| 1.8.   | Логоритмическая гимнастика   | 1 раз в неделю (проводится воспитателем в форме кружковой работы с детьми подготовительной группы).                                     |
| <b>2. Самостоятельные занятия</b>                                    |  |   |
| 2.1  | Самостоятельная двигательная деятельность                                    | Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от возрастных особенностей детей. |
| <b>3. Праздники и развлечения</b>                                    |  |   |
| 3.1  | Неделя здоровья  | 1 раз в год.  |
| 3.2  | Физкультурный досуг  | 1 раз в месяц на улице или в спортивном зале. Длительность 20-40 минут.   |
| 3.3  | Физкультурно праздники на воздухе  | 2 раза в год. Длительность 25-50 минут.   |
| 3.4  | Игры – соревнования между детьми разных возрастных групп                     | 1-2 раза в год на воздухе. Длительность 30-50 минут.  |
| <b>4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</b> |  |   |
| 4.1  | Участие родителей в родительских собраниях, индивидуальное консультирование. | В течение года  |

### Профилактические мероприятия в период пандемии и подъема ОРВИ и гриппа:

- Своевременное выявление и изоляция детей с первыми признаками заболевания.

- Контроль за качеством проведения утреннего фильтра на группах.
- Максимальное пребывание детей на свежем воздухе.
- Контроль за режимом проветривания в группах, регулярной влажной уборкой.
- Использование продуктов содержащих фитонциды для ароматизации помещений (чеснок, лук).
- Профилактические медикаментозные средства: витамины.
- Использование рециркуляторов для очистки воздуха групповых помещений и помещений общего пользования (в том числе спортивные залы, музыкальный залы, кабинеты педагога-психолога, учителя-дефектолога, учителей-логопедов).
- По мере необходимости, в связи со сложившейся эпидемиологической обстановкой, принятие ограничительных мер для родителей и сотрудников ДОО при посещении образовательного учреждения в соответствии с положением «Об организации работы МБДОУ детского сада № 20» в связи с распространением новой коронавирусной инфекции».

### **Формирование представлений у воспитанников о здоровом образе жизни**

Основная мысль - ЗОЖ 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 гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде, опасных ситуациях в быту, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях;
- формирование привычки и стойкого желания ежедневных физических упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, представлений о том, что полезно и что вредно организму;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения; понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

### **Факторы воздействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ:**

- Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду
- Рациональное питание
- Полноценный сон
- Соблюдение оптимального температурного воздушного режима
- Психологически комфортная обстановка пребывания ребенка в ДОО
- Социально-бытовые условия пребывания ребёнка в семье, её традиции

### **Работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ:**

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребёнка, личностно-ориентированного общения взрослого и ребёнка.

- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом).
- Обучение приёмам дыхательной и пальчиковой гимнастики, самомассажу, занятиям на тренажёрах, способам страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни.
- Проведение тематических занятий на группах.
- Проведение физкультурной ООД (занятий) 3 раза в неделю.
- Проведение недель здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.

### 3.5. Консультационно-информационная работа

**Работа с педагогическим коллективом** – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению физического и психологического здоровья детей.

**Цель:** создание системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого ребёнка.

**Задачи:**

- внедрение новых технологий по развитию психического и физического здоровья воспитанников;
- внедрение современных методов мониторинга здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни;
- организация сбалансированного питания (десятидневное меню);
- обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий;
- максимальное обеспечение двигательной активности в детском саду, использование физкультминуток, релаксации, элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.
- просветительская работа с родителями по направлениям программы

**Формы:**

- Анкетирование
- Индивидуальные беседы
- Консультации по запросу
- Педсоветы, круглый стол, семинары - практикумы
- Праздники и досуги
- Тренинги для педагогов по сохранению собственного психологического здоровья

**Организация мероприятий с педагогическим коллективом по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ:**

1. Обеспечение гибкого режима дня в детском саду
2. Проведение профилактических медицинских мероприятий
  - профилактическая работа с родителями и педагогами по снижению

- заболеваемости;
- вакцинация в соответствии с национальным календарем прививок;
- контроль за санитарным состоянием учреждения;
- контроль за питанием;
- проведение с детьми занятий по теме «Я и моё здоровье».

### 3. Организация и проведение мероприятий по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в детском саду:

- создание соответствующей развивающей среды в группах;
- создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;
- физкультурные и музыкальные праздники и развлечения;
- создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольном учреждении в целом;
- рациональное использование музыкотерапии, песочной терапии, арт-терапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;
- использование на физкультурных занятиях и в других благоприятных режимных моментах элементов психогимнастики;
- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребёнок);
- применение психолого-педагогических приёмов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей (индивидуальные беседы и педагога-психолога с ребёнком и родителями, воспитателями и специалистами детского сада, проведение подвижных, сюжетно-ролевых и режиссерских игр и др.);
- предоставление дополнительных услуг (работа физкультурно-оздоровительного кружка «Логоритмика» и др.).

### 4. Обеспечение безопасного пребывания ребенка в ДОУ:

- проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;
- проведение с детьми практических занятий по теме «Опасные ситуации»

| №  | Мероприятие | Тема  | Ответственные    | Срок     |
|----|-------------|---|------------------|----------|
| 1. | Педсоветы   | 1. Формирование здоровьесберегающей компетентности педагогов как один из подходов укрепления психологического здоровья дошкольников.<br>2. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ.<br>3.3. Комплексный подход к сохранению и укреплению психологического и физического здоровья детей дошкольного возраста. | Зам. зав. по ВМР | ежегодно |

|    |  |   |   |  |
|----|--|---|---|--|
| 2. | Совещание при заведующем   | 1.Выполнение санитарно – гигиенического режима.<br>2.Охрана здоровья воспитанников.<br>3.Анализ питания, заболеваемости.<br>4.Санитарно – эпидемиологическая работа в ДОУ.  | Медсестра<br>Заведующий<br>ДОУ  | Ежегодно<br>Ежегодно<br>1 раз в<br>месяц<br>1<br>раз в<br>месяц  |
| 3. | Педагогические часы  | 1.Анализ адаптации вновь поступающих детей.<br>2.Оздоровительная работа в ДОУ.<br>3.Закаливающие процедуры.<br>4.Внедрение здоровьесберегающих  | Зам.зав. по<br>ВМР<br>Медсестра<br>Инструктор по<br>физической<br>культуре  | 1 раз в год<br>2 раза в<br>год<br><br>1 раз в год<br>1 раз в год |
| 4. | Семинары – практикумы, деловые игры, круглые столы, консультации и пр. | 1.Взаимодействие педагогов ДОУ с целью оптимизации физического и психологического развития дошкольников.<br>2.Психологическое здоровье +физическое здоровье = здоровый ребёнок.<br>3.Комплексный подход к сохранению и укреплению психологического и физического здоровья детей дошкольного возраста.<br>4.Формирование здорового образа жизни дошкольников в условиях ДОУ и семьи.<br>5.Утренняя гимнастика одно из<br>6.Использование нетрадиционных форм в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.<br>7. Двигательная активность, как необходимое условие сохранения здоровья и успешного развития дошкольника.<br>8.Развитие двигательных качеств посредством подвижных игр. | Инструктор по<br>физической<br>культуре   | ежегодно   |
| 5. | Консультации, разработка буклетов, памяток                             | 1. Оформление участков зимой.<br>2. Адаптация в жизни ребёнка.<br>3. Психологические минутки в работе с детьми и т.д.   | Зам.зав. по<br>ВМР<br>Инструктор по<br>физической<br>культуре<br>Педагог-психолог<br>Воспитатели групп<br>раннего<br>возраста | По плану   |

|    |  |                              |                                |                |
|----|--|------------------------------|--------------------------------|----------------|
| 6. | Повышение профессионального мастерства | Курсы повышения квалификации | Медсестра<br>Педагога<br>ДОУ   | 1 раз в 5 лет  |
| 7. | Проверка знаний                        | Сдача санминимума            | Заведующий<br>ДОУ<br>Медсестра | 1 раз в 2 года |

### **Работа с родителями и пропаганда ЗОЖ в семье**

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями. Беседы на родительских собраниях привели нас к выводу, что даже у образованных родителей уровень знаний и умений в области воспитания привычки к ЗОЖ невысок, а интерес к данной проблеме возникает лишь тогда, когда ребёнку уже требуется медицинская или психологическая помощь. Большинство родителей не понимают самой сущности понятия «здоровье», рассматривают его только как отсутствие заболеваний, а средство оздоровления детского организма видят лишь в лечебных и закаливающих мероприятиях, совершенно не учитывая взаимосвязь всех составляющих здоровья: физического, психического и социального.

#### **Задачи работы с родителями:**

- повышение педагогической культуры родителей;
- валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье;
- изучение и распространение положительного семейного воспитания;
- включение родителей в совместную работу по оздоровлению детей.

#### **Формы работы:**

- проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций;
- анкетирование;
- выпуск информационных листов;
- педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам;
- дни открытых дверей;
- экскурсии по детскому саду для вновь прибывших детей, в период адаптации;
- показ занятий для родителей;
- совместные занятия для детей и родителей;

- круглые столы с привлечением специалистов детского сада;
- организация совместных дел (постройка горки, расчистка участка от снега и др.).

#### **Методы, используемые педагогами в работе:**

- анкетирование родителей
- беседы с родителями
- тематические беседы с ребёнком
- наблюдения за ребёнком
- изучение продуктивной деятельности детей и обсуждение результата

С целью улучшения профилактической работы с родителями по вопросам закаливания и оздоровления ребёнка старшая медсестра проводит с родителями индивидуальные консультации и беседы по темам:

- причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний;
- профилактика ОРЗ в домашних условиях;
- закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении;
- значение режимных моментов для здоровья ребенка;
- о питании дошкольников;
- профилактика паразитарных и острых кишечных заболеваний у детей;
- вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье;
- воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников и др.

#### **План работы с родителями:**

| <b>Мероприятия</b>   | <b>Ответственные</b>  | <b>Срок проведения</b>                                       |
|--|---|--|
| Консультации:<br>- «Профилактика плоскостопия осанки у детей дошкольного возраста»<br>- «Что такое здоровый образ жизни»<br>- «Речь на кончиках пальцев»<br>- «Адаптация – это серьезно»<br>- «Что нужно сделать, чтобы снять усталость и укрепить мышцы спины»<br>- «Страховка ребёнка на спортивных снарядах и тренажёрах»<br>- «Как воспитать здорового малыша»<br>- «Закаливание детского организма»<br>- «Самомассаж и точечный массаж» | Специалисты<br>ДОУ:<br>инструктор по физической культуре, медсестра, учитель-логопед, педагог-психолог, старшие воспитатели | В течение года по плану или по запросу родителей и педагогов |

|   |   |                    |
|---|---|--------------------|
| - «Игровой массаж, как средство подготовки руки к письму» |   |                    |
| «День здоровья»   | Инструктор по физической культуре<br>По плану               | Сентябрь - май     |
| Концерт «День матери»                                     | Музыкальный руководитель                                    | Ежегодно, ноябрь   |
| Фестиваль семейного творчества «Музыкальная гостиная»     | Музыкальный руководитель                                    | Ежегодно, сентябрь |
| Физкультурно-музыкальный праздник «Бравые солдаты»        | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель | Ежегодно, февраль  |
| Детская спартакиада «Всемирный день здоровья»             | Инструктор по физической культуре                           | Ежегодно, апрель   |
| Физкультурно-музыкальный праздник «Здравствуй, лето»      | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель | Ежегодно, июнь     |

### **План мероприятий по профилактике школьной дезадаптации**

| <b>№</b> | <b>Содержание</b>  | <b>Ответственный</b>                   | <b>Срок исполнения</b> |
|----------|--|--|------------------------|
| 1.       | Медицинский осмотр детей за год до поступления их в школу                      | Врачи детской поликлиники<br>Медсестра | По графику             |
| 2.       | Проведение комплексного психолого-педагогического обследования выпускников ДОУ | Специалисты<br>ДОУ                     | Сентябрь, май          |
| 3.       | Коррекционная работа с детьми с общим недоразвитием речи                       | Учитель-логопед                        | В течение года         |
| 4.       | Коррекционная работа с детьми с задержкой психического развития                | Учитель-дефектолог                     | В течение года         |
| 5.       | Коррекционная работа с детьми с несформированной мотивацией к обучению в школе | Педагог-психолог                       | Ноябрь - апрель        |



|    |   |                                   |               |
|----|---|-----------------------------------|---------------|
| 6. | Диагностика физической подготовленности   | Инструктор по физической культуре | Сентябрь, май |
| 7. | Ознакомление родителей с результатами проведения ППк по освоению основной и адаптированной образовательных программ для детей с ОВЗ | Воспитатели<br>Специалисты<br>ДОУ | Сентябрь, май |
| 8. | Анкетирование родителей «Особенности развития личности вашего ребенка»  | Воспитатели<br>Педагог-психолог   | По плану      |
| 9. | Консультация для родителей «Кризис 7 лет»   | Педагог-психолог                  | По плану      |

#### **4. Материально-техническое, программно-методическое и медицинское обеспечение программы**

##### **Помещения для физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей работы с детьми:**

- Спортивный зал
- Спортивная площадка на территории детского сада
- Спортивные центры в каждой группе
- Музыкальный зал
- Кабинет учителя – логопеда
- Кабинет учителя – дефектолога
- Кабинет педагога – психолога
- Темная сенсорная комната
- Комната коррекционной помощи

##### **Медицинский блок:**

- Медицинский кабинет
- Процедурный кабинет

##### **4.1. Организация предметно – развивающей среды ДОУ**

| <b>№</b> | <b>Помещения</b> | <b>Условия</b>  | <b>Мероприятия</b>   |
|----------|------------------|---|--|
| 1.       | Спортивный зал   | Спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий с детьми | - Утренняя гимнастика<br>- Физкультурные занятия<br>- Физкультурные развлечения, соревнования и праздники<br>- Индивидуальная работа по освоению физических навыков и умений |

|    |                               |  |   |
|----|-------------------------------|--|---|
| 2. | Спортивная площадка ДОУ       | Оборудование: шведские стенки, горки, спортивные комплексы   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Утренняя гимнастика на воздухе</li> <li>- Физкультурные занятия на воздухе</li> <li>- Спортивные праздники и соревнования на воздухе</li> </ul>  |
| 3. | Музыкальный зал               | Пианино, музыкальный центр, телевизор, видеомаягнитофон (диски, кассеты) музыкальные инструменты, игровые пособия. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Музыкальные занятия</li> <li>- Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми</li> <li>- Спектакли</li> <li>- Развлечения, праздники, утренники</li> </ul>  |
| 4. | Кабинеты учителя - логопеда   | Методические пособия, наглядно-дидактический материал, диагностический и стимульный материал, доска                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Групповые занятия по коррекции</li> <li>- Индивидуальные занятия</li> <li>- Консультирование родителей, педагогов</li> </ul>   |
| 5. | Кабинет учителя - дефектолога | Методические пособия, наглядно-дидактический материал, диагностический и стимульный материал, доска                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Диагностика</li> <li>- Индивидуальные занятия</li> <li>- Групповые занятия</li> <li>- Консультирование родителей и педагогов</li> </ul>  |
| 6. | Кабинет педагога психолога    | Методические пособия, диагностический и стимульный материал, наглядно-дидактический материал, доска                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Групповая и индивидуальная диагностика</li> <li>- Индивидуальные занятия</li> <li>- Групповые занятия</li> <li>- Консультирование родителей и педагогов</li> <li>- Просвещение педагогов, родителей</li> </ul> |
| 7. | Методический кабинет          | Методические пособия, наглядно-дидактический материал, доска, компьютерное оборудование                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Консультации и мероприятия для педагогов</li> <li>- Консультации для родителей</li> <li>- Проведение ППк ДОУ</li> <li>- Планирование и ведение документации ДОУ</li> </ul>                                     |

|     |   |   |  |
|-----|---|---|--|
| 8.  | Медицинский кабинет<br>(кабинет медицинский, процедурный) | Документация, лекарственные препараты, оборудование | - Осмотр детей<br>- Антропометрия<br>- Вакцинация детей<br>- Оказание медицинской помощи |
| 9.  | Пищеблок  | Оборудование, посуда, продукты                      | - Приготовление пищи, подготовка и раздача пищи  |
| 10. | Прачечная   | Оборудование, белье                                 | - Стирка, сушка и глажение белья   |

### Перечень спортивного оборудования физкультурного зала

| №   | Наименование спортивного оборудования | Количество |
|-----|---------------------------------------|------------|
| 1.  | Шведская стенка                       | 3 пролета  |
| 2.  | Доска ребристая                       | 1 штука    |
| 3.  | Доска h=20 см                         | 2 штуки    |
| 4.  | Доска с перекладинами                 | 1 штука    |
| 5.  | Лестницы подвесные                    | 1 штука    |
| 6.  | Канат                                 | 3 штуки    |
| 7.  | Спортивные скамьи                     | 8 штук     |
| 8.  | Кольцебросы                           | 4 штуки    |
| 9.  | Мешочки с песком кожаные              | 10 штук    |
| 10. | Мяч малый массажный твёрдый           | 27 штук    |
| 11. | Мяч малый массажный мягкий            | 19 штук    |
| 12. | Мяч средний массажный мягкий          | 2 штуки    |
| 13. | Мяч большой массажный (фит-бол)       | 2 штуки    |
| 14. | Мячи резиновые большие                | 34штуки    |
| 15. | Мячи резиновые средние                | 28 штук    |
| 16. | Мячи d=20 см                          | 26 штук    |
| 17. | Мячи пластмассовые                    | 35 штук    |
| 18. | Мяч фит-бол с «рожками»               | 14 штук    |
| 19. | Мяч набивной                          | 15 штук    |
| 20. | Кегли                                 | 55 штук    |
| 21. | Флажки на деревянной палочке          | 64 штуки   |
| 22. | Цветные ленты на кольцах              | 67 штук    |
| 23. | Скакалка                              | 37 штук    |
| 24. | Обруч                                 | 58 штук    |
| 25. | Скамейка гимнастическая               | 5 штук     |
| 26. | Щит для бросков в цель                | 2 штуки    |
| 27. | Кольцо баскетбольное                  | 1 штука    |
| 28. | Сетка волейбольная                    | 2 штуки    |
| 29. | Мат большой чёрный                    | 1 штука    |

|     |                                   |          |
|-----|-----------------------------------|----------|
| 30. | Мат большой зелёный               | 1 штука  |
| 31. | Мат маленький                     | 2 штуки  |
| 32. | Мат – дорожка со следами          | 2 штуки  |
| 33. | Гимнастические палки              | 35 штук  |
| 34. | Гантели маленькие                 | 18 штук  |
| 35. | Тоннель                           | 2 штуки  |
| 36. | Вело - тренажёр                   | 3 штуки  |
| 37. | Массажная дорожка                 | 3 штуки  |
| 38. | Погремушка                        | 24 штуки |
| 39. | Массажёр деревянный               | 1 штука  |
| 40. | Мягкие модули                     | 19 штук  |
| 41. | Маски-шапочки животных            | 5 штук   |
| 42. | Колпак цветной                    | 3 штуки  |
| 43. | Разметочная фишка с держателем    | 50 штуки |
| 44. | Полотно голубое                   | 1 штука  |
| 45. | «Парашют»                         | 1 штука  |
| 46. | Массажные кочки                   | 15 штук  |
| 47. | Массажные коврики резиновые       | 5 штуки  |
| 48. | Палатка                           | 1 штука  |
| 49. | Дуги деревянные                   | 4 штуки  |
| 50. | Эстафетная палочка                | 10 штуки |
| 51. | Насос                             | 1 штука  |
| 52. | Батут                             | 1 штука  |
| 53. | Мячи футбольные                   | 4 штуки  |
| 54. | Набор (ворота и мяч надувные)     | 2 штуки  |
| 55. | Ель искусственная                 | 2 штуки  |
| 56. | Набор (клюшка и шайба)            | 4 штуки  |
| 57. | Санки-салазки                     | 2 штуки  |
| 58. | Колокольчик                       | 1 штука  |
| 59. | Бубен                             | 1 штука  |
| 60. | Корзина для мячей                 | 2 штуки  |
| 61. | Корзина для мячей пластмассовая   | 2 штуки  |
| 62. | «Кочки» пластмассовые             | 12 штук  |
| 63. | Массажные кольца                  | 30 штук  |
| 64. | Брёвнышко пластмассовое разборное | 2 штуки  |
| 65. | Конусы большие                    | 2 штуки  |
| 66. | Балансиры резиновые массажные     | 5 штук   |
| 67. | Мешки для прыжков                 | 4 штуки  |
| 68. | Шагоходы                          | 2 штуки  |
| 69. | Обручи плоские                    | 10 штук  |

#### 4.2. Методическое обеспечение (программы, технологии, методические рекомендации по организации оздоровительной деятельности)

| №                            | Наименование программ   |
|------------------------------|---|
| 1.                           | Основная образовательная программа муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада № 20                              |
| 2.                           | Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с тяжёлыми нарушениями речи МБДОУ Детского сада №20       |
| 3.                           | Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с задержкой психического развития МБДОУ Детского сада №20 |
| <b>Парциальные программы</b> |   |
| 1.                           | «Программа нетрадиционной системы физкультурных занятий» / под ред. К.К. Утробиной  |
| 2.                           | «Программа по ритмической пластике для детей дошкольного возраста младшего школьного возраста» / под ред. А.И. Бурениной                  |
| 3.                           | «Танцевальная ритмика» Т.И. Суворовой   |
| 4.                           | «Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития» / под ред. Л.Б. Баряевой                                 |

#### Педагогические технологии в образовательном процессе

| Название  | Виды деятельности   |
|---|---|
| <b>Личностно–ориентированные технологии воспитания и обучения</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Игровые, проблемные ситуации</li> <li>● Индивидуальные беседы</li> <li>● Коммуникативные игры</li> </ul>   |
| <b>Здоровьесберегающие технологии</b>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Закаливание</li> <li>● Дыхательная гимнастика</li> <li>● Пальчиковая гимнастика</li> <li>● Корректирующая гимнастика (профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки)</li> <li>● Музыкалотерапия</li> <li>● Динамические паузы</li> <li>● Подвижные и спортивные игры</li> </ul> |

|   |  |
|---|--|
| <b>Технологии обеспечения социально – психологического благополучия ребёнка</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Психолого – педагогическое сопровождение развития ребёнка</li> <li>• Релаксация</li> <li>• Психогимнастика</li> <li>• Песочная терапия</li> <li>• Элементы арт-терапии и др.</li> </ul> |
|---|--|

### 4.3. Кадровое обеспечение программы

Вопросы повышения педагогической культуры родителей необходимо рассматривать в тесной связи с повышением квалификации самих воспитателей и специалистов, поскольку уровень их профессионального мастерства определяет отношение семьи к детскому саду, педагогам и их требованиям. Педагоги детского сада постоянно повышают свою квалификацию через прохождение курсов повышения квалификации, тематических и целевых курсов. В период с 2018-2020 годы 10 педагогов (12 курсов повышения квалификации) нашего образовательного учреждения прошли обучение по таким направлениям, как «Организация и контроль качества питания детей в ДОО», «Детский фитнес: методика организации и проведения занятий», «Применение методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики физического развития ребёнка», «Формирование здоровьесберегающей компетентности педагогических работников», «Оказание первой помощи в образовательной организации», «Современные подходы к организации образовательного процесса в группах раннего возраста в условиях реализации ФГОС ДО», «Инклюзивное образование детей с ОВЗ в ДОО», «Повышение педагогической культуры педагогов и её влияние на здоровьесбережение, воспитание и развитие ребёнка дошкольного возраста в рамках ФГОС» и др.

### 5. Контроль и руководство физкультурно-оздоровительной деятельностью Циклограмма контроля за осуществлением физкультурно-оздоровительной работы

| №  | Тематика контроля                                   | Вид контроля, Формы и методы контроля                          | Сроки     | Ответственные                |
|----|---|--|-----------|------------------------------|
| 1. | Выполнение инструкции жизни и здоровья детей        | Оперативный  | Постоянно | Заведующий ДООУ              |
| 2. | Результаты медицинского осмотра детей               | Мониторинг   | Постоянно | Медсестра                    |
| 3. | Проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня | Оперативный, плановый, персональное наблюдение                 | Постоянно | Зам.зав. по ВМР              |
| 4. | Организация питания                                 | Персональное посещение групп, пищеблока, изучение документации | Постоянно | Заведующий ДООУ<br>Медсестра |

|     |  |   |                                      |                                      |
|-----|--|---|--------------------------------------|--------------------------------------|
| 5.  | Выполнение здоровьесберегающего режима   | Персональное посещение                                    | Постоянно                            | Старший воспитатель<br>Медсестра     |
| 6.  | Выполнение санэпидрежима   | Оперативный   | Постоянно                            | Зам.зав. по ВМР<br>Медсестра         |
| 7.  | Проведение закаливания, разумное сочетание его различных видов   | Оперативный   | По плану<br>ДОУ                      | Медсестра                            |
| 8.  | Анализ детской заболеваемости  | Отчёт, мониторинг   | Ежемесячно,<br>отчет 1 раз в квартал | Медсестра                            |
| 9.  | Выполнения натуральных норм питания  | Индивидуальные беседы, изучение меню, анализ калорийности | Каждые 10 дней                       | Заведующий<br>ДОУ<br>Медсестра       |
| 10. | Моторная плотность физкультурных занятий   | Оперативный   | 2 раза в год                         | Медсестра                            |
| 11. | Уровень педагогического мастерства и состояние педагогического процесса по разделу «Физическое развитие» | Анкетирование, просмотр занятий, диагностика              | 1 раз в год                          | Заведующий<br>ДОУ<br>Зам.зав. по ВМР |
| 12. | Уровень физического развития и здоровья детей  | Посещение занятий, беседы, диагностика                    | По плану<br>ДОУ                      | Зам.зав. по ВМР                      |
| 13. | Организация работы с родителями по оздоровлению детей в семье  | Анкетирование, посещение мероприятий                      | По плану<br>ДОУ                      | Заведующий<br>ДОУ<br>Зам.зав. по ВМР |

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

- 1 В. Алексеенко, Я. Лощина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учимся играючи, 2008
- 2 В.К. Величенко. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 3  
Воспитатель ДОУ № 1-2008 г. (стр.9)
- 4 Воспитатель ДОУ №3 – 2008 (стр. 11 – Послушные глазки)
- 5 Картушина М.Ю., Праздники здоровья для детей 5-6 лет: сценарии для ДОУ/ М.Ю. Картушина - М.: ТЦ Сфера, 2010.- 128с.
- 6 Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003
- 7 Е.Н. Борисова. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007

- 8 К.Ю. Белая. Формирование основ безопасности у дошкольников – М.: Мозаика-Синтез, 2012
- 9 Картушина М.Ю., Зеленый огонек здоровья: методическое пособие/ М.Ю. Картушина - Архангельск, 2000.- 108с.
- Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В., В стране здоровья: программа эколога - биологического воспитания дошкольников/ В.Т. Лободин , А.Д. Федоренко, Г.В. Александрова - М.: Мозаика – Синтез, 2011 – 80с.
- Маханева М.Д.С физкультурой дружить - здоровым быть: методическое пособие/ М.Д. Маханева - М.: ТЦ Сфера, 2009 – 240с.
- 10 Л.В. Игнатова, О.И. Волик, Г.А. Холюкова. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах.-М.: ТЦ Сфера, 2008
- 11 Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Мозаика- Синтез, 2010
- 12 М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.- Чебоксары, 1998
- 13 Н.В. Елжова. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 20011
- 14 О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005
- 15 Оздоровительная работа по программе «Остров здоровья» (стр.57 - Физминутки для глаз)
- 16 Оздоровительная работа по программе «Остров здоровья» (стр.64)
- 17 Оздоровление детей в условиях детского сада под ред. Л.В. Кочетковой (стр.71)
- 18 П.А. Павлова, И.В. Горбунова. Расту здоровыи, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста.- М.: ТЦ Сфера, 2006
- 19 Развивающая педагогика оздоровления под ред. В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова (стр. 249)
- 20 Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.:Речь, 2002
- 21 Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2008