

Согласовано  
 Председатель профкома  
 МАДОУ «Детский сад № 110  
 «Курочка ряба»  
 Л.ф.Шиббаева  
 « 2 » 08 2021г.

Утверждаю  
 Заведующий МАДОУ  
 «Детский сад» № 110  
 «Курочка ряба»  
 Л. Р. Шамсимухаметова  
 « 21 » 08 2021 г.



Введено в действие  
 приказом заведующего  
 от « 2 » 08 2021 г. № 420

Рассмотрено и утверждено  
 на педсовете  
 от « 2 » 08 2021 г.  
 Протокол № 420

### Программа оздоровления детей в условиях МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №110 «Курочка ряба»

№ п/п	содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>Оптимизация режима</b>				
	Организация жизни детей в адаптивный период, создание комфортного режима.	1-13	ежедневно	Ст. воспитатель, воспитатели, психолог, медсестра	В течение года
	Заполнение индивидуальной карты адаптации ребенка.	1-13	1 раз –при поступлении в ДОУ	Педагог-психолог, ст. воспитатель, медсестра, воспитатели	В течение года
3	<b><u>Охрана психического здоровья</u></b>				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, игры забавы.	1-13	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
4	<b><u>Профилактика заболеваемости</u></b>				
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	1-13	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели	В течение года
	Профилактика гриппа - гриппол	Все группы с согласия родителей	Однократно в осенний период	Медсестра	Октябрь-декабрь
	Оксалиновая мазь	Все	Ежедневно, 2 раза в день	Медсестра	Ноябрь – декабрь,




			прогулкой		
5	<b><u>Оздоровление фитонцидами</u></b>				
	Употребление лука чеснока	1-13	Перед обедом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь-март
	Ароматизация помещений, ношение киндеров	1-13	В течение дня ежедневно	Помощники воспитателя, воспитатели	Октябрь-март
	Подбор в группах комнатных растений способствующих очищению и оздоровлению воздуха	1-13	В течение дня ежедневно	Воспитатели, старшие воспитатели	Май-август
6	<b><u>Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка</u></b>				
	Воздушные ванны (облегченная одежда соответствует сезону года)	1-13	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки на свежем воздухе	1-13	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Хождение босиком по траве	1-13	Ежедневно	Воспитатели	Июль – август
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	1-13	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание прохладной водой	1-13	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Дневной сон с доступом свежего воздуха	1-13	Во время тихого часа	Воспитатели, помощники воспитателя	Июнь- август
	Игры с водой	1-13	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь-август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	1-13	После каждого приема пищи	Воспитатели, помощники воспитателей	В течение года
7	<b><u>Лечебно-оздоровительная работа</u></b>				



Фурацилином	ЧБД, дети, состоящие на учете у лора	После дневного сна по 2 недели с 2 недельным перерывом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь-апрель
Противовос- палительными травами (шалфей, эвкалипт, ромашка)	1-13	После сна	Медсестра, помощник воспитателя	Октябрь-апрель
<b><u>Витаминотерапия</u></b>				
Поливитамины	1-13	По 1 разу в течение 10 дней	Медсестра	Декабрь - февраль
Витаминизация третьего блюда	1-12	Ежедневно	Медсестра	В течение года
<b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>				
Работа по МКР	2 раза в год		Медсестра, воспитатели, воспитатель по ФИЗО	Сентябрь - май
Мониторинг состояния здоровья воспитанников - медосмотр детей 3, 5, 7 леток.	1 раз в год		Медицинская комиссия	По плану детской поликлиники
Диагностика физической подготовленности	2 раза в год		Воспитатели, воспитатель по ФИЗО	Сентябрь - май
<b>Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей</b>				
Работа консультативного пункта, консультации, родительские собрания, совместные мероприятия	В течение года согласно годового плана		Ст. воспитатели, воспитатели, психолог, медсестра	В течение года по плану
<b>Здоровьесберегающие педагогические технологии</b>				
Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные	



**Технологии сохранения и стимулирования здоровья**

<b>Ритмика</b>	Два раза в неделю. Физкультурный и музыкальный залы, начиная со средней группы.	По программе «Танцевальная мозаика», С.Л. Слуцкая.	Педагог дополнительного образования
<b>Интегрированные занятия</b>	Последняя неделя каждого месяца.	Интеграция содержания различных образовательных областей.	Воспитатели, узкие специалисты
<b>Игровые минутки (бодрящая гимнастика)</b>	После сна в группе каждый день. Первая и вторая младшие группы	Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений	Воспитатель
<b>Физкультурные минутки</b>	Во время занятий 1,5-2 минуты во всех возрастных группах.	Комплексы физических упражнений с выходом из-за стола, могут включать дыхательную гимнастику, для глаз.	Воспитатели, узкие специалисты
<b>Динамические паузы (двигательные разрядки)</b>	Во время занятий и между занятий 2-5 минут по мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы.	На занятиях в виде игр. Между занятиями в виде п/игр, танцевальных движений, физических упражнений, элементов релаксации.	Воспитатели
 <b>Подвижные и спортивные игры</b>	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно.	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр.	Воспитатель по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели
<b>Пальчиковая гимнастика</b>	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любой отрезок времени.	Воспитатели



сна, дорожки здоровья, массажные дорожки	ежедневно, начиная с младшего возраста.	физических упражнений в спальне и группе.	
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 минут в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп	Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста.	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	Воспитатели
<b>Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			
Физкультурные занятия	Три раза в неделю в спортивном зале, в группе, на улице, начиная с раннего возраста.	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад.	Воспитатель по физической культуре, воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в музыкальном и физкультурном залах, в группе.	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей.	Воспитатели, воспитатель по ФИЗО
Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со II мл. гр.	Программа «Основы безопасности жизнедеятельности», Р. Стеркина, О.Князева.	Воспитатели
ОФП (общая физическая подготовка) для мальчиков	Один раз в неделю в физкультурном зале, подгруппа одаренных детей. Старший дошкольный возраст.	Сверх программы, силовые гимнастические упражнения, спортивные игры.	Воспитатель по ФИЗО
Физкультурные досуги, праздники	Один раз в квартал (праздник), один раз в месяц (досуг), начиная с младшего возраста.	В соответствии с программой для каждой возрастной группы.	Воспитатель по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели



спортивные мероприятия с ОУ микрорайона – СОШ №33	группы – несколько раз в год согласно плана «Преемственность»	количество мероприятий определяются планом совместной работы с СОШ №33	Воспитатели, воспитатель по ФИЗО
<b>Коррекционные технологии</b>			
Здоровительно-профилактическая гимнастика для ЧБД	Занятия кружка «Крепыши», один раз в неделю.	По специальной методике по показаниям отклонений здоровья.	Физ.руководитель
Элементы арттерапии	Игры – занятия с использованием арттерапевтических техник.	Использование элементов арттерапии в режимных моментах (прогулка, занятия, игры).	Воспитатели
Психогимнастика	Один раз в неделю для ЧБД. Старший дошкольный возраст.	Проводится по методике Е.А. Алябьевой, М.И. Чистяковой.	Педагог-психолог
Элементы сказкотерапии	Как часть занятия по подготовке детей к школе	Коррекция мотивационно-личностной сферы.	Педагог-психолог
Артикуляционная гимнастика	Как часть занятий по введению в грамоту, начиная со второй младшей группы	Цель - фонематическая грамотная речь без движений.	Воспитатели
Технология коррекции поведения	Один раз в неделю. Старший дошкольный возраст.	Игровые технологии коррекции поведения, М.Э. Вайнер.  Программа «Давайте познакомимся».	Воспитатели  Педагог-психолог
Занятия в сенсорной комнате	По плану коррекционной работы	«Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате» А.И.Титарь	Педагог-психолог



спортивные мероприятия с ОУ микрорайона – СОШ №33	группы – несколько раз в год согласно плана «Преемственность»	количество мероприятий определяются планом совместной работы с СОШ №33	Воспитатели, воспитатель по ФИЗО
---	---	--	----------------------------------

**Коррекционные технологии**

Оздоровительно-профилактическая гимнастика для ЧБД	Занятия кружка «Крепыши», один раз в неделю.	По специальной методике по показаниям отклонений здоровья.	Физ.руководитель
Элементы арттерапии	Игры – занятия с использованием арттерапевтических техник.	Использование элементов арттерапии в режимных моментах (прогулка, занятия, игры).	Воспитатели
Психогимнастика	Один раз в неделю для ЧБД. Старший дошкольный возраст.	Проводится по методике Е.А. Алябьевой, М.И. Чистяковой.	Педагог-психолог
Элементы сказкотерапии	Как часть занятия по подготовке детей к школе	Коррекция мотивационно-личностной сферы.	Педагог-психолог
Артикуляционная гимнастика	Как часть занятий по введению в грамоту, начиная со второй младшей группы	Цель - фонематическая грамотная речь без движений.	Воспитатели
Технология коррекции поведения	Один раз в неделю. Старший дошкольный возраст.	Игровые технологии коррекции поведения,  М.Э. Вайнер.  Программа «Давайте познакомимся».	Воспитатели  Педагог-психолог
Занятия в сенсорной комнате	По плану коррекционной работы	«Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате» А.И.Титарь	Педагог-психолог

