

СОГЛАСОВАНО

Заведующий МБДОУ

«Детский сад комбинированного

вида №5 «Теремок»

«Теремок» _____ Г.Х.Гарипова

Введено в действие

приказом заведующего

МБДОУ «Детский сад

комбинированного

вида №5 «Теремок»

от «31» 08 20 23 г. № 151

Рассмотрено и утверждено на

педагогическом совете

от «31» 08 20 23 г.

Протокол № 1

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВИЧОК»

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад комбинированного вида №5 «Теремок»

срок реализации 2023-2028 г.г.

г. Набережные Челны
2023 г.

Авторы – составители программы «Здоровичок»

Гарипова Гюзель Халимовна - заведующий ДОУ

Насретдинова Регина Дамировна - старший воспитатель высшей квалификационной категории

Птицына Надежда Геннадиевна - старшая медсестра высшей квалификационной категории

Хисамова Лейсан Саидзяновна - инструктор по ФК

Давлетова Резеда Валиахметовна – муз. руководитель высшей квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование разделов	Стр.
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Анализ оздоровительного процесса ДОУ	6
1.3.	Цели и задачи программы	10
1.4.	Этапы реализации программы и предполагаемые результаты.	11
1.5.	Принципы построения программы	13
1.6.	Возрастные особенности воспитанников	14
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	15
2.1.	Физкультурно – оздоровительная работа	15
2.2.	Здоровьесберегающие технологии.	19
2.3.	Закаливание	23
2.4.	Вакцинопрофилактика.	25
2.5.	Санитарно-просветительная работа.	25
2.6.	Коррекционно – развивающая работа	27
2.7.	Взаимодействие педагогического коллектива и семьи	27
2.8.	Медико - педагогический контроль	29
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	31
3.1.	Материально - техническое обеспечение ДОУ	31
3.2.	Развивающая предметно – пространственная среда	33
3.3.	Взаимодействие с другими учреждениями города	33
IV.	КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ	35
	Список литературы	
	Приложение	

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Проблема здоровья подрастающего поколения, дошкольников является одной из важнейших проблем жизни современного общества. В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей в Российской Федерации отнесено к приоритетным направлениям социальной политики.

Хорошее здоровье – основополагающее условие достижения успешных результатов в образовательном процессе и становлении основ личности. Укрепление здоровья детей – непереносимое условие их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма. Здоровый ребенок – как правило, жизнерадостный, активный, любознательный, выносливый, с достаточно высоким уровнем физического и интеллектуального развития.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Поэтому особую значимость приобретает внедрение и реализация технологий здоровьесбережения и здоровьесбережения в систему дошкольного образования. В связи с этим оздоровительная работа в ДОУ должна опираться на современные подходы, базирующиеся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Специально организованная здоровьесберегающая среда и профессиональная забота взрослых сохраняет психическое и физическое здоровье детей. В настоящее время оздоровление дошкольников будет более эффективно с применением здоровьесберегающих образовательных технологий в воспитательно-образовательном процессе детского сада.

Содержание оздоровительной программы «Здоровичок» разрабатывается в соответствии с современными основными документами, регламентирующими деятельность ДОУ и строится на основе следующего нормативно – правового обеспечения:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
- Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
- «Сенеч» – «Радость познания» - региональная образовательная программа дошкольного образования на региональном уровне;
- Закон «Об образовании» Республики Татарстан №68-ЗРТ от 22 июля 2013 года;

на уровне дошкольного учреждения:

Устав МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №5 «Теремок» (в редакции постановления

«Здоровичок»

Исполнительного комитета от 03.10.2018 г. №5823), (в редакции постановления Исполнительного комитета от 11.12.2020 г. №6799);

Лицензия на право ведения образовательной деятельности серия № 7110 от 28.08.2015 г.;

Программа развития муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №5 «Теремок».

1.2. Анализ оздоровительного процесса ДОО

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление деятельности нашего детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определены *следующие особенности организации деятельности ДОО:*

Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель», через:

- мотивацию родителей на совместную оздоровительно-профилактическую работу;
- преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка;
- разработку индивидуальной программы воспитания, обучения и оздоровления.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки, самомассаж и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах с целью обеспечения профилактики - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДОО.

Совершенствование профессионального мастерства педагогов посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей культуры.

Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.

В МБДОУ №5 «Теремок» создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (специальные закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (витаминотерапия, полоскание горла, использование оксолиновой мази, применение чеснока и лука и др.);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд).
- десятидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
 - рациональный режим жизни;
 - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры, игровые часы);
 - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, обильное умывание);
 - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
 - использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры и др.);

- режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- врачом-педиатром;
- врачом – фтизиатром;
- старшей медицинской сестрой;
- воспитателями;
- инструктором по ФК.

Благодаря созданию медико-педагогических условий и системе оздоровительных мероприятий показатели физического здоровья детей улучшились.

Динамика снижения заболеваемости воспитанников - яркий показатель эффективности работы коллектива ДОУ по оздоровлению детей.

Анализ заболеваемости детей МБДОУ №5 «Теремок»

Перечень заболеваний	2020 уч.г.	2021 уч.г.	2022 уч.г.
Количество случаев заболеваний	65	66	55
Количество на 1 ребенка	1,6	1,7	1,4
Несчастные случаи, отравления, травмы	-	-	-
Количество ЧДБ детей	23	17	8
Индекс здоровья N 15%-40%	29%	30%	36%

Движение детей по группам здоровья

Распределение детей по группам здоровья	2020 уч.г.	2021 уч.г.	2022 уч.г.
1 группа	31%	36%	43%
2 группа	57%	54%	52%
3 группа	11%	9%	5%
4 группа	1%	1%	-

Количество детей, имеющих хронические заболевания

№ п/п	Классификация болезней	Нозологическая форма	Количество детей
1.	Болезни органов дыхания	Бронхиальная астма, рецидивирующий бронхит	1
2.	Болезни ЛОР-органов	Хронический тонзиллит, хронический отит, гипертрофия миндалин	6

3.	Патология ЖКТ	Долихосигма, пахово-машоночная грыжа	-
4.	Болезни мочеполовой системы	Хронический пиелонефрит, гиомерулонефрит	5
5.	Болезни кожи и подкожной клетчатки	Экзема, атипический дерматит	7
6.	Болезни эндокринной системы	Гипофункция щитовидной железы, коллагенопатия	-
7.	Патология органов зрения	Косоглазие, астигматизм, миопия	5
8.	Патология мочеполовой системы	Гипоспадия, пиелозктазия	3
9.	Неврологические заболевания	ППЦНС, неврозоподобный синдром, натальная травма ШОП	2
10	Патология опорно-двигательного аппарата	Косолапость, деформация грудной клетки, нарушение осанки, плоскостопие	2

В ДОУ имеются 3 группы оздоровительной направленности для детей с туберкулёзной интоксикацией. Создаются оптимальные условия для контроля состояния и развития детей с туберкулёзной интоксикацией и проведения лечебно-оздоровительных и воспитательно-оздоровительных мероприятий.

Перечень заболеваний	2020 уч.г.	2021 уч.г.	2022 уч.г.
Дети, имеющие вираж туб.пробы	9	6	12
Тубинфицированные дети	5	10	3
Дети с БК +	9	6	13
Дети с БК -	12	11	10

Известно, что основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДОУ является «мониторинг здоровья» ребенка, который осуществляется медицинским персоналом. Целью которого является повышение уровень здоровья детей.

Мониторинг отслеживается по следующим аспектам:

- ✓ заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДОУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- ✓ фтизиатрический учет получивших лечение и оздоровление детей;
- ✓ периоды обострения детской заболеваемости в разных возрастных группах;
- ✓ оценка адаптации детей к ДОУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- ✓ оценка личностных психофизических особенностей ребенка;

- ✓ общее физическое развитие детей;
- ✓ уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа *медицинской службы* включает в себя составление:

- листа здоровья ребенка;
- индивидуальной программы профилактики и оздоровления ребенка;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий;
- вакцинопрофилактика;
- поливитамины;
- кислородный коктейль;
- химиотерапия для детей с тубинтоксикацией.

И перед нами стоит задача все это отразить документально (через индивидуальные карты развития детей), проанализировать и систематизировать работу по данному направлению.

Физкультурно – оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности.

Сравнительная гистограмма физической подготовленности детей



Анализ ресурсного обеспечения

Программно-методическое обеспечение базируется на ОП МБДОУ №5 «Теремок», построенной на основе ФОП ДО, оздоровительной программы Л.Лазарева «Здравствуй».

Анализ кадрового обеспечения

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию ООП МБДОУ №5 «Теремок»:

- ✓ врач-педиатр;
- ✓ врач-фтизиатр;
- ✓ старшая медицинская сестра;
- ✓ медсестра физиотерапевтического кабинета;

- ✓ старший воспитатель;
- ✓ инструктор по ФК;
- ✓ музыкальные руководители; педагоги – 21
- ✓ педагог – психолог;
- ✓ воспитатель по обучению детей родному языку;
- ✓ воспитатели – 15 ед.

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровичок», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

Работа по реализации программы «Здоровичок» рассчитана на пять лет 2023 -2028 гг., и планируется в три этапа.

1.3. Цели и задачи программы

Цель программы: воспитать физически развитых, психологически здоровых, социально-благополучных детей посредством внедрения в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий

Задачи программы

1. Формирование устойчивой привычки постоянно заботиться о своем здоровье, навыков организации режима повседневной физической активности.
2. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.
3. Формирование потребности и способов реализации здорового и безопасного образа жизни.
4. Реализация здоровьесберегающих технологий.
5. Развитие физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости и др.) и умения рационально использовать их в различных условиях.
6. Привитие гигиенических навыков, приемов закаливания.
7. Воспитание ответственного отношения к своему здоровью и интерес к активной двигательной деятельности.

Задачи оздоровительного цикла:

1. Разработка индивидуальных маршруты оздоровления часто болеющих детей на основе взаимодействия с семьёй.
2. Обеспечение семей часто болеющих детей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей.
3. Разработка комплексного плана оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов МБДОУ №5 «Теремок»

Задачи физического здоровья:

1. Изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста.
2. Анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников.
3. Укрепление здоровья детей.
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Задачи психического здоровья:

1. Создание в ДОУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими.
2. Купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Задачи социально-нравственного здоровья:

1. Формирование высоконравственных начал личности через культуру речевого общения.
2. Формирование представлений у ребенка о взаимосвязи природы и человека.
3. Воспитание основ духовности, гуманизма, созидательно-творческого отношения ребенка к миру.

1.4. Этапы реализации программы и предполагаемые результаты.**1 этап, его продолжительность 1 год 2023 – 2024 учебный год**

Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей как необходимое условие для создания комплекса оздоровительно-профилактической работы.

Цель: диагностировать индивидуальные особенности физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.

Условия достижения цели:

- ✓ Изучение особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей разного возраста.
- ✓ Разработка индивидуальных карт развития детей дошкольного возраста.
- ✓ Наличие оптимальных условий для проведения оздоровительно-профилактической работы.
- ✓ Создание системы мер для усиления семейного воспитания по физическому, психическому здоровью и социально-нравственному развитию детей.
- ✓ Наличие методик медико-педагогического диагностирования индивидуальных особенностей детей.

Предполагаемый результат:

- ✓ Воспитатели имеют высокий профессиональный уровень и отлично владеют теорией и методикой диагностирования.
- ✓ Определен уровень физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.
- ✓ Укреплена материальная база для осуществления оздоровительно-профилактической работы.
- ✓ Налажен тесный контакт педагогического коллектива со специалистами и родителями.

II этап, его продолжительность один год 2024-2025 учебный год

Разработка комплекса оздоровительно-профилактической работы, как основа полноценного здоровья ребенка.

Цель: организовать оздоровительно-профилактическую систему работы в условиях ДОУ

Условия достижения цели:

- ✓ Наличие системы контроля за динамикой физического, психического и социально-нравственного развития детей.
- ✓ Наличие резерва для повышения уровня полноценного здоровья детей.
- ✓ Создание творческих и проблемных групп.
- ✓ Создание моральных и материальных стимулов к профессиональному росту педагогов и их творчеству.

Предполагаемый результат:

- ✓ Повышена результативность работы индивидуально-групповым методом.
- ✓ Повышены тренированность организма и устойчивость к утомлению, создана атмосфера психологической защищенности; созданы условия для гуманистической направленности поведения ребенка.
- ✓ Создана творческая атмосфера и повышен уровень педагогического мастерства по вопросам полноценного здоровья ребенка.
- ✓ Создан благоприятный психологический климат.

III этап, его продолжительность три года 2025-2028 гг.

Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса системы оздоровительно-профилактической работы в условиях ДОУ.

Цель: реализовать программу оздоровительно-профилактической работы в ДОУ.

Условия достижения цели:

- ✓ Применение всех рациональных форм и методов организации работы с детьми по укреплению полноценного здоровья.
- ✓ Базирование оздоровительно-профилактической работы на новых достижениях в области педагогики, психологии и медицины.
- ✓ Выявление передового педагогического опыта семейного воспитания, обобщение и последующее его распространение среди родителей.
- ✓ Полное соответствие материально-технической базы.

Предполагаемый результат:

- ✓ Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
- ✓ Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.
- ✓ Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДОУ.
- ✓ Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

Планируемый конечный результат программы «Здоровичок»:

- ✓ Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.
- ✓ Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.
- ✓ Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.

Критерии и показатели мониторинга качества системы дошкольного образования

Удовлетворение потребностей населения в услугах дошкольного образования:

- ✓ Использование потенциальных возможностей ДОУ (вариативность форм оказания дошкольных образовательных услуг).
- ✓ Открытость системы дошкольного образования социальной среде.

- ✓ Реализация приоритетного направления деятельности детского сада «Реализация здоровьесберегающих технологий»
- ✓ Использование валеологической поддержки образовательного процесса в ДОУ.
- ✓ Коэффициент посещаемости ДОУ.

Реализация мониторинга осуществляется на основе материалов, полученных в ходе:

- ✓ Оценка деятельности ДОУ при помощи анкетирования родительской общественности.
- ✓ Самоанализ деятельности ДОУ в аспекте качества образования.

Результаты мониторинга фиксируются в таблицах, соответствующих целям и задачам конкретных исследований, на основании которых дается оценка деятельности ДОУ.

1.5. Принципы построения программы

При практической реализации поставленных задач программа основывается на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- **принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- **принцип целостности, комплексности педагогических процессов** выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- **принцип концентричного обучения** заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
- **принцип систематичности и последовательности** предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- **принцип связи теории с практикой** формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- **принцип повторения умений и навыков** – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- **принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания** предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- **принцип доступности** позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- **принцип успешности** заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- **принцип активного обучения** обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- **принцип целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка** подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.
- **принцип индивидуального выбора** решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.
- **принцип коммуникативности** помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

- **принцип взаимодействия ДОУ и семьи**, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- **принцип результативности** предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

1.6. Возрастные особенности воспитанников с 3 до 7 лет

В этом временном интервале явно физическое и умственное возмужание. В связи с более широкими контактами детей среди них преобладают инфекционные заболевания, а также дыхательной системы.

Рост вначале замедляется до 4-6 см в год, а затем увеличивается до 6-8 см в год. В весе прибавляют также неравномерно: 4-летний — 1,6 кг, 5-летний — около 2 кг, 6-летний — 2,5 кг. Кожа. Происходит ее утолщение. Но неприятная возможность легко переохладиться или перегреться не снижается.

Костная система. Ее окостенение еще не завершено. Позвоночник уже соответствует по форме взрослому, но только по форме. С возросшей весовой нагрузкой на неокрепший скелет ребенка как никогда важен контроль за его осанкой. Не зря умудренная опытом бабушка сердито стучит пальцем внуку по лопаткам, чтобы не горбился, не сутулился. Не позволяет внукам подолгу нежиться в мягком кресле или уютно "сгорбившись" на диване. Для их же красоты предпочтительнее жесткий стул с высокой прямой спинкой. Не уставайте напоминать себе и им, что сколиоз — искривление позвоночника начинается именно в этом возрасте. С 3 до 7 лет также завершается формирование грудной клетки и органов дыхания. Ребра принимают такое же положение, как и у взрослых, грудная клетка — цилиндрическую форму. Дыхание более глубокое и редкое — к 7 годам достигает 23-25 в 1 минуту.

Сердечно-сосудистая система: пульс продолжает урежаться. К 7 годам его частота равна 85-90 в 1 минуту, артериальное давление — 104/67 мм рт. ст.

Эндокринная система. В возрасте 6-7 лет наблюдается некоторое ускорение роста, т.н. первое физиологическое вытяжение, в это же время проявляются различия в поведении мальчиков и девочек. Активное участие в этих процессах принимают такие железы, как щитовидная, надпочечники, гипофиз. Начинается "подготовка" половых желез к периоду полового созревания.

Иммунная система: клетки иммунитета вырабатываются организмом ребенка в достаточном количестве, в связи с этим — более легкое течение многих болезней.

Нервная система. Закладываются основы интеллекта.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

Методическая работа с педагогами предусматривает:

- ✓ реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- ✓ снижение и профилактику детской заболеваемости;
- ✓ повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- ✓ оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

2.1. Физкультурно – оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ – это целенаправленная и систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения, рассчитанная на длительный срок, которая строится на разделе образовательной области «Физическое развитие» ОП МБДОУ №5 «Теремок».

В систему физкультурно-оздоровительной работы ДОУ входят: создание материально-технических условий в ДОУ, выполнение санитарно-гигиенических требований, организация полноценного питания и рационального режима дня, создание оптимальной двигательной деятельности детей, организация профилактических, оздоровительных и закаляющих мероприятий, диспансеризация и медицинский контроль, работа по формированию ЗОЖ, работа с родителями.

Система физкультурно – оздоровительной работы с детьми, предусматривает комплексную работу в период адаптации детей в дошкольном учреждении по физическому развитию и оздоровлению детей. Данная работа имеет свои направления, где используются как традиционные, так и нетрадиционные занятия по физической культуре, коррекционно-профилактические мероприятия и т.д. Во время адаптации осуществляется индивидуальный подход к детям, во время проведения ООД при распределении нагрузок учитываются уровень физической подготовки и здоровья детей.

Адаптационный период — серьезное испытание для малышей любого возраста. Поступление ребенка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания и приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни.

Оценку течения адаптации детей в дошкольном учреждении проводит педагог – психолог. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ - одна из ключевых в системе дошкольного образования. И это вполне объяснимо - только здоровый ребенок способен на гармоничное развитие. Одним из приоритетных направлений деятельности МБДОУ является физическое развитие и воспитание дошкольников.

Физическое развитие оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребенка, содействует овладению необходимыми движениями.

Для достижения цели физического развития и воспитания применяются следующие средства:

Оздоровительные:

- физические упражнения;
- оздоровительные силы природы – как средство закаливания;
- гигиенические и социально-бытовые факторы (рациональный режим дня, – полноценное питание).

Воспитательные:

- деятельность детей;
- игры;
- художественные средства.

Формирование осознанного отношения к своему здоровью:

- образец взрослого;
- собственная деятельность детей;
- художественные средства.

Работа по физическому развитию проходит в разных формах:

- физкультурно-оздоровительной в режиме дня (утренняя гимнастика,– подвижные игры, физические упражнения на прогулке);
- самостоятельной двигательной деятельности детей;
- активного отдыха (физкультурные развлечения, праздники, дни здоровья);
- двигательный режим в дошкольном учреждении.

Используются методы: упражнения, беседы, игры, создание проблемных ситуаций, анализ физических и нравственных качеств.

Комплексное использование этих средств позволяет эффективно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Оздоровительные силы природы (солнце, воздух и вода) оказывают существенное влияние на детей. Изменения метеорологических условий вызывают определенные биохимические изменения в организме, которые приводят к изменению состояния здоровья и работоспособности человека. Одним из главных требований к использованию оздоровительных сил природы является системное и комплексное применение их в сочетании с физическими упражнениями.

Целесообразное использование воздуха, солнца и воды помогает выработать у дошкольника приспособительные реакции к изменяющимся внешним условиям, т. е. закалить его организм.

К гигиеническим факторам, содействующим укреплению здоровья и повышающим эффект воздействия физических упражнений на организм человека, стимулирующим развитие адаптивных свойств организма, относятся личная и общественная гигиена, соблюдение общего режима дня, режима двигательной активности, режима питания и сна.

Режим

1. Режим дня организуется в соответствии с особенностями климатических зон проживания, биоритма, с обязательным учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и второй половине дня.

2. При составлении и организации режима необходимо учитывать повторяющиеся компоненты, которые обязательны:

- время приёма пищи (5- разовое);
- укладывание на дневной и ночной сон (группы оздоровительной направленности)
- общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.

3. При организации оздоровительного режима необходимо стремиться к полной реализации в жизни каждого ребёнка трёх моментов: полное удовлетворение потребности в движении, достаточной индивидуальной умственной нагрузки и обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений.

4. Достаточный по продолжительности дневной и ночной (группы оздоровительной направленности) сон детей. Длительность сна определяется не только возрастными особенностями, но и индивидуальными проявлениями деятельности мозга ребёнка. При организации дневного сна целесообразно больше пользоваться притоками свежего воздуха.

5. При организации оздоровительного режима желательно учитывать климатические и сезонные особенности. При этом основными изменяющимися компонентами являются соотношение периодов сна и бодрствования и двигательной активности детей на открытом воздухе и в помещении. Пребывание дошкольников на свежем воздухе в летний период

укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на его всестороннее развитие. Основная задача взрослых при этом как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении. Обеспечить необходимый уровень физического и психического развития детей поможет четко спланированная система мероприятий развлекательного, познавательного и оздоровительного характера.

Детское питание является одним из ключевых факторов, определяющих темпы роста ребенка, его гармоничное развитие, способность к различным формам и видам обучения, адекватную иммунную реакцию, устойчивость к действию неблагоприятных влияний внешней среды. Потребление пищевых веществ должно соответствовать возрастным особенностям детей. Вследствие этого, рекомендуемые нормы потребности в основных пищевых веществах и энергии существенно меняются у детей разного возраста в соответствии с изменениями в физическом развитии, пищеварительном аппарате, процессах обмена веществ, двигательной активности.

Несоблюдение гигиенических требований снижает положительный эффект в физическом развитии детей.

План мероприятий, направленных на улучшения здоровья воспитанников МБДОУ №5 «Теремок»

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закалывающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	Врач-педиатр Ст. медсестра
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	Ст. медсестра Заведующий ДОУ
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Заведующий ДОУ Врач-педиатр Ст. медсестра
5	Качественное проведение сезонной неспецифической иммунокорректирующей профилактики гриппа и ОРЗ.	С октября по февраль	Врач-педиатр Ст. медсестра
6	Проведение профилактики с использованием оксолиновой мази.	В период эпидемии гриппа, ОРЗ	Врач-педиатр Ст. медсестра
7	Выделить детей с группами риска (по бронхо-лёгочной патологии, ЛОР патологии, с дефицитом и избытком массы тела, ЧБД), проводить их динамическое наблюдение с выполнением индивидуального плана оздоровительных мероприятий и оценкой динамики процессов улучшения.	Постоянно	Врач-педиатр Ст. медсестра
8	Продолжить выделять группу ЧБД с составлением индивидуальных планов наблюдения для этих детей и оценкой эффективности оздоровления.	Постоянно	Врач-педиатр Ст. медсестра

9	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и ДООУ в реабилитации детей из групп риска, из группы ЧБД, с хронической патологией, с отклонениями в состоянии здоровья, после острых заболеваний (острая пневмония, кишечная инфекция, ангина).	Постоянно	Врач-педиатр Ст. медсестра
10	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья каждого ребёнка с выдачей индивидуальных рекомендаций по коррекции отклонений в состоянии здоровья на медико-педагогических совещаниях.	1 раз в 3 месяца	Врач-педиатр Ст. медсестра
11	Консультация врача - фтизиатра для детей в группе риска	4 раза в год	Врач – фтизиатр Ст.медсестра
12	Химиопрофилактика для детей в группе риска	По назначению врача	Врач – фтизиатр Ст.медсестра
13	Усиленное питание (мясо, молоко, фрукты, масло) для детей в группе риска	Постоянно	Ст. медсестра
14	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	Заведующий ДООУ Врач-педиатр Ст.медсестра

Физкультурно – оздоровительные мероприятия в МБДОУ №5 «Теремок»

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1.	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФК
2.	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФК музыкальный руководитель
3.	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели, инструктор по ФК
4.	Интегрированные оздоровительные занятия	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФК музыкальный руководитель
5.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности:	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФК

	- гимнастика для глаз; - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; - массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; - физкультминутки		музыкальный руководитель
6.	Оздоровительный бег	Ежедневно на прогулке и после сна	Медработник, воспитатели
7.	Физкультурные досуги с участием родителей	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФК музыкальный руководитель
8.	Праздники здоровья	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФК музыкальный руководитель.
9.	Спортивные праздники	2 раза в год	Воспитатели, инструктор по ФК музыкальный руководитель
10.	Дыхательные упражнения	Во время занятий	Воспитатели, инструктор по ФК Медработник Музыкальный руководитель
11.	Динамические упражнения	По плану	Воспитатели, инструктор по ФК медработник
12.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели, инструктор по ФК Музыкальный руководитель
13.	Корригирующая гимнастика (гимнастика пробуждения)	По плану	Воспитатели, инструктор по ФК медработник

2.2. Здоровьесберегающие технологии.

Главная задача педагогов детского сада - подготовить дошкольника к будущей самостоятельной жизни, предоставив ему необходимые условия для получения и закрепления устойчивых навыков, умений, знаний, воспитав в нем необходимые привычки. Но, может ли каждый педагог или просто взрослый человек относиться равнодушно к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, к его заметному ухудшению?

Одним из ответов и выступает востребованность среди педагогов здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии - это:

- организованная совокупность приемов, программ, методов организации – процесса образования, которая не причиняет ущерба здоровью детей;
- качественная характеристика педтехнологий по критерию их действия на здоровье участников педпроцесса;
- технологическая база здоровьесберегающей педагогики.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в ДОУ
Здоровьесберегающие технологии

№	Виды	Особенности организации
Медико-профилактические		
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	Умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Ежедневно
2.	Ходьба босиком	Ежедневно
3.	Облегченная одежда	Ежедневно
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	Витамиотерапия	Сентябрь, февраль, апрель, май
2.	Употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Зимний период
3.	Полоскание рта после еды	Ежедневно
	<i>Медицинские</i>	
1.	Мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	Плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	Антропометрические измерения	2 раза в год
4.	Профилактические прививки	По возрасту
5.	Кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	Организация и контроль питания детей	Ежедневно
	<i>Физкультурно- оздоровительные</i>	
1.	Корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие)	Ежедневно
2.	Зрительная гимнастика	Ежедневно
3.	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно
4.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно
5.	Дыхательная гимнастика Стрельникова	ежедневно
6.	Элементы точечного массажа	Не реже 1 раза в неделю
7.	Гимнастика пробуждения	ежедневно
8.	Подвижные и спортивные игры	ежедневно
9.	Оздоровительный бег	ежедневно старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
10.	Элементы точечного массажа Уманского	средняя, старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
11.	Физкультурные ООД	
12.	Динамические паузы	ежедневно
13.	Технологии музыкального воздействия	2-4 раза в месяц
	<i>Образовательные</i>	
1.	Привитие культурно-гигиенических навыков	Ежедневно

Оздоровительные мероприятия

Младший возраст

- Приём детей на улице (при температуре выше -15°)
- Утренняя гимнастика
- Полоскание полости рта после завтрака, обеда, ужина. Постепенное обучение чистке зубов
- Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения
- Физкультурные занятия
- Фитонциды (лук, чеснок)
- Прогулки: дневная; вечерняя

- Оптимальный двигательный режим
- Дыхательная гимнастика Стрельникова
- Гимнастика пробуждения
- Пальчиковая гимнастика
- Упражнения на профилактику плоскостопия

Средняя группа

- Приём детей на улице (при температуре до -15°)
- Утренняя гимнастика
- Полоскание полости рта после обеда
- Физкультурные занятия
- Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения
- Фитонциды (лук, чеснок)
- Прогулки: дневная; вечерняя
- Оптимальный двигательный режим
- Дыхательная гимнастика Стрельникова
- Гимнастика пробуждения
- Пальчиковая гимнастика
- Обширное умывание, ходьба босиком
- Упражнения на профилактику плоскостопия
- Элементы точечного массажа по Уманской

Старший дошкольный возраст

- Приём детей на улице (при температуре до -15°-18°)
- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения, массаж ушных раковин
- Фитонциды (лук, чеснок)
- Прогулки: дневная; вечерняя
- Оптимальный двигательный режим
- Дыхательная гимнастика Стрельникова
- Гимнастика пробуждения
- Пальчиковая гимнастика
- Обширное умывание, ходьба босиком
- Упражнения на профилактику плоскостопия
- Элементы точечного массажа по Уманской
- Оздоровительный бег

Физкультминутки

Проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей во всех возрастных группах.

Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

Дыхательная гимнастика по Стрельниковой А.Н.

Проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста. Рекомендуется обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Точечный массаж Уманского

В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы со среднего возраста. При организации необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму

ПРИЛОЖЕНИЕ №3

Технологии музыкального воздействия

Проводятся для создания и восстановления функциональной взаимосвязи между дыханием, артикуляцией и голосообразованием.

ПРИЛОЖЕНИЕ №4

Подвижные и спортивные игры

Проводятся, как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр.

Гимнастика пальчиковая

Проводится в любой удобный отрезок времени. С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами.

ПРИЛОЖЕНИЕ №5

Гимнастика для глаз

Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуются использовать наглядный материал, показ педагога

ПРИЛОЖЕНИЕ №6

Гимнастика пробуждения

Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. во всех возрастных группах. Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях.

ПРИЛОЖЕНИЕ №7

Оздоровительный бег

Со старшего возраста в теплый период в утренний прием на улице или на прогулке.

Физкультурное занятие

Проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале, 1 раз – на улице. Все возрастные группы. Младший возраст - 15 мин., средний возраст - 20 мин., старший возраст - 25 мин., подготовительный к школе возраст – 30 мин. Занятия проводятся в соответствии с ОП МБДОУ №5 «Теремок».

2.3. Закаливание.

Закаливание – воспитание наибольшей устойчивости, приспособляемости организма к различным физическим воздействиям, которые поступают из окружающей среды (изменение температуры, влажности, скорости движения воздуха, степени солнечного облучения и т.д.). Закаливание оказывает широкое физиологическое воздействие на организм. У ребенка не только вырабатывается быстрая реакция на температурные, климатические изменения, но и повышается количество гемоглобина, улучшаются иммунологические свойства, он становится менее подверженным любым заболеваниям и легче справляется с ними.

Физиологическая сущность закаливания обуславливает определенные требования к организации работы с детьми:

1. Закаливание нужно проводить систематически, в течение всего года, с учетом сезонных явлений.
2. Постепенно увеличивать силу сезонных раздражителей.
3. Учитывать состояние здоровья, типологические особенности ребенка, его эмоциональное состояние, а также домашние условия и условия детского учреждения.
4. Использовать природные факторы в связи с режимом, правильной организацией всей деятельности ребенка, так как общее укрепление здоровья способствует эффективности закаливания.

Систематичность проведения закаливающих процедур определяется их условнорефлекторной природой. При проведении мероприятий по закаливанию в одно и то же время и в одних и тех же условиях легко образуются условнорефлекторные связи. Физиологическая реакция появляется уже при подготовке ребенка к процедуре. Но связи эти не отличаются прочностью, поэтому закаливающие процедуры должны быть регулярными.

Постепенность в изменении силы раздражителя – необходимое условие закаливания, так как организм не может перестраиваться сразу и соответствующим образом реагировать при резком понижении или повышении температуры. Слишком малая разница в раздражителях или их постоянная величина также не оказываются полезными, так как не вызывают перестройки в работе сердечнососудистой, дыхательной и других систем, обмене веществ, т.е. закаливание не оказывает глубокого влияния на организм.

При определенной устойчивости организма к изменению температуры следует использовать контрастные кратковременные воздействия, что способствует совершенствованию физиологических реакций и более высокой приспособляемости к условиям среды. Показателями правильного выбора раздражителя служат кратковременное углубление и учащение дыхания, пульса, а также внешний вид кожи, общая положительная реакция ребенка: хорошее настроение, хорошее самочувствие.

Учет индивидуальных особенностей необходим при закаливании. Дети с возбудимой нервной системой нуждаются в более осторожном изменении температуры, а также в успокаивающих процедурах перед сном (обтирание, теплая ванна). Заторможенным детям полезны бодрящие процедуры после сна (обливание, душ). Детей с ослабленным здоровьем обязательно нужно закаливать, но постепенность в изменении температуры выдерживать более тщательно: больше временные промежутки, при 18 которых проводятся процедуры с одинаковой температурой. Необходимым является врачебный контроль. Связь закаливающих процедур с физическими упражнениями, разнообразной деятельностью ребенка в повседневной жизни дает лучшие результаты и непосредственно для закаливания и для общего укрепления организма

Средства и методы закаливания:

- закаливание воздухом;
- закаливание водой;
- упражнения после сна (в постели);
- пробежка по «крышечному» коврику;
- витаминизированное питье;
- пробежки по дорожкам препятствий;

- полоскание рта;
- дыхательная гимнастика;
- хождение босиком (летом).

Оценка эффективности закаливания осуществляется по следующим показателям.

1. Динамика заболеваемости:

- уменьшение доли часто болеющих детей;
- увеличение индекса здоровья;
- сокращение длительности одного заболевания (в днях);
- уменьшение частоты заболеваемости ОРВИ;
- уменьшение числа дней, пропущенных в среднем одним ребенком по болезни в течение года;
- перераспределение по группам здоровья в сторону увеличения доли детей, относящихся к 1-й группе здоровья и, соответственно, уменьшение доли детей, относящихся ко 2-й или 3-й группам здоровья.

2. Поведение детей в различные режимные моменты — снижение возбудимости, быстрое засыпание, глубокий сон, хороший аппетит, повышение внимания и активности на ООД.

**План мероприятий по проведению закаливающих процедур
в МБДОУ №5 «Теремок»**

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	1) Воздушные ванны после сна во всех группах. 2) Полоскание полости рта	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
2.	Сон при температуре воздуха в спальне 14-16 градусов	Ежедневно	Воспитатели
3.	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна для дыхательной и пищеварительной системы.	Ежедневно	Воспитатели
4.	Проведение точечного массажа по методу Уманской (ср, ст., подгот. группа)	Ежедневно	Воспитатели
5.	Дыхательная гимнастики по методу Стрельниковой.	Ежедневно	Медперсонал Воспитатели
6.	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
7.	Босохождение. Хождение босиком по покрытому и непокрытому полу.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
8.	Ходьба по доске с ребристой		Воспитатели, младшие

	поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	воспитатели
9.	Игры с водой с целью закаливания во 2-й мл. и средней группах.	2 раза в неделю	Воспитатели
10.	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели

2.4. Вакцинопрофилактика.

Решающую роль в оздоровлении детей и в предупреждении детских инфекций играет вакцинопрофилактика, которая в нашей стране осуществляется в соответствии с национальным календарем профилактических прививок и календарем профилактических прививок по эпидемическим показаниям. На период пребывания детей в детском саду приходится относительно немного прививок. В шестилетнем возрасте дошкольникам проводится вторая вакцинация против кори, паротита и краснухи. В возрасте семи лет (зачастую уже в школе) – вторая ревакцинация против дифтерии и столбняка и первая ревакцинация против туберкулеза. По эпидемиологическим показаниям в дошкольных учреждениях практически ежегодно проводится вакцинопрофилактика гриппа.

Наименование	Возраст детей	Примечание
Р -Манту	2-7 лет	Дети с группой риска – 2 раза в год
Корь	6 лет	-
Эпид.паратит	6 лет	-
Краснуха	6 лет	-
Дифтерия	Через 5 лет после вакцинации	-
РБЦЖ	6 лет	При отрицательном Р -Манту
Вакцинация против гриппа	2-7 лет	Октябрь - ноябрь

2.5. Санитарно-просветительная работа.

Эта работа занимает важное место среди мероприятий по физическому воспитанию дошкольников.

В дошкольном учреждении она проводится совместно педагогами и медицинскими работниками в соответствии с годовым планом работы учреждения. Она проводится как среди сотрудников дошкольного учреждения, так и среди родителей. Широкое использование плакатов, выпуск санитарных бюллетеней, организация выставок, раздача памяток и санитарно-просветительной литературы для детей и их родителей, персонала дошкольных учреждений, демонстрация кинофильмов, проведение лекций. Важным разделом являются доклады и отчеты

врача, медицинской сестры на педагогических советах и совещаниях. Проводимая работа должна быть конкретной, соответствовать задачам работы учреждения в данный или предстоящий период, строиться на примерах из жизни дошкольного учреждения и подкрепляться результатами эффективности этой работы в основном на данных динамики состояния здоровья детей. Особое внимание в этой работе должно уделяться просвещению родителей по вопросам физического воспитания и привития гигиенических навыков в семье. Тематика бесед должна отражать вопросы физического воспитания детей в дошкольных учреждениях и его преемственности в семье, создания условий в семье для достаточной двигательной активности детей - спортивного уголка, физкультурных пособий. Большое внимание должно быть уделено преемственности в проведении закаливающих мероприятий в дошкольном учреждении и дома, рациональной одежде и обуви в различные сезоны года и при занятиях физическими упражнениями.

Полезно подкреплять теоретические знания родителей показам в дошкольном учреждении физкультурных занятий, спортивных праздников и т.д. для обеспечения их сознательного отношения к системе физического воспитания - мощному фактору укрепления и совершенствования здоровья детей.

**План санитарно – просветительской работы с детьми, сотрудниками, родителями
в МБДОУ №5 «Теремок»**

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
С детьми			
1.	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	Воспитатели
2.	Интегрированные оздоровительные занятия.	По плану	Воспитатели Инструктор по ФК
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	Постоянно	Воспитатели Инструктор по ФК
С сотрудниками			
1.	Усилить санпросветработу среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.	В течение года	Ст.воспитатель Ст.медсестра
2.	Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему: « Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	Ноябрь-декабрь	Ст. медсестра
3.	Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии	1 раз в кв-л	Ст.воспитатель Воспитатели Ст. медсестра
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников д/с.	Постоянно	Ст. медсестра
5.	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости».	В течении года	Ст.воспитатель Ст.медсестра

6.	Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления	1 раз в год	Заведующий ДОУ Ст.воспитатель
С родителями			
1.	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	По плану	Заведующий ДОУ Ст. медсестра Ст.воспитатель Воспитатели
2.	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану	Ст. медсестра Ст.воспитатель
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	Постоянно	Ст. медсестра

2.6. Коррекционно – развивающая работа (по результатам мониторинга физических качеств)

По результатам мониторинга физических качеств детей проводится коррекционно – развивающая работа с детьми среднего и низкого уровня.

Коррекционно – развивающая работа проводится в трех направлениях:

1. Воспитатель – Ребенок
2. Родитель - Ребенок
3. Инструктор по ФК - Ребенок

С детьми со средним уровнем физической подготовленности, работают воспитатели и родители по плану инструктора по ФК. С детьми с низким уровнем физической подготовленности работает инструктор по ФК.

ПРИЛОЖЕНИЕ №8

2.7. Взаимодействие педагогического коллектива и семьи

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания ребенка-дошкольника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов, взаимодействие в работе ДОУ и семьи.

Совместная деятельность педагогов дошкольного учреждения и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение.

Ведь здоровье детей – будущее страны, основа ее национальной безопасности.

Общепризнанно, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. И хотя широкое распространение современных средств массовой информации способствует повышению санитарно-гигиенических знаний населения, но, к сожалению, не всегда меняет поведение людей. Многие родители в силу неопытности, несерьезности подхода к соблюдению правил гигиены, а часто, из-за низкой культуры и небрежного отношения к здоровью ребенка не выполняют даже элементарных гигиенических правил.

Важным элементом семейного воспитания является физическое воспитание. Однако многие исследователи констатируют явно недостаточную активность родителей в физическом воспитании детей. Между тем семейное физическое воспитание способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата. Следовательно, возрождение традиций семейного физического

воспитания в современных условиях имеет значение не только для улучшения здоровья подрастающего поколения, но и для укрепления семейных ценностей.

Таким образом, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает дошкольное учреждение, которое выступает в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей практических навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении и семье, совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.

Основными направлениями взаимодействия с родителями являются:

1. Организационная деятельность (совместное планирование образовательной деятельности, разработка занятий, развлечений, изготовление атрибутов для занятий).
2. Педагогическое просвещение (консультации, семинары, мастер классы, круглые столы, тренинги и другие).
3. Совместная деятельность детей, родителей, педагогов (досуги, развлечения, итоговые занятия совместно с родителями).

План совместной работы с родителями

№	Содержание работы (примерные темы мероприятий)	Сроки	Ответственные
1.	Консультации «Мне надо много двигаться» «Здоровье. Осторожно, детство» «Активный отдых дошкольников» «О формировании правильной осанки, профилактике плоскостопия».	В течение года	Ст.медсестра Инструктор по ФК
2.	Наглядная информация «Проведение закаливания дома и его роль в повышении сопротивляемости организма» «Профилактика ОРВИ заболеваний в домашних условиях» «Как уберечь ребенка от простуды» «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	В течение года Осенний период Летне – оздоровительный период	Ст.медсестра Инструктор по ФК Воспитатели
3.	Дни открытых дверей: - показ занятий по физическому воспитанию; - показ совместной деятельности педагога с детьми; - показ работы системы дополнительного образования, направленного на развитие физических способностей и оздоровление дошкольников	Ноябрь – апрель Май	Инструктор по ФК Воспитатели Педагоги доп.образования
4.	Совместные досуги: спортивные досуги, спортивные праздники «Мама, папа, я – спортивная семья»	В течение года	Инструктор по ФК Воспитатели

	«Зовем родителей на старт» «Будь здоров»		
5.	Анкетирование родителей по вопросам оздоровления детей «Оздоровление и физическое развитие детей» «Мы за здоровый образ жизни» «Здоровые дети в здоровой семье»	В течение года	Ст.воспитатель Педагог –психолог

2.8. Медико - педагогический контроль

Медико-педагогические наблюдения на занятиях физической культурой рекомендуется проводить в каждой возрастной группе не менее двух раз в течение образовательного процесса.

Методика проведения ООД, физические нагрузки должны соответствовать возрасту детей и их функциональным возможностям с учетом особенностей состояния здоровья и развития воспитанников. Тренирующий эффект для воспитанников основной медицинской группы обеспечивается при среднем уровне частоты сердечных сокращений у детей:

- 3-4 года — 130-140 ударов в минуту при занятиях физкультурой в зале, 140–160 ударов в минуту — на воздухе;
- 5-7 лет — 140-150 ударов в минуту при занятиях физической культурой в зале, 150-160 ударов в минуту — на воздухе.

Физическая нагрузка должна быть правильно распределена в течение ООД: физиологическая кривая должна постепенно повышаться от начала к основной части ООД и достигать максимума во время подвижной игры, а в заключительной части — постепенно снижаться.

Старшей медицинской сестре следует строго контролировать дозирование физических нагрузок в соответствии с состоянием здоровья и развитием ребенка: совместно с воспитателем физической культуры и воспитателем группы наблюдать за самочувствием детей, особое внимание уделять внешним признакам утомления, отражающих переносимость физических нагрузок.

При проведении медико – педагогических наблюдений рекомендуется пользоваться протоколом.

Методика медико – педагогического наблюдения включает оценку:

- уровня нагрузки по пульсовой кривой, получаемой в процессе занятий– физической культурой;
- восстановления пульса, дыхания, давления после занятий,– показателей общей моторной плотности занятия;
- правильности методического построения занятия, соблюдения основных– дидактических принципов; внешних признаков утомления, возникающих у ребенка в процессе занятий.

План мероприятий по медико – педагогическому контролю в МБДОУ №5 “Теремок”

Мероприятия	Сроки	Ответственный
Контроль по организации рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	Заведующий ДОУ Ст. медсестра
Контроль по проведению утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	Заведующий ДОУ Ст.воспитатель Ст. медсестра

Контроль по соблюдению режима дня в группах.	Ежедневно	Заведующий ДОУ Ст.воспитатель Ст. медсестра
Контроль по двигательной активности во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	Ежедневно	Ст.воспитатель Ст. медсестра
Контроль по проведению закаливающих процедур.	Ежедневно	Ст. медсестра Ст.воспитатель
Контроль по соблюдению санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	Заведующий ДОУ Ст. медсестра

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально - техническое обеспечение ДОУ

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

- медицинский кабинет;
- процедурный кабинет;
- спортивный зал;
- музыкальный зал.

В детском саду имеется следующее медицинское оборудование:

- бактерицидные лампы;
- ростомер;
- весы;
- динамометр;
- спирометр;
- тонометр;
- таблица для определения остроты зрения;
- кушетка медицинская;
- шкаф для неотложной помощи;
- кварцевые лампы.

Оборудование для физического развития:

Тип оборудования	Наименование	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	-Доска гладкая с зацепами	3
	-Узкая	2
	-Широкая	2
	- Доска с ребристой поверхностью	2
	- Коврик массажный	4
	- Куб деревянный малый	4
	- Куб деревянный малый	4
	- Куб деревянный малый	2
	- Модуль мягкий (комплект из 6-8 сегментов)	6
	- Скамейка гимнастическая	7
	-Шнуры	3
Для прыжков	-Доска ребристая	1
	- Обручи	20
	-малые	18
	-большие	7
	- Конусы	3
	- Дорожка-мат	

	- Мат гимнастический Змейка Прямой	1 1
	- Скакалка короткая	28
	-Мячи-фитболы	3
Для катания, бросания, ловли	-Кегли (набор)	4
	- Кольцеброс (набор)	3
	- Мешочек с грузом малый	15
	- Мишень навесная	6
	- Мяч средний	30
	- Мяч для массажа	20
	-Кольца баскетбольные	2
	-Мячи баскетбольные	5
	-Мячи волейбольные	3 3
	-Мячи футбольные	2
	-Набор для бадминтона	1
	- Сетка волейбольная	50
	- мячи малые пластмассовые	1
	- Игра «Веселый футбол»	3
	-Ролик	3
	-Набор «Хоккей»	
Для ползания и лазанья	- Дуга большая	12
	- Дуга малая	7
	-Канат	2
	-Стенка гимнастическая деревянная	2
	-Веревочки	25
Для общеразвивающих упражнений	- Лента короткая	40
	- Обруч малый	20
	- Обруч большой	18
	- Палка гимнастическая короткая	32

- Платочки	22
- Погремушки;	26
-Гантели пластиковые.	36
-Кубики	60
-Веревки	25
- Мяч средний	30
-Флажки	20
-Султанчики	20

3.2. Развивающая предметно – пространственная среда

Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни в группах имеются наглядно-демонстрационные материалы, книги, дидактические игры, материалы по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур.

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

3.3. Взаимодействие с другими учреждениями города

Камский детский медицинский центр г. Набережные Челны «Детская поликлиника №1

- диспансеризация;
- работа по оздоровлению детей;
- контроль за здоровьем детей

ГАОУЗ "РКПД" «Набережночелнинский противотуберкулезный диспансер»

- туберкулинодиагностика;
- химиопрофилактика;
- контроль за тубинфицированными детьми

Оздоровительный комплекс «Дельфин»

- абонемент (плавание)
- занятия в спортивных секциях
- посещение дельфинария

IV. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Программа «Здоровичок» призвана обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

Работа по реализации программы «Здоровичок» рассчитана на пять лет 2023 -2028 гг., и планируется в три этапа.

Целевой раздел программы содержит:

Цель программы: воспитать физически развитых, психологически здоровых, социально-благополучных детей посредством внедрения в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий

Задачи программы

1. Формирование устойчивой привычки постоянно заботиться о своем здоровье, навыков организации режима повседневной физической активности.
2. Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.
3. Формирование потребности и способов реализации здорового и безопасного образа жизни.
4. Реализация здоровьесберегающих технологий.
5. Развитие физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости и др.) и умения рационально использовать их в различных условиях.
6. Привитие гигиенических навыков, приемов закаливания.
7. Воспитание ответственного отношения к своему здоровью и интерес к активной двигательной деятельности.

Этапы реализации программы и предполагаемые результаты.

1 этап, его продолжительность 1 год 2023 – 2024 учебный год

Диагностика индивидуальных особенностей физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей как необходимое условие для создания комплекса оздоровительно-профилактической работы.

Предполагаемый результат:

- ✓ Воспитатели имеют высокий профессиональный уровень и отлично владеют теорией и методикой диагностирования.
- ✓ Определен уровень физического, психического здоровья и социально-нравственного развития детей.
- ✓ Укреплена материальная база для осуществления оздоровительно-профилактической работы.
- ✓ Налажен тесный контакт педагогического коллектива со специалистами и родителями.
- ✓

II этап, его продолжительность один год 2024-2025 учебный год

Разработка комплекса оздоровительно-профилактической работы, как основа полноценного здоровья ребенка.

Предполагаемый результат:

- ✓ Повышена результативность работы индивидуально-групповым методом.
- ✓ Повышены тренированность организма и устойчивость к утомлению, создана атмосфера психологической защищенности; созданы условия для гуманистической направленности поведения ребенка.
- ✓ Создана творческая атмосфера и повышен уровень педагогического мастерства по вопросам полноценного здоровья ребенка.
- ✓ Создан благоприятный психологический климат.

III этап, его продолжительность три года 2025-2028 гг.

Полноценное здоровье ребенка как результат реализации комплекса системы оздоровительно-профилактической работы в условиях ДОУ.

Предполагаемый результат:

- ✓ Созданы все условия для полноценного здоровья детей.
- ✓ Организована и скоординирована медико-педагогическая работа с учетом естественных возможностей и потребностей ребенка.
- ✓ Работа с родителями построена на принципах преемственности семьи и ДОУ.
- ✓ Материально-техническая база соответствует всем требованиям и условиям.

Планируемый конечный результат программы «Здоровичок»:

- ✓ Создана программа по сохранению, укреплению и развитию здоровья детей дошкольного возраста.
- ✓ Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности.
- ✓ Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.

Принципы построения программы

При практической реализации поставленных задач программа основывается на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- **принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- **принцип целостности, комплексности педагогических процессов** выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- **принцип концентричного обучения** заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
- **принцип систематичности и последовательности** предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- **принцип связи теории с практикой** формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- **принцип повторения умений и навыков** – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- **принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания** предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- **принцип доступности** позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- **принцип успешности** заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- **принцип активного обучения** обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

В содержательном разделе программы рассматриваются содержания и направления работы: физкультурно – оздоровительная работа, здоровьесберегающие технологии (физкультминутки, дыхательная гимнастика по А.Н.Стрельниковой, точечный массаж Уманского, технологии музыкального воздействия, подвижные спортивные игры с детьми, пальчиковая и зрительная гимнастики, гимнастика для глаз, гимнастика пробуждения, оздоровительный бег, физкультурные занятия), закаливание, вакцинопрофилактика, освещается санитарно – просветительская работа с детьми, сотрудниками, родителями, коррекционно-развивающая работа с детьми (по результатам мониторинга физических качеств), взаимодействие педагогического коллектива и семьи, медико – педагогический контроль.

В организационном разделе программы прописывается материально – техническое оснащение и организация развивающей предметно – пространственной среды.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Используемая литература

1. М.А.Павлова, М.В.Лысогорская. Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград «Учитель», 2009.
2. В.И.Орел, С.Н.Агаджанова. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. СПб.: Детство – Пресс, 2008.
3. М.Ю. Картушина. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. М. Творческий Центр Сфера, 2007.
4. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей ДОУ. Под.ред.З.И. Бересневой. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 32 с.(Серия «Библиотека руководителя ДОУ».).
5. М.Н. Кузнецова. Оздоровление детей в детском саду. М.Айрис Пресс, 2008.
6. Пункт 1 и 2 статьи 64 «Дошкольное образование» Федерального закона от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации».
7. Оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй» М.Л.Лазарев, 2004

Рекомендуемая литература

1. Б.Б. Егоров, Т.В. Нестерюк. Оздоровительно - воспитательная работа с ослабленными детьми в ДОУ. Пособие для практических работников. Элиста: «Джангар», 1999, - 64 с.
2. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
3. Змановский Ю.Ф. и Эффективное закаливание в дошкольных учреждениях - Педиатрия. 1989.— № 4.
4. Кузнецова М.Н. Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний в педиатрии. М., 1990.
5. Т.К. Марченко, Ю.Ф.Змановский. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 1996.
6. В.А.Ревякина. Атопический дерматит у детей: Автореф.Дис. д-ра мед. наук. - М., 1993. — 32 с.
7. Романцов М.И. Реабилитационное лечение детей, часто болеющих респираторными заболеваниями. М., 1992.

Прошнуровано и
пронумеровано 38 (листов)
Заведующий МБДОУ
№5 Теремок Г.Х.Г арипова
« 31 » августа 2023 г.

